

Issue 2



ANATOLIA SPORT RESEARCH

"International Peer-Reviewed and open Access Electronic Journal"



Volume 5

2024



ISSN 2757- 6485



ANATOLIA SPORT RESEARCH



**International Peer-Reviewed
&
Open Access Electronic Journal**

**ISSN
2757-6485**

2024: 5 (2)



www.anatoliasr.org



editor@anatoliasr.org



[anatoliasr.journal](https://www.facebook.com/anatoliasr.journal)



[anatoliasr](https://www.instagram.com/anatoliasr)



[@SportAnatolia](https://twitter.com/SportAnatolia)



[Anatolia Sport Research](https://www.youtube.com/Anatolia Sport Research)





ANATOLIA SPORT RESEARCH



Anatolia Sport Research (ASR) was established in 2020 and is a refereed sports field electronic journal that publishes three times a year (March-April, July-August, November-December). The Journal has been founded under the leadership of Eser AĞGÖN (Assoc. Dr. at Marmara University).

Anatolia Sport Research follows a double blind peer review policy. Whether or not the works sent to the journal will be published is decided according to the evaluations of at least two blind referees determined by the editors. If one of the two referees does not find the publication suitable, the decision to be published is given if the third referee considers it appropriate.

The journal is open access and free of charge. The content of the articles, all kinds of articles and visuals published in the journal and the legal responsibilities that may arise from them belong to the authors themselves. Publications that are below this rate and contrary to academic method and ethics are rejected or requested to be rewritten. In scientific papers to be sent to the journal, the recommendations of Journal Editors should be taken into consideration.



AIM

Anatolia Sport Research, in TÜRKİYE and in the world of sports and scientists working on related sciences, aims to enable researchers and students to publish in Turkish and English and, aims to create a common platform for qualified academic publications in this field to contribute to society and for scientific development.

SCOPES

The journal accepts articles under the sub-headings Physical and Sports Education, Movement and Training, Sports and Recreation Management of broadcasts that offer qualitative, quantitative research and model suggestions. Training, Physical Education and Play, Physical Education and Sports Pedagogy, Exercise and Sport Physiology, Exercise and Sport Psychology, Nutrition in Exercise and Sport, Physical Education, Sports and Physical Activity for the Disabled, Physical Activity and Health, Physical Fitness, Kinanthropometry, Motor Behavior, Recreation, Sports Biomechanics, Sports Philosophy, Sport Sociology, Sports History, Sports Management, Sports Tourism, Sports Anthropology and Sports Medicine.

This Journal licensed under a CC BY-NC-ND (Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0) International License.



ANATOLIA SPORT RESEARCH



EDITORIAL BOARD

Publisher

Eser AĞGÖN (PhD) Marmara University Faculty of Sport Sciences Istanbul, TÜRKİYE

Editor in Chief

Eser AĞGÖN (PhD) Marmara University Faculty of Sport Sciences Istanbul, TÜRKİYE

Assistant Editors

Muhammet Cenk BİRİNCİ (PhD) Erzincan Binali Yıldırım University Faculty of Sport Sciences Erzincan, TÜRKİYE

Öztürk AĞIRBAŞ (PhD) Bayburt University Faculty of Sport Sciences Bayburt, TÜRKİYE

Bülent TATLISU (PhD.) Bayburt University Faculty of Sport Sciences Bayburt, TÜRKİYE

Yasemin ÇAKMAK YIL-DIZHAN (PhD) Erzincan Binali Yıldırım University Faculty of Sport Sciences Erzincan, TÜRKİYE

Field Editors

Physical Education and Sports

Oğuz Kaan Erzincan Binali Yıldırım University Faculty of Education Erzincan, TÜRKİYE

ESENTÜRK (PhD) Gumushane University School of Physical Education and Sport Gumushane, TÜRKİYE

Training

İbrahim CAN (PhD) Iğdir University Faculty of Sport Sciences Iğdir, TÜRKİYE

Murşit Ceyhan BİRİNCİ (PhD) Ondokuz Mayıs University Yaşar Doğu Faculty of Sport Sciences Samsun, TÜRKİYE

Refik ÇABUK (PhD) Ondokuz Mayıs University Yaşar Doğu Faculty of Samsun, TÜRKİYE

Sport Management

Yunus Emre KARAKAYA (PhD) Fırat University Faculty of Sport Sciences Elazığ, TÜRKİYE

Recreation

Ali İSKENDER (PhD) Atatürk University Faculty of Tourism Erzurum, TÜRKİYE

Sport Nutrition

Sibel TETİK (PhD.) Erzincan Binali Yıldırım University Faculty of Sport Sciences Erzincan, TÜRKİYE

Statistics Editor

Mehmet BEKDEMİR (PhD) Erzincan Binali Yıldırım University Faculty of Education Erzincan, TÜRKİYE

Language Editor

Tolga AYTATLI (English Lect.) Kafkas University School of Foreign Languages Kars, TÜRKİYE



ANATOLIA SPORT RESEARCH



Content Editors

Ahmet Melih ÇİLİNGİR (Lect.)	Aksaray University	Faculty of Education	Aksaray, TÜRKİYE
Emrah Seçer (Research Assistant)	Erzincan Binali Yıldırım University	Faculty of Sport Sciences	Erzincan, TÜRKİYE

Editorial Advisory Board

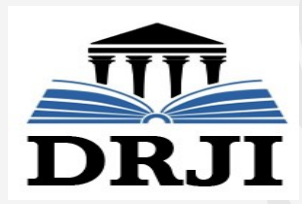
Anthony C. HACKNEY (PhD, DSc)	University of North	Department of Exercise & Sport Science	Chapel Hill, North Carolina, USA
Ajeet JAISWAL (PhD)	Central University of Tamil Nadu	Department of Epidemiology and Public Health	Tamil Nadu, INDIA
Carlos MAGALLANES (PhD)	Universidade de Gama Filho	Departamento Educação Física y Salud	UFG, BRASIL
Cristian Cofre BOLADOS (PhD)	University of Santiago	Department of Physical Education	Santiago, CHILE
Gábor Áron Vitályos (PhD)	Eötvös Loránd University (ELTE)	Faculty of Education	Budapest, HUNGARY
İzzet UÇAN (PhD)	Ataturk University	Faculty of Sport Sciences	Erzurum, TÜRKİYE
Jaak JURIMÄE (PhD)	University of Tartu	Institute of Sport Sciences and Physiotherapy	Tartu, ESTONIA
Leyla Stefanova DIMITROVA (PhD)	Vasil Levski National Sports Academy	Department of Chess	Sofia, BULGARIA
Maryam HADIZADEH (PhD)	University of Malaya	Centre for Sports and Exercise Sciences	Kuala Lumpur, MALAYA
Mehmet YAZICI (PhD)	Erzincan Binali Yıldırım University	Faculty of Sport Sciences	Erzincan, TÜRKİYE
Mohammed Nashrudin NAHARUDIN (PhD)	University of Malaya	Centre for Sports and Exercise Sciences	Kuala Lumpur, MALAYA
Nikolay Anguelov PANAYOTOV (PhD)	Vasil Levski National Sports Academy	Department of Olympic Sports	Sofia, BULGARIA
Recep ÖZ (PhD)	Erzincan Binali Yıldırım University	Faculty of Education	Erzincan, TÜRKİYE
Sareena Hanım HAMZAH (PhD)	University of Malaya	Centre for Sports and Exercise Sciences	Kuala Lumpur, MALAYA
Sergii IVASHCHENKO (PhD)	Kyiv Boris Grinchenko University	Faculty of Health, Physical Education and Sports	Kyiv, UKRAINE
Sevim KÜL AVAN (PhD)	Nevşehir Hacı Bektaş Veli University	Faculty of Sport Sciences	Nevşehir, TÜRKİYE
Vahur ÖÖPIK (PhD)	University of Tartu	Institute of Sport Sciences and Physiotherapy	Tartu, ESTONIA
Valentin Georgiev GARKOV (PhD)	Vasil Levski National Sports Academy	Department of Tourism, Alpinism and Orienteering	Sofia, BULGARIA
Yahya ALZGHOUL (PhD)	University of Jordan	Department of Tourism Management, Faculty of Arts and Sciences	Aqaba, JORDAN
Yener BEKTAŞ (PhD)	Nevşehir Hacı Bektaş Veli University	Faculty of Arts and Sciences	Nevşehir, TÜRKİYE



ANATOLIA SPORT RESEARCH



INDEX





REVIEWERS OF 2024– 5 (2)

- ◆ Ahmet Yavuz MALLI (PHD)
- ◆ Bülent TATLISU (PHD)
- ◆ Fatih KIRKBİR (PHD)
- ◆ Gülşah SEKBAN (PHD)
- ◆ Hasan Buğra EKİNCİ (PHD)
- ◆ Hasan GÜLER (PHD)
- ◆ Hasan SÖZEN (PHD)
- ◆ Mürşit Ceyhun BİRİNCİ (PHD)
- ◆ Oğuz Kaan ESENTÜRK (PHD)
- ◆ Talha MURATHAN (PHD)
- ◆ Yunus Emre YARAYAN (PHD)



TABLE OF CONTENTS

Original Articles

- ◆ Takım Sporcularının Örgütsel Politika Algılarının İncelenmesi/
Examination of Team Athletes' Perceptions of Organizational Policy
Ünsal ALTINIŞIK, A. Azmi YETİM1-9
- ◆ Spor Bilimleri Öğrencilerinin Fiziksel Aktivite ve Duygusal Zekâ
Düzeylerinin Hedefe Bağlılıklarına Etkisi / The Effect of Physical
Activity and Emotional Intelligence Levels of Sports Sciences
Students on Their Goal Commitment
Nurhak İBİLİ, Cemalettin BUDAK, Emrah SEÇER.....10-22
- ◆ Ortaokul Yöneticilerinin Beden Eğitimi ve Spor Dersinin
Yürütülmesi Sürecinde Karşılaştıkları Sorunlar, Çözümler ve Çözüm
Önerilerinin İncelenmesi / Examination of the Problems, Solutions
and Solution Suggestions Encountered by Secondary School
Administrators in the Process of Conducting Physical Education and
Sports Lessons
Yasemin YAZICI, Hüseyin Hüsnü BAHAR.....23-37
- ◆ Türkiye Taekwondo Şampiyonalarına Katılan Sporcuların Sporda
Güdülenme Düzeylerinin Araştırılması / Investigation of Sports
Motivation Levels of Athletes Participating in Turkish Taekwondo
Championships
Nihal AKOĞUZ YAZICI, Özhan Can YILMAZ.....38-48

Review

- Mezopotamya'da Sporun Mitolojik Yönü ve Günümüze
Yansımaları / Mythological Aspects of Sports in Mesopotamia and
Its Reflections on Today
Erol DOĞAN, Osman İMAMOĞLU49-63



Takım Sporcularının Örgütsel Politika Algılarının İncelenmesi “Examination of Team Athletes' Perceptions of Organizational Policy”

Ünsal ALTINIŞIK¹ & A. Azmi YETİM²

ARAŞTIRMA MAKALESİ

Tarihçe

Yayın Geliş Tarihi: 19 Temmuz 2024
Kabul Tarihi: 30 Temmuz 2024
Online Yayın Tarihi: 30 Ağustos 2024

DOI: <http://dx.doi.org/10.29228/anatoliasr.62>

Yazarlarla İletişim

1- (Sorumlu Yazar) Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, Aydın, TÜRKİYE.
e-mail: unsalaltinisik@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0002-5078-294X>
2- Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, Ankara, TÜRKİYE.
e-mail: aayetim@gazi.edu.tr
<https://orcid.org/0000-0003-0375-863>

Yazar Katkıları

Tüm yazarlar çalışmanın konseptine ve tasarımına katkıda bulundu.

Finansman

Bu çalışma herhangi bir kurum/kuruluştan maddi destek almadı.

Çıkar Çatışması

Yazarlar çıkar çatışması olmadığını beyan ediyorlar.

Şeffaflık

Yazarlar, çalışmada hiçbir hayati özelliğin ihmal edilmediğini, dürüst, doğru ve şeffaf bir anlatım ile raporlaştırdığını ve herhangi bir tutarsızlık olmadığını beyan etmişlerdir.

Etik

Bu çalışmada bilimsel etik kriterlerine uyulmuştur.

Referans Gösterimi

Altınışik, Ü., & Yetim, A.A. (2024). Takım Sporcularının Örgütsel Politika Algılarının İncelenmesi, Anatolia Sport Research, 5(2):1-9.

Copyright © 2024 by Anatolia Sport Research

ÖZET

Amaç: Bu araştırma takım sporcularının örgütsel politika algılarını incelemeyi amaçlamaktadır. Betimsel bir nitelik taşıyan bu araştırma tarama modeline göre gerçekleştirilmiştir.

Materyal ve Metod: Araştırmanın çalışma grubunu, Aydın ilinde; futbol, voleybol ve basketbol branşlarında aktif olarak devam eden 157 sporcu oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak, araştırmacılar tarafından oluşturulan “Kişisel Bilgi Formu” ile Parasız (2021) tarafından geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılan “Takım Sporlarında Örgütsel Politika Algısı Ölçeği” kullanılmıştır. Araştırmanın bağımlı değişkenini örgütsel politika algısı, bağımsız değişkenlerini ise cinsiyet, lisanslı sporcu olma yılı, branş ve kaptanlık durumu oluşturmaktadır. Veri toplama süreci sonucunda elde edilen bulgular bilgisayar ortamına aktarılmış, verilerin çözüm ve yorumlanmasında betimsel istatistikler (frekans, aritmetik ortalama, standart sapma), t-testi ve tek faktörlü varyans analizi (One-Way ANOVA) testi kullanılmıştır.

Bulgular: Yapılan analizler neticesinde araştırmaya dahil edilen takım sporcularının örgütsel politika algıları cinsiyet, lisanslı sporcu olma süresi, branş ve kaptanlık yapma durumu değişkenlerine göre anlamlı farklılık göstermemektedir

Sonuç: Katılımcıların örgütsel politika algılarının orta seviyede olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Örgütsel Politika, Politika, Takım Sporları

ABSTRACT

Aim: This research aims to examine the organizational policy perceptions of team athletes.

Material and Method: This research, which has a descriptive nature, was carried out according to the scanning model. The study group of the research is in Aydın province; consists of 157 active players in football, volleyball and basketball branches. The "Personal Information Form" created by the researchers and the "Organizational Policy Perception in Team Sports Scale", the validity and reliability study of which was conducted by Parasız (2021), were used as data collection tools in the research. The dependent variable of the study is the perception of organizational policy, and the independent variables are gender, years of being a licensed athlete, branch and captain status. The findings obtained as a result of the data collection process were transferred to the computer environment, and descriptive statistics (frequency, arithmetic mean, standard deviation), t-test and one-factor analysis of variance (One-Way ANOVA) test were used in the analysis and interpretation of the data.

Results: As a result of the analyzes made, the organizational policy perceptions of the team athletes included in the research do not differ significantly according to the variables of gender, duration of being a licensed athlete, branch and being a captain.

Conclusions: It was determined that the organizational policy perceptions of the participants were at a moderate level.

Keywords: Organizational Politics, Politics, Team Sports

GİRİŞ

İnsanlar dinamik ve sosyal bir varlıktır. Sosyal düzenin vazgeçilmez bir unsuru olan insanlar farklı değerlere ve tutumlara sahiptirler. Bu tutum ve değerler ışığında insanlar, ortak hedeflerini hayata geçirmek için farklı örgütler oluşturma eğiliminde olurlar ve hayatlarının büyük bir çoğunluğunu oluşturdukları bu örgütlerde sürdürürler.

Yapısal perspektiften örgüt; “ortak bir amacı gerçekleştirmek için bireylerin güçlerinin eşgüdümlemesi, insan ilişkileri yaklaşımına göre sosyal bir sistem, sembolik görüş açısından anlam ve kültür oluşturan, politik çerçeveden ise güç mücadelelerinin yaşandığı arenalardır” (Bolman & Deal, 2017). Örgüt, gücü elde etmeye yönelik çatışmaların yaşandığı informal bir topluluk (Pfeffer, 1999) ve ayrıca bir faaliyet içerisinde birleşen grup olarak da nitelendirilebilmektedir (Altınışık & Akyel, 2022). Mintzberg (1983) sektör ve amaç fark etmeksizin her örgütün politik bir yanı bulunduğunu ifade etmiştir. Bunun yanında örgütteki bireylerin karar alma süreçlerinin içinde yer almaması ve yaşanan olaylar ile ilgili farklı yorumların yapılması örgütlerin politik olarak algılanmasını etkileyen faktörler arasında gösterilmektedir (Kacmar & Carlson, 1997).

Vigoda-Gadot ve Cohen (2002) “bir ortamda politika ifadesi kullanıldığında çoğu zaman akla gelen ilk fikrin politika eylemler ve siyasi fikirler olduğunu savunmuşlardır”. Drory ve Romm (1990) “yönetim literatüründe ise bu kavramın daha detaylı olup resmi kuruluşlar, özel kuruluşlar, örgütler, bireyin çalışma ortamı ve özel yaşantısında da rastlanabilen genel bir olgu olarak karşılaşılan durumlar olarak ifade etmişlerdir”. Ancak politika sadece devlet veya siyasi partilerde gözlenebilen bir kavram değildir. Aksine insanoğlunun olduğu ve birlikte hareket ettiği, güce dayalı hiyerarşinin ve kaynak dağıtımının olduğu her yerde politika ve politik davranış görülebilir (Kaufman, 1964; Gandz & Murray, 1980; Kacmar & Carlson, 1997). Bu bağlamda şartlar gereği çalışanların pozisyon ve statü fark etmeksizin birbirleriyle rekabet etmesi kaçınılmaz bir olgu olmakla birlikte bu rekabet ortamı örgütsel politikayı ortaya çıkarmaktadır (Mintzberg, 1983).

Alan yazınında ilk kullanımını Mayes ve Allen'in 1977 yılında yaptığı “Bir Örgütsel Politika Tanımına Doğru (Toward a Definition of Organizational Politics)” isimli çalışmasında gördüğümüz “örgütsel politika” ifadesi kavramı günümüzde en çok benimsenen ve geniş çapta kullanılan ifade edilme yöntemi haline gelmiştir (Akt. Parasız, 2021). Örgütsel politika konusunda, özellikle 2000’li yıllarda sosyoloji, psikoloji, işletme, iktisat, siyaset bilimi ve yönetim gibi farklı disiplinler tarafından akademik araştırmalar yapılmaktadır (Ferris vd., 2002). Vigoda-Gadot ve Drory (2006) “örgütsel politikanın çalışma hayatında hemen hemen her sektörde görülmesine rağmen politik davranışların değişik tanımlarının olduğunu belirtmektedirler”.

Örgütsel politika, “bireylerin veya grupların kendi çıkarlarını ön planda tutarak başka kişi ya da grupları etkilemek amacıyla ortaya koydukları kasıtlı davranışlardır” (Allen, Madison, Porter, Renwick & Mayes; 1979). Örgütsel politika algısı ise, “örgütte politik bir ortamın oluşması ve sürekliliğin sağlanması önem taşıyan bir unsur olarak; örgüt ile bireylerin sergilediği tutum ve davranışların yine örgütteki diğer bireyler ya da gruplar tarafından algılanma biçimleri” olarak tanımlanabilmektedir (Buenger vd., 2007). Diğer bir ifadeyle; Ferris ve Kacmar’a göre, işgörenlerin kendi örgütlerini politik olarak algılamalarına yönelik olan nedenleri ve bu nedenlerin sonucu oluşan tutum ve davranışların değerlendirilmesini içermektedir (Ferris & Kacmar, 1992). Bu bağlamda tutum ve davranışların gösterildiği yer bir aile, bir şirket, bir okul, bir spor kulübü olabileceği gibi bir spor takımı da olabilir (Parasız, 2021).

Modern yaşamın ayrılmaz bir parçasını olan spor olgusunun (Altınışik vd., 2020) en popüler ve yaygın kısmını oluşturan takım sporlarının en önemli unsuru takımlardır. Spor kulüplerinde başarı veya başarısızlığı belirleyen birçok iç ve dış etkenler bulunsa da, en önemli etken şüphesiz ki takım dinamikleri ve takımları oluşturan oyuncularlardır. Çünkü insanların bir amaç çevresinde bir araya geldiği her örgütte olduğu gibi spor takımlarında da sosyal ilişki ve etkiler performansı doğrudan etkilemektedir. Başarı için gerekli performansın sağlanması ve sürdürülmesi için ise tüm örgütlerde olduğu gibi spor takımlarında da, takımda yer alan kişiler (sporcular) arasında neler olup bittiğini anlamak ve yönetmek oldukça önem göstermektedir (Akt. Parasız, 2021). Buna rağmen literatüre bakıldığında spor takımlarında örgütsel politikayı inceleyen araştırma sayısının oldukça kısıtlı olması bu araştırmanın çıkış noktasını oluşturmuştur. Buradan hareketle bu araştırmanın amacını; takım sporları örnekleminde örgütsel politika algısının keşfi ve incelenmesi oluşturmaktadır.

MATERYAL VE METOD

Araştırmanın Modeli

Takım sporuyla uğraşan bireylerin örgütsel politika algılarının incelenmesinin amaçlandığı bu araştırma betimsel nitelik taşımakta olup tarama modeli kapsamında gerçekleştirilmiştir. Tarama modelleri, “önceden veya hali hazırda var olan bir durumu olduğu biçimiyle tasvir etmeyi amaç edinen araştırma modellerinden biridir. Bu modelde araştırmaya dahil edilen nesne, birey veya olay olduğu şekliyle ifade edilmeye amaçlanır. Onları etkileme ya da değiştirme gayretinde bulunulmaz. Üzerinde durulan nokta, öğrenilmek istenen durumu uygun bir şekilde gözleyip ifade edebilmektir” (Karasar, 2013).

Araştırma Grubu

Araştırma grubunu Aydın’da futbol, basketbol ve voleybol branşlarında kolay ulaşılabilir örnekleme yöntemiyle ulaşılabilen 157 sporcu oluşturmaktadır. Araştırmacı “ilgili yöntemde, yakınında olan ve ulaşılması daha kolay olan bir durumu seçmektedir (Yıldırım & Şimşek, 2014). Sonrasında ise bu kişilerin de kendi çevrelerine yönlendirdiği ‘Kartopu Örneklem Yöntemi’ tercih edilmiştir. Kartopu örneklem modelinin temelinde, araştırma yapılırken sürekli yeni katılımcılara ulaşılması mantığı bulunmaktadır. Bu yöntemde tanınan ve ulaşılabilen ilk katılımcılarla araştırmaya başlanılmakta ve onların yardımıyla diğer katılımcılara ulaşmak hedeflenmektedir” (Punch, 1998). Bu doğrultuda araştırma için toplam 157 kişiye ulaşılmıştır.

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Bilgileri

Değişken	Düzye	N	%
Cinsiyet	Kadın	64	40.8
	Erkek	93	59.2
Lisanslı Sporcu Olma Süresi	1-3 Yıl	44	28
	4-6 Yıl	80	51
	7-9 Yıl	33	21
Branş	Voleybol	51	32.5
	Futbol	70	44.6
	Basketbol	36	22.9
Kaptanlık Yapma Durumu	Evet	48	30.6
	Hayır	109	69.4
Toplam		157	100

Veri Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Formu: Araştırmacılar tarafından oluşturulan bu form; cinsiyet, lisanslı sporcu olma yılı, branş ve kaptanlık yapma durumu gibi bağımsız değişkenleri içermektedir.

Takım Sporlarında Örgütsel Politika Algısı Ölçeği (ZEBSEYFÖ): Takım sporcuları örnekleminde veri toplamak için, Parasız (2021)'in sporculara yönelik geliştirdiği "Takım Sporlarında Örgütsel Politika Algısı Ölçeği" kullanılmıştır. Ölçek tamamı olumlu ifadeler içeren 30 madde 5'li Likert tipinde derecelendirilmiştir. Ölçek 3 alt boyuttan oluşmaktadır. Bunlar: Genel Politik Davranış, Antrenör-yönetici davranışları ve Takım arkadaşı davranışları şeklindedir. Yanıtlayanların her maddeye verebileceği değer aralığı 1 ile 5 olarak belirlenmiştir. 5'li Likert tipindeki veri toplama aracında maddeler, Hiç Katılmıyorum (1), Katılmıyorum (2), Hem Katılıyorum, Hem Katılmıyorum (3), Katılıyorum (4) ve Tamamen Katılıyorum (5) olarak belirlenmiştir. Ölçekten alınan yüksek puanlar, sporcuların örgütsel politika algılarının yüksek; düşük puanların ise düşük olduğunu göstermektedir.

Tablo 2. Ölçme Aracına Ait Güvenirlik Değerleri

Boyutlar	Cronbach alfa
Genel Politik Davranış	0.88
Takım Arkadaşı Davranışları	0.75
Antrenör/Yönetici Davranışları	0.78
TSÖP (Toplam)	0.91

Cronbach's Alpha, bir ölçeğin güvenilirliğini (iç tutarlılığını) değerlendirmek için kullanılan bir istatistiksel ölçüttür. Özellikle anketlerde, testlerde veya ölçeklerdeki maddelerin (soruların) birbiriyle ne kadar uyumlu olduğunu belirlemek için kullanılmaktadır. Bu bilgilerden hareketle elde edilen değerlere bakıldığında ölçek geneli alt boyutlara ait değerlerin güvenilir olduğu görülmektedir (Tavakol & Dennick, 2011).

Verilerin Analizi

Araştırma kapsamında elde edilen veriler için uygulanan istatistiksel analizler, SPSS 26.0 istatistik paket programı aracılığıyla gerçekleştirilmiştir. Araştırmada elde edilen çarpıklık ve basıklık değerlerine bakıldığında (-1) ile (+1) arasında olduğu görülmektedir. Bu doğrultuda parametrik testlerin uygulanmasına karar verilmiştir (George & Mallery, 2010). Verilerin değerlendirilme aşamasında istatistiki yöntem olarak; betimsel istatistikler, t testi ve One-Way ANOVA testlerinden faydalanılmıştır.

BULGULAR

BULGULAR

Tablo 3. Takım Sporlarında Örgütsel Politika Algısı Ölçeği Puanlarının Dağılımı

Boyutlar	n	Ort	Ss	Çarpıklık	Basıklık	Min	Max
Genel Politik Davranış	157	25.89	6.24	0.748	0.697	15.00	47.00
Takım Arkadaşı Davranışları	157	26.35	7.01	0.649	0.224	14.00	45.00
Antrenör/Yönetici Davranışları	157	26.94	7.91	0.556	0.184	11.00	48.00
TSÖP (Toplam)	157	79.19	18.71	0.384	-0.030	41.00	129.00

Tablo 3'deki bulgulara göre, katılımcıların Takım Sporlarında Örgütsel Politika Algısı Ölçeği'nden elde ettikleri puan ortalamasının (79.19±18.71) olduğu görülmektedir. Boyut bazında bakıldığında Genel Politik Davranış (25.89±6.24), Takım Arkadaşı Davranışları (26.35±7.01) ve Antrenör/Yönetici Davranışları (26.94±7.91) olduğu görülmektedir. Araştırmada kullanılan ölçme aracından ve alt

boyutlarından elde edilen puanların çarpıklık ve basıklık değerlerine bakıldığında verilerin normal dağıldığı söylenebilir (Tablo 3). Bu doğrultuda verilerin analizinde parametrik testler kullanılmıştır.

Tablo 4. *Takım Sporlarında Örgütsel Politika Algısı Ölçeği Puanlarının Cinsiyete Göre Farklılaşması*

Boyutlar	Cinsiyet	n	Ort	Ss	Sd	t	p
Genel Politik Davranış	Kadın	64	25,23	5,45	155	1.094	0,27
	Erkek	93	26,34	6,73			
Takım Arkadaşı Davranışları	Kadın	64	25,81	6,65	155	0.805	0,42
	Erkek	93	26,73	7,26			
Antrenör/Yönetici Davranışları	Kadın	64	27,17	7,94	155	0.292	0,77
	Erkek	93	26,79	7,94			
TSÖP (Toplam)	Kadın	64	78,21	17,73	155	0.542	0,58
	Erkek	93	79,87	19,43			

Analizler, katılımcıların cinsiyetine göre Takım Sporlarında Örgütsel Politika Algısı Ölçeği ($t=0.542$, $p>0.05$) ile Genel Politik Davranış ($t=1.094$, $p>0.05$), Takım Arkadaşı Davranışları ($t=0.805$, $p>0.05$) ve Antrenör/Yönetici Davranışları ($t=0.292$, $p>0.05$) alt boyutlardan elde edilen puanların anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını göstermektedir.

Tablo 5. *Takım Sporlarında Örgütsel Politika Algısı Ölçeği Puanlarının Lisanslı Sporcu Olma Süresine Göre Farklılaşması*

Boyutlar	Faktör	KT	sd	KO	F	p
Genel Politik Davranış	Gruplar arası	13,566	2	6,783	0,172	0,84
	Gruplar içi	6079,594	154	39,478		
	Toplam	6093,159	156			
Takım Arkadaşı Davranışları	Gruplar arası	12,752	2	6,376	0,128	0,88
	Gruplar içi	7667,274	154	49,787		
	Toplam	7680,025	156			
Antrenör/Yönetici Davranışları	Gruplar arası	149,604	2	74,802	1,196	0,30
	Gruplar içi	9631,988	154	62,545		
	Toplam	9781,592	156			
TSÖP (Toplam)	Gruplar arası	74,861	2	37,430	0,106	0,90
	Gruplar içi	54578,018	154	354,403		
	Toplam	54652,879	156			

Analizler, katılımcıların lisanslı sporcu olma süresi değişkenine göre Takım Sporlarında Örgütsel Politika Algısı Ölçeği ($F_{2,154}=0.106$, $p>0.05$) ile Genel Politik Davranış ($F_{2,154}=0.172$, $p>0.05$), Takım Arkadaşı Davranışları ($F_{2,154}=0.128$, $p>0.05$) ve Antrenör/Yönetici Davranışları ($F_{2,154}=1.196$, $p>0.05$) alt boyutlarından elde edilen puan ortalamalarının anlamlı olarak farklılaşmadığını göstermektedir.

Tablo 6. Takım Sporlarında Örgütsel Politika Algısı Ölçeği Puanlarının Branşa Göre Farklılaşması

Boyutlar	Faktör	KT	sd	KO	F	p
Genel Politik Davranış	Gruplar arası	49,734	2	24,867	,634	0,53
	Gruplar içi	6043,425	154	39,243		
	Toplam	6093,159	156			
Takım Arkadaşı Davranışları	Gruplar arası	156,990	2	78,495	1,607	0,20
	Gruplar içi	7523,036	154	48,851		
	Toplam	7680,025	156			
Antrenör/Yönetici Davranışları	Gruplar arası	202,941	2	101,471	1,631	0,19
	Gruplar içi	9578,651	154	62,199		
	Toplam	9781,592	156			
TSÖP (Toplam)	Gruplar arası	670,347	2	335,174	,956	0,38
	Gruplar içi	53982,532	154	350,536		
	Toplam	54652,879	156			

Analizler, katılımcıların branş değişkenine göre Takım Sporlarında Örgütsel Politika Algısı Ölçeği (F_{2,154}= 0.956, p>0.05) ile Genel Politik Davranış (F_{2,154}= 0,634, p>0.05), Takım Arkadaşı Davranışları (F_{2,154}= 1.607, p>0.05) ve Antrenör/Yönetici Davranışları (F_{2,154}= 1.631, p>0.05) alt boyutlarından elde edilen puan ortalamalarının anlamlı olarak farklılaşmadığını göstermektedir.

Tablo 7. Takım Sporlarında Örgütsel Politika Algısı Ölçeği Puanlarının Kaptanlık Durumuna Göre Farklılaşması

Boyutlar	Kaptanlık Durumu	n	Ort	Ss	Sd	t	p
Genel Politik Davranış	Evet	48	26,50	7,38	155	0.808	0,18
	Hayır	109	25,62	5,69			
Takım Arkadaşı Davranışları	Evet	48	26,89	8,11	155	0.638	0,36
	Hayır	109	26,11	6,50			
Antrenör/Yönetici Davranışları	Evet	48	26,81	7,31	155	0.143	0,85
	Hayır	109	27,00	8,20			
TSÖP (Toplam)	Evet	48	80,20	21,49	155	0.448	0,40
	Hayır	109	78,75	17,44			

Analizler, katılımcıların kaptanlık durumuna göre Takım Sporlarında Örgütsel Politika Algısı Ölçeği (t= 0.448, p>0.05) ile Genel Politik Davranış (t= 0.808, p>0.05), Takım Arkadaşı Davranışları (t= 0.638, p>0.05) ve Antrenör/Yönetici Davranışları (t= 0.143, p>0.05) alt boyutlardan elde edilen puanların anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını göstermektedir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Takım sporcularının örgütsel politika algılarını belirlemek amacıyla gerçekleştirilen bu araştırmaya 157 sporcu dahil edilmiştir. Katılımcıların Takım Sporlarında Örgütsel Politika Algısı Ölçeği'nden elde ettikleri puan ortalamasının 79.19±18.71 olduğu, boyut bazında bakıldığında elde edilen ortalama puanların Genel Politik Davranış (25.89±6.24), Takım Arkadaşı Davranışları (26.35±7.01) ve Antrenör/Yönetici Davranışları (26.94±7.91) olduğu görülmektedir. Diğer bir ifadeyle araştırmaya dahil edilen katılımcıların örgütsel politika algılarının ortalama seviyelerde olduğu tespit edilmiştir. Buradan

hareketle araştırmaya dahil edilen takımlar özelinde istenmeyen yönelimleri ifade eden politik davranışların görüldüğü söylenebilir.

Araştırma kapsamında cinsiyet değişkenine bakıldığında Takım Sporlarında Örgütsel Politika Algısı Ölçeği ile Genel Politik Davranış, Takım Arkadaşı Davranışları ve Antrenör/Yönetici Davranışları alt boyutlardan elde edilen puanların anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Bu durumun araştırmaya dahil edilen kadın ve erkek katılımcıların benzer örgütsel politika algısına sahip olmasından kaynaklandığı düşünölmektedir. Literatüre bakıldığında cinsiyetin örgütsel politika algısı üzerinde herhangi bir etki göstermediği araştırmalar yer almaktadır. Ferris, Frink, Galang, Kacmar ve Howard (1996) tarafından örgütsel politikaya ilişkin algıları incelemek amacıyla yaptığı araştırmada ve O'Connor ve Morrison (2001)'un örgütsel politika algılarının yordayıcılarını belirlemeyi amaçladığı araştırmada benzer sonuçlar elde edilmiştir. Ayrıca Atinc vd. (2010) ile Bıyık, Erden ve Aydoğan (2016) tarafından yapılan araştırmada cinsiyet ile örgütsel politika algısı arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görölmüştür. Dolayısıyla araştırmamız ve belirtilen araştırmaların sonuçları Ferris vd.'nin (2002) demografik değişkenleri öncül modelden çıkarma ve aracı etkisi olarak incelenmesi kararını desteklediği söylenebilir. Elde edilen sonuçlar araştırmamızı destekler niteliktedir. Bunun yanında Çelik-Yılmaz (2023)' ise araştırmasında öğretmenlerin orta düzeyin altında olan erillik düzeyleri örgütsel politika algıları ile negatif yönlü ilişkiye sahip olup, erillik değerlerinin artışı örgütsel politika algılarını azalttığı tespit edilmiştir.

Bakıldığında cinsiyet; "bireylerin fiziksel olarak ayırt edici özelliği olmasının yanı sıra toplumsal anlamda kimlik edinmesine de yardımcı olan, bireysel ve kültürel olarak cinsiyete dair değerlerin bütününe kapsamaktadır" (Hofstede, 2001). Toplumsal cinsiyet rollerinin çalışma yaşamında da etkileri incelenmekte ve örgütsel davranışa doğrudan etki eden önemli faktörlerden olduğu söylenebilir (Atilla, 2007).

Lisanslı sporcu olma yılı değişkenine bakıldığında; Takım Sporlarında Örgütsel Politika Algısı Ölçeği ile Genel Politik Davranış, Takım Arkadaşı Davranışları ve Antrenör/Yönetici Davranışları alt boyutlarından elde edilen puan ortalamalarının anlamlı olarak farklılaşmadığını göstermektedir. Bu durumun lisanslı sporcu olma yılı açısından katılımcıların benzer örgütsel politika algısına sahip olmalarından kaynaklandığı düşünölmektedir.

Branş değişkeni açısından bakıldığında; Takım Sporlarında Örgütsel Politika Algısı Ölçeği ile Genel Politik Davranış, Takım Arkadaşı Davranışları ve Antrenör/Yönetici Davranışları alt boyutlarından elde edilen puan ortalamalarının anlamlı olarak farklılaşmadığını göstermektedir. Bu durumun branş bazında katılımcıların benzer örgütsel politika algısına sahip olmalarından kaynaklandığı düşünölmektedir. Parasız (2021)'in araştırmasında ise sporcuların takımlarına yönelik örgütsel politika algıları "branşlarına" göre karşılaştırıldığında, örgütsel politika algılarının hem genel ölçek kapsamında hem de tüm alt boyutlarda hentbol ve futbol branşı arasında futbol lehine anlamlı farklılıklar gösterdiği tespit edilmiştir. Bu durumun iki branş arasında var olan popölarite, maddi kazanç ve sporcu sayısı gibi farklılıklarından kaynaklandığı söylenebilir. Çünkü bir kaynak bireyler açısından ne kadar değerliyse ve o kaynak üzerine rekabet eden kişi sayısı ne kadar artarsa, orada görölen politik mücadele o denli yoğun olduğu söylenebilir (Gandz & Murray, 1980; Murray & Gandz, 1980). Dolayısıyla, hentbol sporcularının örgütsel politika algılarının futbol sporcularına göre anlamlı şekilde düşük olduğu; bunun sebebi olarak da iki branş temelinde oyuncular arasında rekabete neden olan unsurların değeri ve bu kaynaklar için rekabet eden sporcu sayısındaki farklılıktan kaynaklandığı belirtilmiştir.

Kaptanlık görevi değişkenine göre; Analizler, katılımcıların kaptanlık durumuna göre Takım Sporlarında Örgütsel Politika Algısı Ölçeği ile Genel Politik Davranış Takım Arkadaşı Davranışları ve Antrenör/Yönetici Davranışları alt boyutlardan elde edilen puanların anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını göstermektedir. Başka bir ifadeyle kaptanlık yapan ve yapmayan sporcuların örgütsel politika algıları hem tüm alt boyutlarda hem de toplam olarak bakıldığında benzerlik gösterdiği söylenebilir. Literatüre bakıldığında benzer sonuçlar yer almaktadır. Parasız (2021) tarafından yapılan araştırmada kaptanlık yapma durumu ile örgütsel politika algısı arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir.

Spor takımlarında kaptanlar örgüt teorisi içinde yer alan alt kademe yöneticilere (usta başı vb.) benzer nitelikler taşımaktadır. Buradan hareketle Yalaza (2019) tarafından yapılan araştırmada çalışılan kademenin örgütsel politika algısı üzerinde bir etki göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Elde edilen sonuç araştırmamızı destekler niteliktedir. Ancak araştırmamızda her ne kadar anlamlı farklılık görülme de kaptanlık görevinde bulunanların genel olarak örgütsel politika algılarının daha yüksek olduğu söylenebilir. Dolayısıyla birey daha yüksek kademelerde yer aldıkça kaynak dağıtım kararlarına daha yakından temas edecek ve sahip olduğu pozisyonu korumak için daha yüksek rekabete maruz kalacağı düşünülmektedir (Parasız, 2021).

Sonuç olarak; sporcuların örgütsel politika algılarının; cinsiyet, lisanslı sporculuk yılı, branş ve kaptanlık görevi gibi bağımsız değişkenler açısından anlamlı olarak farklılaşmadığı görülmüştür. Ayrıca araştırmaya dahil edilen sporcuların örgütsel politika algıları orta seviyede tespit edilmiştir.

Bilindiği üzere spor takımları ortak bir spor dalında performans sergilemek hedefiyle bir araya gelen kişilerin oluşturduğu ve ellerinde birçok değerli kaynakların bulunduğu yapılanmayı ifade etmektedir. Tüm örgütlerde olduğu gibi spor kulüplerinde de kulübün çeşitli işlevlerini yönetmek ve stratejik hedeflerine ulaşmak için yetkilendirilmiş yöneticiler yer almaktadır. Dolayısıyla kulüplerin işleyişinde yetkiyi elinde bulunduran formal yapılanmanın tamamen devre dışı kalması istisnai durumlar dışında sık görülen bir durum olmadığı söylenebilir. Buradan hareketle spor takımlarında örgütsel politikanın varlığı; kulübün içinde çıkabilecek iç çatışmaların yaşanması, takım içinde oluşan adaletsizlik algısı, oyuncuların performanslarında düşüş görülmesi ve motive olamamaları, yetenekli oyunculara verilen şansın az olması neticesinde kendilerini geliştirememeleri, kulübün kimliğine, imajına ve kültürüne zarar verecektir. Böylelikle de spor kulüplerinin genel kurumsal itibarı olumsuz bir şekilde algılanacaktır.

Buna ek olarak; ilgili literatür incelendiğinde ilgili çok az araştırmaya rastlanmıştır. Bu bakımdan araştırmamızın konu ile ilgili farklı branşlara ve farklı örneklem gruplarına uygulanacak araştırmalara katkı sunacağı düşünülmektedir.

KAYNAKLAR

- Allen, R. W., Madison, D. L., Porter, L. W., Renwick, P. A., & Mayes, B. T. (1979). Organizational politics tactics and characteristics of its actors. *California Management Review*, 22(1): 77-83. doi: 10.2307/41164852
- Altınışık, Ü., & Akyel, Y. (2022). Spor yönetiminde örgüt kültürü. A. Çelik, A. B. Özkara ve S. Zengin (Ed.), *Spor-Eğitim-Sağlık* (s. 91-104) içinde. İstanbul: Efe Akademi Yayınları
- Altınışık, Ü., Turhal, S. N., Çelik, A. & Yetim, A. A. (2020). Employability perceptions of sports manager candidates. *Ambient Science*. 07(Sp1), 275-279.
- Atilla, G. (2007). *Erillik-dışillik boyutunun empatik beceri ile ilişkisi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), Süleyman Demirel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Isparta.
- Atinc, G., Darrat, M., Fuller, B., & Parker, B. W. (2010). Perceptions of organizational politics: A meta-analysis of theoretical antecedents. *Journal of Managerial Issues*, 494-513.

- Bıyık, Y., Erden, P., & Aydoğan, E. (2016). Çalışanların kararlara katılımı ve örgütsel politika algısı ilişkisi. *İşletme Araştırmaları Dergisi*, 8(1), 100-116.
- Bolman, L. G., & Deal, T. E. (2017). *Organizasyonları yeniden yapılandırmak*. (A. Aypay ve A. Tanrıöğen, çev.). Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Buenger, C. M., Forte, M., Boozer, R. W. & Maddox E. N. (2007). A study of the perceptions of organizational politics scale (pops) for use in the university classroom. *Developments in Business Simulation and Experiential Learning*, (34), 294-301.
- Çelik-Yılmaz, D. (2023). *Öğretmenlerin kültürel değer algıları ve örgütsel politika alguları arasındaki ilişkide sosyal kimliğinin aracı rolü*. Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Bolu.
- Drory, A. & Romm, T. (1990). The definition of organizational politics: A review. *Human Relations*, 43(11): 1133-1154.
- Ferris, G. R. & Kacmar, K. M. (1992). Perceptions of organizational politics. *Journal of Management*, 18(1), 93-116.
- Ferris, G. R., Adams, G., Kolodinsky, R. W., Hochwarter, W. A. & Ammeter, A. P. (2002). "Perceptions of Organizational Politics: Theory and Research Directions", *The Many Faces of Multi-Level Issues (Research in Multi-Level Issues)*, 1, 179- 254.
- Ferris, G. R., Frink, D. D., Galang, M. C., Kacmar, K. M., & Howard, J. L. (1996). Perceptions of organizational politics prediction: Stress-related implications ve outcomes. *Human Relations*, 49(2), 233-266.
- Gadot, Vigoda, E. & Drory, A. (Ed.). (2006). *Handbook of organizational politics*. United Kingdom: Edward Elgar Publishing.
- Gandz, J., & Murray, V. V. (1980). The experience of workplace politics. *Academy of Management Journal*, 23(2), 237-251.
- George, D. & Mallery, M. (2010). *Spss for windows step by step: A simple guide and reference*, 18.0 update, (11th ed.) Boston: Pearson.
- Hofstede, G. (2001). *Culture's Consequences: Comparing values, behaviours, institutions, on organizations across nations* (2. b.). Sage Publications.
- Kacmar, K. M. & Carlson, D. S. (1997). Further Validation of The Perceptions of Politics Scale (POPS): A Multiple Sample Investigation. *Journal of Management*, 23(5), 627-658.
- Karasar, N. (2013). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel.
- Kaufman, H. (1964). Organization theory ve political theory. *The American Political Science Review*, 58(1), 5-14.
- Mintzberg, H. (1983). Power in and around organizations. *Englewood Cliffs*: Prentice Hall.
- Murray, V. & Gandz, J. (1980). Games executives play: Politics at work. *Business Horizons*, 23(6), 11-23.
- O'Connor, W. E., & Morrison, T. G. (2001). A comparison of situational ve dispositional predictors of perceptions of organizational politics. *The Journal of Psychology*, 135(3), 301-312.
- Parasız, Ö. (2021). *Takım sporlarında örgütsel politika*. Doktora Tezi. Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Pfeffer, J. (1999). *Güç merkezli yönetim: Örgütlerde politika ve nüfuz*. (E. Özsayar, çev.). İstanbul: Boyner Holding Yayınları.
- Punch, K. (1998). *Introduction to social research: Quantitative and qualitative approaches*. London: Sage Publishing.
- Vigoda-Gadot, E. & Drory, A. (Eds.). (2006). *Handbook of Organizational Politics*. The UK: Edward Elgar Publishing.
- Vigoda-Gadot, E. & Cohen, A. (2002). Influence tactics and perceptions of organizational politics: A longitudinal study. *Journal of Business Research* 55(4), 311-324.
- Tavakol, M., & Dennick, R. (2011). Making sense of Cronbach's alpha. *International Journal of Medical Education*, 2, 53-55.
- Yalaza, O. B. (2019). Öğretmenlerin örgütsel politika algısının örgütsel güven düzeyine etkisi. *International Journal of Scholars in Education*, 2(2), 120-136.
- Yıldırım, A. & Şimşek, H. (2014). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. (9. Basım). Ankara: Seçkin Yayınlar.



Spor Bilimleri Öğrencilerinin Fiziksel Aktivite ve Duygusal Zekâ Düzeylerinin Hedefe Bağlılıklarına Etkisi

“The Effect of Physical Activity and Emotional Intelligence Levels of Sports Sciences Students on Their Goal Commitment”

Nurhak İBİLİ¹ & Cemalettin BUDAK² & Emrah SEÇER³

ARAŞTIRMA MAKALESİ

Tarihçe

Yayın Geliş Tarihi: 17 Temmuz 2024

Kabul Tarihi: 21 Ağustos 2024

Online Yayın Tarihi: 30 Ağustos 2024

DOI: <http://dx.doi.org/10.29228/anatoliar.58>

Yazarlarla İletişim

1- Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor ABD, Erzincan, TÜRKİYE

e-mail: ibilinurhak@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0002-4766-140X>

2- Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor ABD, Erzincan, TÜRKİYE

e-mail: cemalettin.budak@erzincan.edu.tr

<https://orcid.org/0000-0002-7119-9235>

3- (Sorumlu Yazar) Binali Yıldırım Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor ABD, Erzincan, TÜRKİYE

e-mail: emrahsecer10@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0002-6683-680X>

Ek Bilgi

Bu çalışma 07-09 Ekim 2021 tarihinde yapılan 5. Uluslararası Akademik Spor Araştırmaları Kongresi'nde sözel bildiri olarak sunulmuştur.

Yazar Katkıları

Tüm yazarlar çalışmanın konseptine ve tasarımına katkıda bulundu.

Finansman

Bu çalışma herhangi bir kurum/kuruluştan maddi destek almadı.

Çıkar Çatışması

Yazarlar çıkar çatışması olmadığını beyan ediyorlar.

Şeffaflık

Yazarlar, çalışmada hiçbir hayati özelliğin ihmal edilmediğini, dürüst, doğru ve şeffaf bir anlatım ile raporlaştırdığını ve herhangi bir tutarsızlık olmadığını beyan etmişlerdir.

Etik

Bu çalışmada bilimsel etik kriterlerine uyulmuştur.

Referans Gösterimi

İbili, N., Budak, C., & Seçer, E. (2024). Spor Bilimleri Öğrencilerinin Fiziksel Aktivite ve Duygusal Zekâ Düzeylerinin Hedefe Bağlılıklarına Etkisi, *Anatolia Sport Research*, 5(2): 10-22

Copyright © 2024 by Anatolia Sport Research

ÖZET

Amaç: Spor bilimleri alanında öğrenim gören üniversite öğrencilerinin fiziksel aktivite ve duygusal zeka düzeylerinin hedefe bağlılıkları üzerindeki etkisinin incelenmesidir.

Materyal ve Metod: İlişkisel tarama modelinin kullanıldığı araştırmaya, 105 kadın 91 erkek olmak üzere 196 üniversite öğrencisi katılmıştır. Araştırmada veriler “Kişisel Bilgi Formu”, “Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi-Kısa Form”, “Duygusal Zeka Ölçeği” ve “Hedefe Bağlılık Ölçeği” kullanılarak toplanmıştır. Verilerin analizinde normallik testlerinden sonra parametrik testlerden bağımsız gruplar t-testi, Tek Yönlü Varyans Analizi (One Way ANOVA) ile “Tukey”, Pearson korelasyon analizi ve çoklu doğrusal regresyon analizi kullanılmıştır.

Bulgular: Araştırmada öğrencilerin fiziksel aktivite, duygusal zeka ve hedefe bağlılıklarının cinsiyete göre farklılaşmadığı, aktif olarak spor yapanların fiziksel aktivite düzeylerinin yapmayanlardan anlamlı düzeyde yüksek olduğu, benzer şekilde duygusal zekanın alt boyutu olan pozitif duygusal yönetim boyutunda aktif spor yapanların anlamlı düzeyde yüksek ortalamaya sahip olduğu, 1. Sınıf ve 4. Sınıf öğrencinin hedefe bağlılıklarının 2. Sınıf öğrencilerinden anlamlı düzeyde yüksek olduğu belirlenmiştir. Fiziksel aktivite ile hedefe bağlılık arasında ve duygusal zeka ile hedefe bağlılık arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler olduğu, fiziksel aktivite ve duygusal zekanın hedefe bağlılığı anlamlı şekilde yordadığı tespit edilmiştir.

Sonuç: Fiziksel aktivite ve duygusal zekanın hedefe bağlılığı istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yordadığı ve varyansın %14.4 gibi önemli bir kısmını açıkladığı belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Duygusal Zeka, Fiziksel Aktivite, Hedefe Bağlılık, Spor Bilimleri

ABSTRACT

Aim: The study aims to examine the effects of physical activity and emotional intelligence levels of university students studying in the field of sports sciences on their goal commitment.

Materials and Methods: A total of 196 university students, 105 female and 91 male, participated in the study in which the relational screening model was used. Data were collected using the “Personal Information Form,” “International Physical Activity Questionnaire-Short Form,” “Emotional Intelligence Scale,” and “Goal Commitment Scale.” In the analysis of the data, after normality tests, independent groups t-test, One Way ANOVA with “Tukey,” Pearson correlation analysis, and multiple linear regression analysis were used.

Results: In the study, it was determined that the students' physical activity, emotional intelligence and commitment to the goal did not differ to gender. Unlike, another finding was determined as those who actively did sports had significantly higher physical activity levels than those who did not. Similarly, those who actively did sports had a significantly higher mean in the positive emotional management dimension, which is a sub-dimension of emotional intelligence. Furthermore, the commitment to the goal of 1st and 4th grade students was significantly higher than that of 2nd grade students. It was determined that there were positive and significant relationships between physical activity and commitment to the goal and between emotional intelligence and commitment to the goal, and that physical activity and emotional intelligence significantly predicted commitment to the goal.

Conclusion: It was determined that physical activity and emotional intelligence predicted goal commitment at a statistically significant level and explained a significant portion of the variance, 14.4%.

Keywords: Emotional Intelligence, Goal Commitment, Sports Sciences, Physical Activity.

GİRİŞ

İnsan organizması yaşamını sürdürebilme ve karşılaştığı farklı durumlarla mücadele etme, fiziksel ve ruhsal sağlığı koruyabilme eğiliminde olduğu için hareket etme becerisini içeren özel bir yapı ile donatılarak yaratılmıştır. Bu hareket ve mücadele etme boyutlarında ise fiziksel aktivite kavramı günlük hayatta önemli bir yer tutarak farklı disiplinlerde (sağlık, psikoloji, spor vb.) çok sayıda araştırmaya konu olmuş ve farklı tanımlamalara yer verilmiştir. Günlük hayat içerisinde bireyin kalp ve solunum hızını artırarak daha fazla enerji tüketimine sebep olan etkinlikler (Arman vd., 2005), iskelet kaslarının kasılması sonucunda bazal seviyenin üzerinde enerji tüketimi gerektiren (Caspersen, Powell ve Christenson, 1985), bahçe, ev, spor, dans vb. fiziksel hareketleri içeren etkinlikler (Yıldırım vd., 2016), günlük işlerin sürdürülmesinde bedenin bir kısmı yada tümü kullanılarak kalp atımı ve solunum ritmini yükselten efor harcaması ile farklı tempo ve şiddetlerde yapılan planlı ya da plansız etkinlikler olarak tanımlanmaktadır (Shakerian vd., 2016). Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) ise fiziksel aktiviteyi, iskelet kasları tarafından üretilen ve enerji harcamayı gerektiren bedensel hareket olarak tanımlanmaktadır (DSÖ, 2024). Türk Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü (THSGM) ise günlük yaşam içerisinde kas ve eklemlerimizi kullanarak enerji tüketimi ile gerçekleşen, kalp ve solunum hızını arttıran ve farklı şiddetlerde yorgunlukla sonuçlanan aktiviteler olarak tanımlanmaktadır (THSGM, 2023).

Duygusal zeka kavramı yakın tarihsel süreç içerisinde bilim dünyasında sıklıkla kullanılmaya başlayan bir kavram olarak dikkat çekmektedir. İnsanoğlunun yaşamını sürdürebilmesi açısından fiziksel ve ruhsal sağlığının yanında (Akgül vd., 2024; Arı vd., 2020; 2024; Dursun vd., 2021 Uzunçayır, Yılmaz ve Yarayan, 2023; Yarayan vd., 2022; Yarayan vd., 2023; Yarayan ve Gulsen, 2023; Yarayan vd., 2024) ilişkilerinin önemli bir yeri olduğu düşünülürse duyguların da önemli bir yeri olduğu düşünülmektedir. Duyguları doğru şekilde algılayarak, etkilerini benimseyebilme gibi üst düzey bilişsel süreçleri kapsamı yönü de dikkat çekmektedir (Law, Wong ve Song, 2004). Duygularını aktarabilen karşı tarafında duygularının farkında olan bireyin mutluluk ve başarı düzeyinin de yüksek olabileceği düşüncesi duygusal zeka kavramını değerli kılmaktadır (Certel, Çatıkkaş ve Yalçınkaya, 2011). Thorndike (1920) tarafından ortaya çıkarılan sosyal zeka kavramı ile birlikte teorik olarak anlam kazanmaya başlayan “duygusal zeka”, Gardner’in (1983, 2011) çoklu zeka teorisi, Payne’in (1985) tez çalışması, Mayer ve Salovey’ in (1997) girişimleri, Goleman’ın (1995, 2020) doğrudan “Duygusal Zeka” adında yazdığı kitap, LeDoux’un (1998) duygusal zekanın bağımsızlığını desteklemesi gibi faaliyetler sonucunda uluslararası literatürde kendine yaygın bir şekilde yer edinmeye başlamış ve çok sayıda tanımına yer verilmiştir. Bu tanımlarda ortak kullanılan ifadelerden hareketle duygusal zeka; yaşla ile doğru orantılı (Mayer vd., 2011), bireyin kendi ve başkalarının duygularının farkında olarak (Arteche vd., 2008; Jordan, 2016) düşüncelerini sentezleyerek davranış örüntülerini düzenleme yetkinliği (Mayer ve Salovey, 1993), çeşitli durumlarla mücadele etme ve başa çıkma sürecindeki yetenekler bütünü (Bar-On vd., 2000), hedefe ulaşmak için öz-kontrol (Pastor, 2014) ve özgüven (Sosik ve Megarian, 1999) sağlayarak sosyal ve toplumsal huzur için uyum sağlayabilme (Hasson, 2019) olarak tanımlanmaktadır.

Hedefler en genel anlamıyla detaylı olarak belirlenmiş niyetleri içeren (Orlich vd., 2010) ve amaca uygun davranışları yönlendiren performans ölçütleridir (Burton, Naylor ve Holliday, 2001). Hedef, belirli zaman diliminde ulaşılmak istenen performans düzeyi (Latham ve Locke, 2006), faaliyetlere yön veren, duyguları anlamlandıran, mücadele sürecindeki beklenti ve değerlere göre şekillendirilen işlevsel olgu olarak açıklanmaktadır (Liem ve Senko, 2022). Hedefe bağlılık ise, belirlenen amaçlara ulaşabilmek için gösterilen çaba (Koca, 2024; Locke vd., 1981), amaca yönelik odaklanma ve gerçekleştirilme gayesi (Süleymanoğulları, Doğan ve Bayraktar, 2021), hedefe ulaşma sürecinin yanında karşılaşılan zorluklarla rahatlıkla yüzleşebilme becerisi kazandıran kişilik özelliği olarak betimlenmektedir (Naylor ve Ilgen 1984). Hedefler bulunulan konum, statü, organizasyon vb. duruma

göre farklılaşmaktadır. Ek olarak çevresel ve toplumsal koşullara göre de şekillenebilmektedir (Durmuş, 2024). Öğrenci için akademik başarı (Morisano, 2013), sporcu, takım ya da antrenör için başarı ve başarısızlık durumu (Williams, 2013) bu duruma örnek olarak gösterilebilmektedir.

Hedef belirlemenin ve belirlenen hedefe bağlı kalabilmenin spor bilimleri alanında oldukça büyük önem arz ettiği, sporun içinde yer alan paydaşların hedeflerine ulaşmaları halinde yaşamın çeşitli alanlarında motive oldukları ve istikrar sağladıkları (Koca, 2024), bağlılıklarının olumlu yönde etkilendiği belirtilmektedir (Curtis vd., 2021). Ayrıca fiziksel aktivite düzeyinin bireylerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinde (Aydemir, Kul ve Kırkbir, 2023; Seçer ve Yıldızhan, 2020; Özkara ve Özbay, 2019), sportif aktivitelere katılımın öznel iyi oluş (Mallı ve Yıldızhan, 2018), düzenli aktivitenin ölüm kaygısı (Ekinci vd., 2021) ve olumlu düşünme (Burçak, Esentürk ve İlhan, 2020) gibi ruhsal sağlıkları ve mutluluk düzeyleri (Kırkbir, 2020) üzerinde olumlu etkileri olduğu da görülmektedir. Bu bilgilerden hareketle hedefe bağlılığın ruhsal yapıdan etkilendiği göz önüne alındığında, fiziksel aktivite ve duygusal zeka düzeyinin bireylerin, özellikle de spor bilimleri alanında eğitim gören üniversite öğrencilerinin hedefe bağlılıkları üzerindeki etkisinin belirlenmesi mevcut çalışmanın amacını oluşturmaktadır.

MATERYAL VE METOD

Araştırmanın Modeli

Araştırmada nicel araştırma yöntemlerinden olan ve iki ya da daha fazla değişken arasındaki ilişkileri belirlemek amacıyla sıklıkla kullanılan ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır (Karasar, 2023).

Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu spor bilimleri alanında öğrenim gören basit rastgele yöntemi ile seçilen 196 (105 kadın 91 erkek) üniversite öğrencisi oluşturmaktadır.

Basit rastgele örnekleme yöntemi; evreni temsil gücü bakımından diğer araştırmalara daha güçlü bir yöntem (Büyüköztürk vd., 2024) olmakla birlikte çalışma grubunun evrenden rastgele seçildiği ve evrende yer alan her birimin araştırmaya katılım ihtimalinin denk olduğu bir yöntemdir (Tuna, 2016). Öğrencilere ait demografik özellikler Tablo 1’ de verilmiştir.

Tablo 1. Öğrencilerin Demografik Özellikleri

Değişken	Grup	n	%
Cinsiyet	Kadın	105	53.6
	Erkek	91	46.4
Aktif olarak spor yapma durumu	Evet	65	33.2
	Hayır	131	66.8
Sınıf	1.Sınıf	49	25
	2.Sınıf	55	28.1
	3.Sınıf	34	17.3
	4.Sınıf	58	29.6
Toplam		196	100

Araştırmaya katılan öğrencilerin %53.6’ sı kadın ve %46.4’ü erkektir. Ayrıca %66.8’ i düzenli spor yapmazken, %33.2’sinin düzenli olarak spor yaptığı görülmüştür. Araştırmaya katılan öğrencilerin %29.6’ sı 4. Sınıf; %28.1’ i 2. Sınıf; %25’i 1. Sınıf ve %17.3’ ü 3. Sınıfta öğrenim görmektedirler.

Veri Toplama Araçları

Araştırma verilerini toplamak için araştırmacılar tarafından oluşturulan Kişisel Bilgi Formu' na ek olarak, Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi-Kısa Form (IPAQ-Short Form), Duygusal Zeka Ölçeği ve Hedefe Bağlılık Ölçeği kullanılmıştır.

Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi-Kısa Form (IPAQ-Short Form): Bireylerin sağlık ve fiziksel aktivite düzeylerini belirlemek amacıyla Micheal Booth tarafından tasarlanmıştır. Daha sonra 6 kıta 12 ülke ve 14 araştırma merkezi tarafından çeşitli yöntemlerle farklı formları için geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları yapılarak form oldukça geçerli ve güvenilir sonuçlar verdiği tespit edilmiştir (Atienza, 2001; Craig vd., 2003). Formun Türk kültürüne uyarlaması üniversite öğrencileri üzerinde Öztürk (2005) tarafından yapılarak geçerlik güvenilirlik sonuçlarının uygun olduğu belirlenmiştir. Form şiddetli, orta düzey ve düşük düzey aktivitelerde harcanan zamana yönelik bilgiler sağlamakta ve bu aktivitelerin değerlendirilmeye alınabilmesi için tek seferde en az 10 dakika yapılıyor olması ölçüt olarak belirlenmiştir. Dakika, gün ve MET (İstirahat oksijen tüketimini katları) değerleri çarpılarak bir değer elde edilmekte ve bu değer sonucunda bireyin fiziksel aktivite düzeyi hakkında bilgi sağlanmaktadır.

Duygusal Zeka Ölçeği: Schutte vd. (1998) tarafından 33 madde olarak geliştirilen ve Chan (2006) tarafından 12 madde ve 4 faktörlü 5' li Likert kısa formu kullanılmıştır. Türk kültüründe Aslan ve Özata (2008) tarafından yapılan geçerlik ve güvenilirlik analizi ile faktör analizi sonucunda ölçeğin orijinal formuyla aynı sonuçları verdiği belirlenmiştir.

Hedefe Bağlılık Ölçeği: Sporcuların hedefe bağlılık düzeylerini belirlemek amacıyla Hollenbeck, Williams ve Klein, (1989) tarafından 9 madde olarak geliştirilen Klein vd. (2001) tarafından 5 madde olarak düzenlenen tek boyut ve 5' li likert tipi bir ölçektir. Ölçeğin Türk kültürüne uyarlaması ise Şenel ve Yıldız (2016) tarafından yapılmış ölçeğin orijinal formuyla aynı yapıyı koruduğu tespit edilmiştir. Ayrıca ölçekt 1., 2. ve 4. maddelerinin ters kodlandığı belirtilmiştir.

Tablo 2. Araştırmada Kullanılan Ölçeklere Ait Cronbach Alfa Güvenirlik Katsayıları

Değişken	Aslan ve Özata (2008)	Bu araştırma
Duygusal Değerlendirme	.87	.80
Empatik Duyarlılık	.83	.75
Pozitif Duygusal Yönetim	.88	.72
Duyguların Olumlu Kullanımı	.85	.79
Duygusal Zeka	.88	.81
	Şenel ve Yıldız (2016)	Bu araştırma
Hedefe Bağlılık	.74	.76

Araştırmalarda ölçeklerin güvenilirlik katsayısının .60-.80 arası olması halinde oldukça güvenilir ve .80-1.00 arası olması halinde de yüksek güvenilir oldukları belirtilmektedir (Kalaycı, 2018). Araştırmada yapılan güvenilirlik analizi sonucunda ölçeklerin güvenilirlik katsayısının belirtilen aralıklarda olduğu görülmektedir.

Verilerin Analizi

Araştırmada verilerin analizine geçilmeden yapılan uç değer analizleri sonucunda herhangi bir uç değere rastlanılmadığından 196 katılımcı üzerinde analizler yürütülmüştür. Araştırmada katılımcıların demografik özelliklere göre dağılımını belirlemek için tanımlayıcı analizler yapılmıştır. Daha sonra dağılım özellikleri belirlenip parametrik testlerin uygunluğu gözden geçirilerek, bağımsız iki grup

karşılaştırmalarında bağımsız örneklem t testi, ikiden fazla bağımsız grup karşılaştırmalarında One Way ANOVA ve gruplar arasında fark bulunması halinde farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için Post Hoc Çoklu karşılaştırmalarında “Tukey” testi uygulanmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla pearson korelasyon analizi ve çoklu doğrusal regresyon analizi kullanılmıştır. Korelasyon analizinden elde edilen katsayılar Kalaycı’ya (2018) göre yorumlanmıştır. Çoklu doğrusal regresyon analizi varsayımları ise Tabachnick ve Fidell (2013)’e göre değerlendirilmiş, analiz varsayımlarının karşılandığı ve çoklu bağlantı probleminin olmadığı tespit edilmiştir Ölçeklerin dağılımlarına ait bulgular tablo 3 de gösterilmiştir.

Tablo 3. Ölçek Puanlarının Ortalama, Standart Sapma, Minimum, Maksimum, Çarpıklık ve Basıklık Değerleri

Değişken	n	Min.-Max.	$\bar{X} \pm Ss$	Çarpıklık	Basıklık
Fiziksel Aktivite	196	0-15786.00	3150.52±224.90	1.462	2.584
Duygusal Değerlendirme	196	7.00-15.00	13.04±.136	-.823	.015
Empatik Duyarlılık	196	9.00-15.00	13.08±.119	-.486	-.690
Pozitif Duygusal Yönetim	196	6.00-15.00	12.79±.145	-.796	.163
Duyguların Olumlu Kullanımı	196	8.00-15.00	13.38±.121	-.922	.092
Duygusal Zeka	196	35.00-60.00	52.30±.418	-.581	-.135
Hedefe Bağlılık	196	11.00-25.00	20.76±.242	-.730	-.001

Kalaycı (2018) ölçeklerde çarpıklık ve basıklık katsayılarının -3 ile +3 arasında olması halinde verilerin normal dağılıma sahip olduğunu ifade etmektedir. Tablo 3 incelendiğinde ise belirtilen değerlerin uygun aralıklarda olduğu ve verilerin analizinde parametrik testlerin kullanılabilceği görülmektedir.

Araştırma Etiği

Araştırma süresince “Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi” çerçevesinde hareket edilmiştir. Bu kapsamda Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi İnsan Araştırmaları Sağlık ve Spor Bilimleri Etik Kurulundan 20.10.2021 tarihli toplantısında 08/01 protokol no ile araştırmanın yürütülmesi hususunda onay alınmıştır.

BULGULAR

Tablo 4. Öğrencilerin Cinsiyete Göre Fiziksel Aktivite, Duygusal Zeka ve Hedefe Bağlılıklarının Karşılaştırılması

Değişken	Cinsiyet	n	\bar{X}	Ss	t	p
Fiziksel Aktivite	Kadın	105	2848.54	2743.62	1.446	.150
	Erkek	91	3498.95	3542.89		
Duygusal Değerlendirme	Kadın	105	13.06	2.03	-.204	.839
	Erkek	91	13.01	1.75		
Empatik Duyarlılık	Kadın	105	13.20	1.63	-1.062	.290
	Erkek	91	12.94	1.72		
Pozitif Duygusal Yönetim	Kadın	105	12.61	2.02	1.306	.193
	Erkek	91	13.00	2.04		
Duyguların Olumlu Kullanımı	Kadın	105	13.32	1.73	.521	.603
	Erkek	91	13.45	1.65		
Duygusal Zeka	Kadın	105	52.20	6.16	.234	.815
	Erkek	91	52.40	5.52		
Hedefe Bağlılık	Kadın	105	20.87	3.35	-.513	.609
	Erkek	91	20.62	3.45		

Tablo 4 incelendiğinde spor bilimleri öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeyi ortalamalarında ($t=1.446$, $p>.05$), duygusal zeka alt boyutları ve toplam puan ortalamasında ($p>.05$) ve hedefe bağlılık ortalamalarında ($t=-.513$, $p>.05$) cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı fark olmadığı görülmektedir.

Tablo 5. Öğrencilerin Aktif Spor Yapma Durumlarına Göre Fiziksel Aktivite, Duygusal Zeka ve Hedefe Bağlılıklarının Karşılaştırılması

Değişken	Aktif Spor	n	\bar{X}	Ss	t	p
Fiziksel Aktivite	Evet	65	4976.50	3519.05	6.253	.000*
	Hayır	131	2244.50	2505.92		
Duygusal Değerlendirme	Evet	65	13.30	1.81	1.385	.168
	Hayır	131	12.90	1.94		
Empatik Duyarlılık	Evet	65	13.00	1.58	-.479	.633
	Hayır	131	13.12	1.72		
Pozitif Duygusal Yönetim	Evet	65	13.27	1.66	2.568	.020*
	Hayır	131	12.55	2.17		
Duyguların Olumlu Kullanımı	Evet	65	13.53	1.49	.906	.366
	Hayır	131	13.30	1.78		
Duygusal Zeka	Evet	65	53.12	5.57	1.386	.167
	Hayır	131	51.89	5.97		
Hedefe Bağlılık	Evet	65	21.18	3.03	1.303	.195
	Hayır	131	20.54	3.55		

* $p<.05$

Tablo 5'e göre spor bilimleri öğrencilerinin fiziksel aktivite ortalamalarında düzenli aktivite yapanların ortalamalarının ($X: 4976.50$) yapmayanların ortalamalarından ($X:2244.50$) istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmektedir ($t=6.253$, $p<.05$). Duygusal değerlendirme alt boyutunda ($t=1.385$, $p>.05$), empatik duyarlılık alt boyutunda ($t=-.479$, $p>.05$), duyguların olumlu kullanımı alt boyutunda ($t=.906$, $p>.05$) ve toplam duygusal zeka da ($t=1.386$, $p>.05$) düzenli aktivite yapanlar ile yapmayanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir. Fakat pozitif duygusal yönetim alt boyutunda düzenli spor yapanların puan ortalamalarının ($X:13.27$), yapmayanların puan ortalamalarından ($X:12.55$) istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmektedir ($t=2.568$, $p<.05$). Hedefe bağlılıkta ise aktif spor yapma durumuna göre gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir ($t=1.303$, $p<.05$).

Tablo 6. Öğrencilerin Sınıflarına Göre Fiziksel Aktivite, Duygusal Zeka ve Hedefe Bağlılıklarının Karşılaştırılması

Değişken	Sınıf	n	\bar{X}	Ss.	F	p	Tukey
Fiziksel Aktivite	1. Sınıf	49	3474.26	3773.55	.593	.620	
	2. Sınıf	55	3325.30	2861.91			
	3. Sınıf	34	3141.60	2762.08			
	4. Sınıf	58	2716.50	3071.84			
Duygusal Değerlendirme	1. Sınıf	49	12.77	2.00	.880	.453	
	2. Sınıf	55	12.92	1.81			
	3. Sınıf	34	13.08	1.91			
	4. Sınıf	58	13.34	1.90			
Empatik Duyarlılık	1. Sınıf	49	13.32	1.71	.582	.427	
	2. Sınıf	55	13.01	1.76			
	3. Sınıf	34	12.85	1.55			
	4. Sınıf	58	13.06	1.64			
Pozitif Duygusal Yönetim	1. Sınıf	49	12.55	1.89	1.029	.381	
	2. Sınıf	55	12.58	1.81			
	3. Sınıf	34	13.20	2.05			
	4. Sınıf	58	12.96	2.33			
Duyguların Olumlu Kullanımı	1. Sınıf	49	13.34	1.58	1.577	.196	
	2. Sınıf	55	13.05	1.78			

Duygusal Zeka	3. Sınıf	34	13.35	1.64	.707	.549	
	4. Sınıf	58	13.74	1.69			
	1. Sınıf	49	52.00	5.88			
	2. Sınıf	55	51.58	5.75			
	3. Sınıf	34	52.50	5.38			
Hedefe Bağlılık	4. Sınıf	58	53.12	6.24	4.290	.006*	1.Sınıf > 2.sınıf 4.sınıf > 2.Sınıf
	1. Sınıf	49	21.48	2.90			
	2. Sınıf	55	19.41	3.30			
	3. Sınıf	34	21.23	3.60			
	4. Sınıf	58	21.13	3.45			

*p<.05

Spor bilimleri öğrencilerinin sınıfa göre fiziksel aktivite düzeylerinin karşılaştırılmasında (F=593, p>.05), duygusal zeka ve alt boyutları karşılaştırılmasında (p<.05) istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir. Fakat hedefe bağlılıkta gruplar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmektedir (F=4.290, p<.05). Yapılan Post-hoc testi sonucunda farkın 1.sınıf ve 2. Sınıf öğrencileri ile 4. Sınıf ve 2. Sınıf öğrencileri arasında olduğu belirlenmiştir. Bu sonuca göre 1.sınıf öğrencilerinin hedefe bağlılık puan ortalamalarının (X:21.49) 2. Sınıf öğrencilerinin puan ortalamalarından (X:19.41), 4.sınıf öğrencilerinin puan ortalamalarının da (X:21.13) 2. Sınıf öğrencilerinin puan ortalamalarından (X:19.41) istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 7. Fiziksel Aktivite, Duygusal Zeka ve Hedefe Bağlılık Arasındaki İlişki (n=196)

	Fiziksel Aktivite	Duygusal Zeka	Hedefe Bağlılık
Fiziksel Aktivite	r	1	
	p		
Duygusal Zeka	r	-.049	1
	p	.496	
Hedefe Bağlılık	r	.141*	.345**
	p	.049	.000

*p<.05

Tablo 7' ye göre fiziksel aktivite ile duygusal zeka arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı (r=-.049, p>.05) tespit edilmiştir. Fakat fiziksel aktivite ile hedefe bağlılık arasında (r=.141, p<.05) pozitif yönlü düşük düzeyde, duygusal zeka ile hedefe bağlılık arasında (r=.345, p<.05) pozitif yönlü orta düzeyde anlamlı ilişkiler olduğu görülmektedir. Fiziksel aktivite ve duygusal zekadaki bir artışın hedefe bağlılığı da artıracığı söylenebilir.

Tablo 8. Fiziksel Aktivite ve Duygusal Zekanın Hedefe Bağlılığı Yordayıcılığına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonucu

Değişken	B	Standart Hata	β	t	p	İkili r	Kısmi R
Sabit	9.558	2.055		4.651	.000		
Fiziksel Aktivite	.000	.000	.158	2.367	.019	.141	.168
Duygusal Zeka	.204	.039	.352	5.283	.000	.345	.355
R= .379 R ² =.144							
F=16.184 p<.05 Durbin Watson: 2.065							

Tablo 8 incelendiğinde fiziksel aktivite ve duygusal zekanın hedefe bağlılığı istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yordadığı görülmektedir (R²=.144, p<.05). Fiziksel aktivite ve duygusal zeka hedefe bağlılıktaki varyansın %14' ünü açıklamaktadır. Standardize edilmiş (β) katsayısı ve t değerleri incelendiğinde görece önem düzeyi olarak sırasıyla duygusal zeka (β =.352) ve fiziksel aktivitenin

($\beta=.158$) hedefe bağlılığın anlamlı birer yordayıcısı oldukları söylenebilir. Fiziksel aktivitedeki ve duygusal zekadaki beta (β) değerlerinin pozitif yönlü oluşu, bu değerlerdeki artışın hedefe bağlılıktaki artışı sağlayacağı anlamına gelmektedir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu bölümde, spor bilimleri öğrencilerinin fiziksel aktivite ve duygusal zekâ düzeylerinin hedefe bağlılıklarına etkisinin belirlenmesi amacıyla yürütülen araştırma bulguları literatür ışığında tartışılmıştır.

Araştırma sonucunda spor bilimleri alanında öğrenim görmekte olan öğrencilerin fiziksel aktivite, duygusal zeka ve hedefe bağlılıklarının cinsiyete göre istatistiksel olarak farklılaşmadığı görülmüştür (Tablo 4). Elmas vd. (2021) üniversite öğrencilerinde, Von Bothmer ve Fridlund (2005) İsviçreli üniversite öğrencilerinde ve Karaca (2008) yetişkin bireyler üzerinde yapılan çalışmalarda fiziksel aktivite düzeyinin cinsiyete göre farklılaşmadığı belirlenmiştir. Spor bilimleri fakültesi öğrencileri üzerinde yapılan çalışmalar sonucunda da benzer sonuçların olduğu görülmüştür (Aydın ve Yalız Solmaz, 2016; Onur, 2024; Sapak, 2024; Şahin vd., 2017; Özkara, 2019). Fiziksel aktivite düzeyini cinsiyete göre karşılaştıran başka bir çalışmada da kadın ve erkekler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı sonucuna ulaşılmıştır (Güven ve Solmaz, 2022). Üniversite öğrencilerinde (Erdoğan, 2008), sağlık alanında okuyan üniversite öğrencilerinde (Sevindik vd., 2012) duygusal zekanın bazı değişkenler açısından incelenmesi amacıyla yürütülen araştırmalarda da cinsiyete göre gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir. Beden eğitimi öğretmen adayları (Certel vd., 2011; Dawsa ve Hart, 2000; Karademir, 2010), spor bilimleri alanında öğrenim gören öğrenciler (Turan vd., 2016), gençlik kampı lider adayları (Kayışoğlu, Doğan ve Çetin, 2014) üzerinde yürütülen araştırmalarda benzer sonuçların olduğu görülmüştür. Hedefe bağlılık değişkeni incelendiğinde spor alanında öğrenim gören üniversite öğrencilerinde (Çakıcı, Cevahircioğlu ve İnce, 2023), oryantiring sporcularında (Tunç ve Erdoğan, 2023), 18 yaş üstü spor merkezlerinde spora devam eden bireylerde (Tapşın, Karagül ve Selvi, 2023) yapılan çalışmalarda da gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olmadığı görülmüştür. Ek olarak De Clercq vd. (2009), Oettingen vd. (2009) ve Hori (2010) tarafından yapılan çalışmalarda da benzer sonuçlar ortaya çıkmıştır.

Spor bilimleri öğrencilerinin hedefe bağlılıklarının düzenli aktivite yapma durumuna göre istatistiksel olarak farklılaşmadığı görülmüştür. Fakat fiziksel aktivite ve duygusal zeka alt boyutunda yer alan pozitif duygusal yönetim alt boyutunda düzenli aktivite yapanlar lehine anlamlı farklılık olduğu belirlenmiştir (Tablo 5). Üniversite öğrencilerinde pandemi öncesi ve pandemi sonrası fiziksel aktivite düzeylerinin düzenli aktivite yapma durumunun karşılaştırıldığı bir araştırmada, her iki dönemde düzenli aktivite yapma durumuna göre fiziksel aktivite düzeyinin anlamlı şekilde farklılaşmadığı fakat aktivite yapanların yüksek ortalamalara sahip olduğu sonucuna varılmıştır (Gülüm, 2022). Spor yapma durumun duygusal zeka üzerindeki etkisini ortaya koyan çalışma sayısı kısıtlı olsada, literatürde çeşitli sportif etkinliklerde yer almanın duygusal zeka üzerinde pozitif etkilerini gösteren çalışmalar yer almaktadır (Laborde, Dosseville ve Allen, 2016; Seyis, Yazıcı ve Altun, 2011). Spor yapan ve yapmayan bireylerin psikolojik sağlık ve hedefe bağlılıklarının karşılaştırılması amacıyla yapılan araştırma sonucunda, hedefe bağlılığın spor yapma durumu değişkenine göre istatistiksel olarak farklılaşmadığı sonucuna varılmıştır (Çekceoğlu, 2019).

Spor bilimleri alanında öğrenim görmekte olan öğrencilerin fiziksel aktivite, duygusal zeka düzeylerinin sınıfa göre farklılaşmadığı, fakat hedefe bağlılıklarında istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu görülmüştür (Tablo 6). Fiziksel aktivite düzeyinin sınıfa göre karşılaştırılmasında üniversite öğrencilerinde (Aydoğan Arslan, Daşkapan ve Çakır 2016; Us, 2023; Elmas vd., 2021), öğretmen

adaylarında (Alemdağ ve Öncü, 2015), spor bilimleri alanında eğitim alan üniversite öğrencilerinde (Karaoğlu vd, 2016; Keklik, 2024; Sapak, 2024) anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Türkekul ve Sarıkabak (2019) tarafından yapılan araştırmada beden eğitimi öğretmen adaylarının duygusal zeka düzeylerinin sınıfa göre farklılaşmadığı görülmüştür. Spor eğitim alan üniversite öğrencilerinde mevcut araştırmanın aksine hedefe bağlılığın sınıf düzeyine göre farklılaşmadığı belirlenmiştir (Çakıcı vd., 2023).

Fiziksel aktivite ile hedefe bağlılık arasında ve duygusal zeka ile hedefe bağlılık arasında pozitif yönlü istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler olduğu belirlenmiştir. Fiziksel aktivite ve duygusal zekanın hedefe bağlılığı anlamlı düzeyde yordadığı tespit edilmiştir (Tablo 7-8). Hedefe bağlılık bireylerin hedefi önemseme düzeyi (Koca, 2024) ve hedefe ulaşma düzeyi (Curtis vd., 2021) ile doğrusal yönde ilişkiyi içermektedir. Özellikle spor paydaşları (sporcu, antrenör, rekreatif katılımcı vb.) açısından belirlenen hedeflere ulaşmak oldukça büyük önem arz etmektedir. Yapılan aktivite içerisinde fiziksel olan mücadele etme durumu gibi psikolojik olarak kazanma, kaybetme gibi durumlarında başarı elde etme ve başarıyı sürdürme aşamasını etkilediği belirtilmektedir (Kelecek ve Göktürk, 2017). Ek olarak hedefe bağlılıktaki önemseme düzeyinin beraberinde getirdiği mücadele etme durumu da bireyin fiziksel yada ruhsal olarak daha da efor sarf etmesini gerektireceği kaçınılmazdır. Bu nedenle fiziksel aktivite düzeyindeki artış belirlenen hedefe ulaşmada bir ön koşul gibi değerlendirileceği için artırılması önem arz etmektedir. Duygusal zeka ile hedefe bağlılık arasındaki ilişkiyi ortaya koyan çalışma sayısının oldukça sınırlı olduğu görülmüştür. Konu ile ilgili Özcan ve Göral (2020) tarafından yapılan araştırmada mevcut araştırma sonucunu destekler şekilde duygusal zeka ile hedefe bağlılık arasında pozitif yönlü ilişki olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca duygusal zeka düzeyi yüksek bireylerin iletişim becerileri yüksek (Altınışik ve Çelik, 2022) ve sorumluluk üstlenen bireyler olduğu belirtildiği (Somoğlu ve Zengin, 2023) içinde, hedeflere bağlı kalacakları düşünülmektedir.

Yapılan araştırma sonucunda, spor bilimleri alanında öğrenim gören üniversite öğrencilerinde fiziksel aktivite ve duygusal zeka düzeyinin hedefe bağlılıklarında önemli birer yordayıcılar olduğu görülmüştür. Fiziksel aktivite düzeyinin ruhsal ve bedensel faydaları göz önüne alındığında üniversite ortamında aktivite çeşitliliğinin artırılmasına yönelik faaliyetlerin yapılandırılması önem arz etmektedir. Bu sayede ruhsal zindelik sağlanarak duyguların kontrol edebilme becerisi gelişebilecektir. Bu sayede de bir hedef belirleyen birey o hedefe yönelik eylemlerini yönetebilecek ve ulaşmak için çaba sarf edecektir. Üniversite ortamlarında ve ders müfredatlarında öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerini artırmaya yönelik etkinliklerin yapılandırılması, farklı birimlerde yer alan öğrencileri kapsayan araştırmalar yapılması ve nicel ile nitel araştırmaların bir arada kullanıldığı karma yöntem araştırmaları konunun derinlemesine incelenmesi durumun daha somut şekilde ortaya konulmasına yardımcı olacağı düşünülmektedir.

KAYNAKLAR

- Akgül, A., Solmaz, S., Uzun, A., & Yarayan, Y. E. (2024). Zihinsel Dayanıklılık: İmgeleme ve Duygusal Zekânın Rolü. *The Online Journal of Recreation and Sports*, 13(3), 334-340.
- Alemdağ, S., Öncü, E. (2015). Öğretmen adaylarının fiziksel aktiviteye katılım ve sosyal görünüş kaygılarının incelenmesi. *International Journal of Science Culture and Sport (IntJSCS)*, 3(3),287-300.
- Altınışik, Ü., & Çelik, A. (2022). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin liderlik yönelimleri ile duygusal zeka düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 7(1), 225-236.
- Arı, Ç., Ulun, C., Yarayan, Y. E., Dursun, M., Mutlu, T., & Üstün, Ü. D. (2020). Mindfulness, healthy life skills and life satisfaction in varsity athletes and university students. *Progress in Nutrition*, 22(2), 1-8.
- Arman, A. R., Ersu, R., Save, D., Karadag, B., Karaman, G., Karabekiroglu, K., ... & Berkem, M. (2005). Symptoms of inattention and hyperactivity in children with habitual snoring: evidence from a community-based study in Istanbul. *Child: Care, Health And Development*, 31(6), 707-717.

- Arteche, A., Chamorro-Premuzic, T., Furnham, A., & Crump, J. (2008). The relationship of trait EI with personality, IQ and sex in a UK sample of employees. *International Journal of Selection and Assessment*, 16(4), 421-426. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2389.2008.00446.x>
- Atienza, A. A. (2001). Review of Empirically based physical activity program for middle aged to older adults. *Journal of Aging and Physical Activity*, 9, 38- 55.
- Aydemir, B., Kul, M., & Kırkibir, F. (2023). Taekvandocuların psikolojik sağlamlılık düzeyleri ile durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 6(özel sayı1),1249-1260.
- Aydoğan Arslan, S., Daşkapan, A., & Çakır, B. (2016). Üniversite öğrencilerinin beslenme ve fiziksel aktivite alışkanlıklarının belirlenmesi. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 15(3), 171-180.
- Bar-On, R., Brown, J. M., Kirkcaldy, B. D., & Thome, E. P. (2000). Emotional expression and implications for occupational stress; an application of the Emotional Quotient Inventory (EQ-i). *Personality and Individual Differences*, 28(6), 1107-1118.
- Çelik, O. B., Esentürk, O., & İlhan, L. (2020). Sporcularla sedanter bireylerin olumlu düşünme becerileri üzerine bir karşılaştırma. *Ulusal Spor Bilimleri Dergisi*, 4(1), 50-58.
- Burton, B., Naylor, B. & Holliday, B. (2001). *Goal setting in sport: Investigating the goal effectiveness paradox*. In R. Singer, Hausenblas H.A, Janelle C.M (eds.), *Handbook of Sport Psychology*. New York: Wiley, 497-528
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. & Demirel, F. (2024). *Eğitimde Bilimsel Araştırma Yöntemleri* (35. Baskı). Pegem Akademi Yayıncılık.
- Caspersen, C. J., Powell, K. E., & Christenson, G. M. (1985). Physical activity, exercise, and physical fitness: definitions and distinctions for health-related research. *Public Health Reports*, 100(2), 126.
- Certel, Z., Çatıkkaş, F., & Yalçınkaya, M. (2011). Beden eğitimi öğretmen adaylarının duygusal zekâ ile eleştirel düşünme eğilimlerinin incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 13(1), 74-81.
- Chan, D. W. (2006). Emotional intelligence and components of burnout among Chinese secondary school teachers in Hong Kong. *Teaching and Teacher Education*, 22, 1042–1054.
- Craig, C. L., Marshall, A. L., Sjöström, M., Bauman, A. E., Booth, M. L., Ainsworth, B. E., at al. (2003). International physical activity questionnaire: 12-country reliability and validity. *Medicine & Science in Sports & Exercise*. 35(8), 1381-1395.3).
- Curtis, J., Burkley, E., Hatvany, T., & Higdon, B. J. (2021). Goal commitment is in the eye of the beholder: Causes and consequences of perceiving others' goal commitment. *The Journal of Social Psychology*, 161(6), 683-696.
- Çakıcı, H. A., Cevahirioğlu, B., & İnce, A. (2023). sporcuların üniversite ortamları ile hedef bağlılıkları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Türk Spor Bilimleri Dergisi*, 6(2), 59-67.
- Çekceoğlu, H. (2019). *Spor yapan ve spor yapmayan lise öğrencilerinin psikolojik sağlamlık ve hedef bağlılık düzeylerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Çelik, O. B., Esentürk, O., & İlhan, L. (2020). Sporcularla sedanter bireylerin olumlu düşünme becerileri üzerine bir karşılaştırma. *Ulusal Spor Bilimleri Dergisi*, 4(1), 50-58.
- Dawda, D., & Hart, S. D. (2000). Assessing emotional intelligence: Reliability and validity of the Bar-On Emotional Quotient Inventory (EQ-i) in university students. *Personality and Individual Differences*, 28(4), 797-812.
- De Clercq, D., Menzies, T. V., Diochon, M., & Gasse, Y. (2009). Explaining nascent entrepreneurs' goal commitment: An exploratory study. *Journal of Small Business & Entrepreneurship*, 22(2), 123-139..
- Durmuş, İ. (2024). Üniversite öğrencilerinin akademik rekabet ve hedef belirleme yaklaşımları: Ölçek geliştirme araştırması. *Süleyman Demirel Üniversitesi Vizyoner Dergisi*, 15(41), 14-40.
- Dursun, M., Yarayan, Y. E., Arı, Ç., Ulun, C., & Adaş, S. K. (2021). COVID-19 in Turkey: Leisure boredom, psychological resilience, physical activity and emotional state. *IJERI: International Journal of Educational Research and Innovation*, (15), 460-486.
- Dünya Sağlık Örgütü, <https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/physical-activity> (14.08.2024).
- Ekinci, H. B., Mallı, A. Y., Demirel, N., & Şam, C. T. (2021). The effect of exercise on death anxiety. *Pakistan Journal of Medical & Health Sciences*, 15(10), 3217-3219.

- Elmas, L., Yüceant, M., Ünlü, H., & Bahadır, Z. (2021). Üniversite öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeyleri ile psikolojik iyi oluş durumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Sportive*, 4(1), 1-17.
- Erdoğan, M. Y. (2008). Duygusal zeka'nın bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(23), 62-76.
- Gardner, H. E. (2011). *Frames of mind: The theory of multiple intelligences*. Basic books.
- Goleman, D. (2020). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ*. Bloomsbury Publishing.
- Gülüm, F. (2022). *COVID-19 pandemi döneminde bireylerin fiziksel aktivite düzeyleri ile beslenme alışkanlıkları durumlarının incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Güven, G., & Solmaz, D. Y. (2022). Kadın ve erkek bireylerin fiziksel aktivite düzeyleri ve beden algısı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *International Journal of Sport Exercise and Training Sciences-IJSETS*, 8(2), 56-70.
- Hasson, G. (2019). *Emotional intelligence: Managing emotions to make a positive impact on your life and career*. John Wiley & Sons.
- Hollenbeck, J. R., Williams, C. L., & Klein, H. J. (1989). An empirical examination of the antecedents of commitment to difficult goals. *Journal of Applied Psychology*, 74, 18-23.
- Hori, M. (2010). *Gender differences and cultural contexts: psychological well-being in crossnational perspective*. (Unpublished doctoral thesis). Louisiana State University, Louisiana, USA.
- Jordan, E. (2016). *Emotional intelligence mastery: a practical guide to improving your EQ*. CreateSpace Independent Publishing Platform.
- Kalaycı, Ş. (2018). *SPSS uygulamalı çok değişkenli istatistik teknikleri* (8. Baskı). Dinamik Akademi, Ankara.
- Karaca, A. (2008). Yetişkin bireylerde orta ve yüksek şiddetli fiziksel aktivitenin cinsiyete göre incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri ve Teknolojisi Yüksekokulu Spor Bilimleri Dergisi*, 19(1), 54-62.
- Karademir, T., Döşyılmaz, E., Çoban, B., & Kafkas, M. E. (2010). Beden eğitimi ve spor bölümü özel yetenek sınavına katılan öğrencilerde benlik saygısı ve duygusal zeka. *Kastamonu Education Journal*, 18(2), 653-674.
- Karasar, N. (2023). *Bilimsel araştırma yöntemi: Kavramlar ilkeler teknikler* (38. Baskı). Nobel Yayıncılık.
- Kayışoğlu, N. B., Doğan, İ., & Çetin, M. (2014). Gençlik kampı lider adaylarının duygusal zekâ düzeyleri ve iletişim becerilerinin incelenmesi. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 12(1), 43-50.
- Keklik Yüksek, M. (2024). *Üniversite öğrencilerinin duygusal zekâ düzeyleri ve akademik öz-yeterliliklerinin incelenmesi: Spor eğitimi veren yükseköğretim kurumları örneği*. Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Kelecek, S., & Göktürk, E. (2017). Kadın futbolcularda sporcu bağlılığının sporcu tükenmişliğini belirlemedeki rolü. *Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 2(2), 162-173.
- Kırkbir, F. (2020). Sporcularda sağlıklı beslenme ile mutluluk arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Spor Eğitim Dergisi*, 4(2), 125-130.
- Klein, H. J., Wesson, M. J., Hollenbeck, J. R., Wright, P. M., & DeShon, R. P. (2001). The assessment of goal commitment: A measurement model meta-analysis. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 85(1), 32-55.
- Koca, Ö. F. (2024). Sporcularda hedef bağlılığı üzerine bir araştırma. *Yalova Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 3(1), 140-159.
- Laborde, S., Dosseville, F., & Allen, M. S. (2016). Emotional intelligence in sport and exercise: A systematic review. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 26(8), 862-874.
- Latham, G. P., & Locke, E. A. (2006). Enhancing the benefits and overcoming the pitfalls of goal setting. *Organizational Dynamics*, 35(4), 332-340.. <https://doi.org/10.1016/j.orgdyn.2006.08.008>
- Law, K. S., Wong, C. S., & Song, L. J. (2004). The Construct and criterion validity of emotional intelligence and its potential for management studies. *Journal of Applied Psychology*, 89(3), 483-496. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.89.3.483>.
- LeDoux, J. E. (1998). *The emotional brain: The mysterious underpinnings of emotional life*. Simon and Schuster.
- Liem, G. A. D., & Senko, C. (2022). Goal complexes: A new approach to studying the coordination, consequences, and social contexts of pursuing multiple goals. *Educational Psychology Review*, 34(4), 2167-2195.. <https://doi.org/10.1007/s10648-022-09701-5>
- Locke, E. A., Shaw, K. N., Saari, L. M., & Latham, G. P. (1981). Goal setting and task performance: 1969-1980. *Psychological Bulletin*, 90(1), 125.

- Mallı, A. Y., & Yıldızhan, Y. Ç. (2018). Determination of subjective well-being level in adolescents in association with sport participation. *World Journal of Education*, 8(6), 107-115.
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1993). The Intelligence of emotional intelligence. *Intelligence*, 17(4), 433-442. [https://doi.org/10.1016/0160-2896\(93\)90010-3](https://doi.org/10.1016/0160-2896(93)90010-3)
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). *Emotional development and emotional intelligence*. Nova Iorque: Basics Books.
- Mayer, J. D., Salovey, P., Caruso, D. R., & Cherkasskiy, L. (2011). *Emotional intelligence*. Cambridge University Press.
- Morisano, D. (2013). *Goal setting in the academic arena*. E. A. Locke ve G. P. Latham (Ed.), New developments in goal setting and task performance içinde (s. 495–506). Routledge/Taylor & Francis Group.
- Naylor, J. C., & Ilgen, D. R. (1984). Goal setting: A theoretical analysis of a motivational technology. *Research in Organizational Behavior*.
- Oettingen, G., Mayer, D., Timur Sevincer, A., Stephens, E. J., Pak, H. J., & Hagenah, M. (2009). Mental contrasting and goal commitment: The mediating role of energization. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 35(5), 608-622.
- Onur, N. (2024). *Spor bilimleri öğrencilerinin beslenme değişim ve fiziksel aktivite düzeylerinin araştırılması*. Yüksek Lisans Tezi. Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Rekreasyon Yönetimi Enstitüsü.
- Orlich, D. C., Harder, R. J., Callahan, R. C., Trevisan, M. S. T., & Brown, A. H. (2010). *Teaching strategies: A guide to effective instruction*. Wadsworth, Cengage Learning.
- Özata, M., & Aslan, Ş. (2008). Duygusal zekâ ve tükenmişlik arasındaki ilişkilerin araştırılması: sağlık çalışanları örneği. *Erciyes Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 30, 77-97.
- Özcan, E., & Göral, K. (2020). Study of the relationship between emotional intelligence and goal commitment levels in athletes. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 5(2), 303-310.
- Özkara, A. B., & Özbay, S. (2019). Lise düzeyindeki sporcu öğrencilerin psikolojik sağlamlıklarının incelenmesi. *Milli Eğitim Dergisi*, 48(221), 207–214.
- Özkara, A. B. (2019). Öğretmen adaylarının bedensel memnuniyet düzeylerinin incelenmesi. *Spor Eğitim Dergisi*, 3(1), 17–24.
- Öztürk, M. (2005). *Üniversitede eğitim öğretim gören öğrencilerde uluslararası fiziksel aktivite anketinin (IPAQ) geçerliliği ve güvenilirliği ve fiziksel aktivite düzeyinin belirlenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Pastor, I. (2014). Leadership and emotional intelligence: the effect on performance and attitude. *Procedia Economics and Finance*, 15, 985-992.
- Payne, W. (1985). *A study of emotion: Developing emotional intelligence; Self integration; relating to fear, pain and desire*. Ann Arbor: The Union for Experimenting Colleges and Universities.
- Sapak, R. (2024). *Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin vücut kitle indeksi, fiziksel aktivite düzeyleri ve yeme tutumları arasındaki ilişki*. Yüksek Lisans Tezi. Eskişehir Teknik Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- Schutte, N. S., Malouff, J. M., Hall, L. E., Haggerty, D. J., Cooper, J. T., Golden, C. J., et al. (1998). Development and validation of a measure of emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, 25, 167–177.
- Seçer, E., & Yıldızhan, Y. Ç. (2020). The relationship between physical activity levels and psychological resilience of university students. *Revista Turismo Estudos e Práticas-RTEP/UERN*, (4), 1-12.
- Sevindik, F., Uncu, F., & Dağ, D. G. (2012). Sağlık yüksekokulu öğrencilerinin duygusal zekâ düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Tıp Dergisi*, 26(1), 21-26.
- Seyis, S., Yazıcı, H. & Altun, F. (2011). Ortaöğretim öğrencilerinin motivasyonları ve duygusal zekaları ile akademik başarıları arasındaki ilişki. *Milli Eğitim Dergisi*, 43(197), 51-63.
- Shakerian, M., Rismanchian, M., Khalili, P., & Torki, A. (2016). Effect of physical activity on musculoskeletal discomforts among handicraft workers. *Journal of Education and Health Promotion*, 5(1), 8.
- Solmaz, D. Y., & Aydın, G. (2016). Spor bilimleri fakültesinde eğitim gören öğrencilerin fiziksel aktivite düzeyleri. *İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3(1), 34-46.
- Somoğlu, M. B., & Zengin, S. (2023). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin duygusal zekâ düzeylerinin belirlenmesi. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 6(3), 817-834.

- Sosik, J. J., & Megerian, L. E. (1999). Understanding leader emotional intelligence and performance: The role of self-other agreement on transformational leadership perceptions. *Group & organization management*, 24(3), 367-390.
- Süleymanoğulları, M., Doğar, A., & Bayraktar, G. (2021). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin hedef bağlılığı düzeylerinin incelenmesi. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 6(1), 173-183.
- Şahin, M., Kırandı, Ö., Atabaş, G., & Bayraktar, B. (2017). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeyleri (İstanbul Üniversitesi örneği). *Spor Eğitim Dergisi*, 1(1), 26-33.
- Şenel, E., & Yıldız, M. (2016). Hedef bağlılığı ölçeği: Türkçe uyarlaması, beden eğitimi ve spor alanında öğrenim gören öğrencilerde geçerlik ve güvenirlik çalışması. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 11(2), 58-65.
- Tabachnick, L., & Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics* (sixth ed.). Pearson, Boston
- Tapşın, F. O., Karagün, E., & Selvi, S. (2023). Serbest zamanlarında spor merkezlerine devam eden bireylerin hedefe bağlılık, mental iyi oluş ve bedeni beğenme durumlarının incelenmesi. *Spor ve Rekreasyon Araştırmaları Dergisi*, 5(2), 55-71.
- Thorndike, E. L. (1920). Intelligence and its uses. *Harper's Magazine*, 140, 227-235.
- Tuna, F. (2016). *Sosyal bilimler için istatistik*. Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.
- Tunç, A. Ç., & Erdoğan, A. (2023). Oryantiring sporcularının hedef bağlılığı ve karar verme stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 6 (1-Cumhuriyet'in 100. Yılı Özel Sayısı), 1100-1111.
- Turan, M. B., Karaoğlu, B., Kaynak, K., & Pepe, O. (2016). Özel yetenek sınavlarına giren adayların genel öz yeterlilik düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 1(1), 17-26.
- Türkecul, K., & Sarıkabak, M. (2019). Beden eğitimi ve spor öğretmeni adaylarının duygusal zeka düzeyleri ve akademik öz yeterlikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 5(1), 52-69.
- Türkiye Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü. (2023). T.C. Sağlık bakanlığı Fiziksel Aktivite Nedir? <https://hsgm.saglik.gov.tr/tr/fiziksel-aktivite-nedir.html> adresinden 14.08.2024 tarihinde erişildi.
- Us, G. (2023). *Üniversite öğrencilerinin fiziksel aktivite durumuna göre psikolojik sağlamlık ve mutluluk düzeylerinin incelenmesi (Tokat ili örneği)*. Yüksek Lisans Tezi. Giresun Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Uzunçayır, D., Yılmaz, S. H., & Yarayan, Y. E. (2023). Yoga temelli fiziksel aktivite programına katılan otizm spektrum bozukluğu olan çocukların kazanımları; ebeveyn ve öğretmen görüşleri doğrultusunda fenomenolojik bir araştırma. *Trakya Eğitim Dergisi*, 13(3), 2165-2177.
- Von Bothmer, M. I., & Fridlund, B. (2005). Gender differences in health habits and in motivation for a healthy lifestyle among Swedish university students. *Nursing & Health Sciences*, 7(2), 107-118.
- Williams, K. J. (2013). *Goal setting in sports. New developments in goal setting and task performance*, Routledge.
- Yarayan, Y. E., & Gulsen, D. B. A. (2023). Sporcularda imgeleme ve duygu düzenlemenin cesaret düzeyi üzerindeki etkilerine yönelik aşamalı regresyon analizi. *Journal of ROL Sport Sciences*, 896-910.
- Yarayan, Y. E., Güngör, N. B., Çelik, O. B., & Gülşen, D. B. A. (2022). Path analysis: predicting psychological performance strategies in the context of athlete identity. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 5(3) 699-712.
- Yarayan, Y. E., İlhan, E. L., Esentürk, O. K., Arı, Ç., & Gülşen, D. B. A. (2023). Does emotional intelligence affect mental toughness in physically disabled athletes?. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 8(2), 231-242.
- Yarayan, Y. E., Solmaz, S., Aslan, M., Batrakoulis, A., Al-Mhanna, S. B., & Keskin, K. (2024). Sex differences in athletic performance response to the imagery and mental toughness of elite middle-and long-distance runners. *Sports*, 12(6), 141.
- Yıldırım, İ., Işık, Ö., Ersöz, G., Büyükkök, M., Zengin, G., & Özel, Ö. (2016). Correlation between depression and eating attitudes and behaviors among those who performed regular physical activities. *Journal of Human Sciences*, 13(2), 3590-3599.



Spor Bilimleri Öğrencilerinin Fiziksel Aktivite ve Duygusal Zekâ Düzeylerinin Hedefe Bağlılıklarına Etkisi

“The Effect of Physical Activity and Emotional Intelligence Levels of Sports Sciences Students on Their Goal Commitment”

Nurhak İBİLİ¹ & Cemalettin BUDAK² & Emrah SEÇER³

ARAŞTIRMA MAKALESİ

Tarihçe

Yayın Geliş Tarihi: 17 Temmuz 2024

Kabul Tarihi: 21 Ağustos 2024

Online Yayın Tarihi: 30 Ağustos 2024

DOI: <http://dx.doi.org/10.29228/anatoliar.58>

Yazarlarla İletişim

1- Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor ABD, Erzincan, TÜRKİYE
e-mail: ibilinurhak@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0002-4766-140X>

2- Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor ABD, Erzincan, TÜRKİYE
e-mail: cemalettin.budak@erzincan.edu.tr
<https://orcid.org/0000-0002-7119-9235>

3- (Sorumlu Yazar) Binali Yıldırım Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor ABD, Erzincan, TÜRKİYE
e-mail: emrahsecer10@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0002-6683-680X>

Ek Bilgi

Bu çalışma 07-09 Ekim 2021 tarihinde yapılan 5. Uluslararası Akademik Spor Araştırmaları Kongresi'nde sözel bildiri olarak sunulmuştur.

Yazar Katkıları

Tüm yazarlar çalışmanın konseptine ve tasarımına katkıda bulundu.

Finansman

Bu çalışma herhangi bir kurum/kuruluştan maddi destek almadı.

Çıkar Çatışması

Yazarlar çıkar çatışması olmadığını beyan ediyorlar.

Şeffaflık

Yazarlar, çalışmada hiçbir hayati özelliğin ihmal edilmediğini, dürüst, doğru ve şeffaf bir anlatım ile raporlaştırdığını ve herhangi bir tutarsızlık olmadığını beyan etmişlerdir.

Etik

Bu çalışmada bilimsel etik kriterlerine uyulmuştur.

Referans Gösterimi

İbili, N., Budak, C., & Seçer, E. (2024). Spor Bilimleri Öğrencilerinin Fiziksel Aktivite ve Duygusal Zekâ Düzeylerinin Hedefe Bağlılıklarına Etkisi, *Anatolia Sport Research*, 5(2): 10-22

Copyright © 2024 by Anatolia Sport Research

ÖZET

Amaç: Spor bilimleri alanında öğrenim gören üniversite öğrencilerinin fiziksel aktivite ve duygusal zeka düzeylerinin hedefe bağlılıkları üzerindeki etkisinin incelenmesidir.

Materyal ve Metod: İlişkisel tarama modelinin kullanıldığı araştırmaya, 105 kadın 91 erkek olmak üzere 196 üniversite öğrencisi katılmıştır. Araştırmada veriler “Kişisel Bilgi Formu”, “Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi-Kısa Form”, “Duygusal Zeka Ölçeği” ve “Hedefe Bağlılık Ölçeği” kullanılarak toplanmıştır. Verilerin analizinde normallik testlerinden sonra parametrik testlerden bağımsız gruplar t-testi, Tek Yönlü Varyans Analizi (One Way ANOVA) ile “Tukey”, Pearson korelasyon analizi ve çoklu doğrusal regresyon analizi kullanılmıştır.

Bulgular: Araştırmada öğrencilerin fiziksel aktivite, duygusal zeka ve hedefe bağlılıklarının cinsiyete göre farklılaşmadığı, aktif olarak spor yapanların fiziksel aktivite düzeylerinin yapmayanlardan anlamlı düzeyde yüksek olduğu, benzer şekilde duygusal zekanın alt boyutu olan pozitif duygusal yönetim boyutunda aktif spor yapanların anlamlı düzeyde yüksek ortalamaya sahip olduğu, 1. Sınıf ve 4. Sınıf öğrencinin hedefe bağlılıklarının 2. Sınıf öğrencilerinden anlamlı düzeyde yüksek olduğu belirlenmiştir. Fiziksel aktivite ile hedefe bağlılık arasında ve duygusal zeka ile hedefe bağlılık arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler olduğu, fiziksel aktivite ve duygusal zekanın hedefe bağlılığı anlamlı şekilde yordadığı tespit edilmiştir.

Sonuç: Fiziksel aktivite ve duygusal zekanın hedefe bağlılığı istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yordadığı ve varyansın %14.4 gibi önemli bir kısmını açıkladığı belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Duygusal Zeka, Fiziksel Aktivite, Hedefe Bağlılık, Spor Bilimleri

ABSTRACT

Aim: The study aims to examine the effects of physical activity and emotional intelligence levels of university students studying in the field of sports sciences on their goal commitment.

Materials and Methods: A total of 196 university students, 105 female and 91 male, participated in the study in which the relational screening model was used. Data were collected using the “Personal Information Form,” “International Physical Activity Questionnaire-Short Form,” “Emotional Intelligence Scale,” and “Goal Commitment Scale.” In the analysis of the data, after normality tests, independent groups t-test, One Way ANOVA with “Tukey,” Pearson correlation analysis, and multiple linear regression analysis were used.

Results: In the study, it was determined that the students' physical activity, emotional intelligence and commitment to the goal did not differ to gender. Unlike, another finding was determined as those who actively did sports had significantly higher physical activity levels than those who did not. Similarly, those who actively did sports had a significantly higher mean in the positive emotional management dimension, which is a sub-dimension of emotional intelligence. Furthermore, the commitment to the goal of 1st and 4th grade students was significantly higher than that of 2nd grade students. It was determined that there were positive and significant relationships between physical activity and commitment to the goal and between emotional intelligence and commitment to the goal, and that physical activity and emotional intelligence significantly predicted commitment to the goal.

Conclusion: It was determined that physical activity and emotional intelligence predicted goal commitment at a statistically significant level and explained a significant portion of the variance, 14.4%.

Keywords: Emotional Intelligence, Goal Commitment, Sports Sciences, Physical Activity.

GİRİŞ

İnsan organizması yaşamını sürdürebilme ve karşılaştığı farklı durumlarla mücadele etme, fiziksel ve ruhsal sağlığı koruyabilme eğiliminde olduğu için hareket etme becerisini içeren özel bir yapı ile donatılarak yaratılmıştır. Bu hareket ve mücadele etme boyutlarında ise fiziksel aktivite kavramı günlük hayatta önemli bir yer tutarak farklı disiplinlerde (sağlık, psikoloji, spor vb.) çok sayıda araştırmaya konu olmuş ve farklı tanımlamalara yer verilmiştir. Günlük hayat içerisinde bireyin kalp ve solunum hızını artırarak daha fazla enerji tüketimine sebep olan etkinlikler (Arman vd., 2005), iskelet kaslarının kasılması sonucunda bazal seviyenin üzerinde enerji tüketimi gerektiren (Caspersen, Powell ve Christenson, 1985), bahçe, ev, spor, dans vb. fiziksel hareketleri içeren etkinlikler (Yıldırım vd., 2016), günlük işlerin sürdürülmesinde bedenin bir kısmı yada tümü kullanılarak kalp atımı ve solunum ritmini yükselten efor harcaması ile farklı tempo ve şiddetlerde yapılan planlı ya da plansız etkinlikler olarak tanımlanmaktadır (Shakerian vd., 2016). Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) ise fiziksel aktiviteyi, iskelet kasları tarafından üretilen ve enerji harcamayı gerektiren bedensel hareket olarak tanımlanmaktadır (DSÖ, 2024). Türk Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü (THSGM) ise günlük yaşam içerisinde kas ve eklemlerimizi kullanarak enerji tüketimi ile gerçekleşen, kalp ve solunum hızını arttıran ve farklı şiddetlerde yorgunlukla sonuçlanan aktiviteler olarak tanımlanmaktadır (THSGM, 2023).

Duygusal zeka kavramı yakın tarihsel süreç içerisinde bilim dünyasında sıklıkla kullanılmaya başlayan bir kavram olarak dikkat çekmektedir. İnsanoğlunun yaşamını sürdürebilmesi açısından fiziksel ve ruhsal sağlığının yanında (Akgül vd., 2024; Arı vd., 2020; 2024; Dursun vd., 2021 Uzunçayır, Yılmaz ve Yarayan, 2023; Yarayan vd., 2022; Yarayan vd., 2023; Yarayan ve Gulsen, 2023; Yarayan vd., 2024) ilişkilerinin önemli bir yeri olduğu düşünülürse duyguların da önemli bir yeri olduğu düşünülmektedir. Duyguları doğru şekilde algılayarak, etkilerini benimseyebilme gibi üst düzey bilişsel süreçleri kapsamı yönü de dikkat çekmektedir (Law, Wong ve Song, 2004). Duygularını aktarabilen karşı tarafında duygularının farkında olan bireyin mutluluk ve başarı düzeyinin de yüksek olabileceği düşüncesi duygusal zeka kavramını değerli kılmaktadır (Certel, Çatıkkaş ve Yalçınkaya, 2011). Thorndike (1920) tarafından ortaya çıkarılan sosyal zeka kavramı ile birlikte teorik olarak anlam kazanmaya başlayan “duygusal zeka”, Gardner’in (1983, 2011) çoklu zeka teorisi, Payne’in (1985) tez çalışması, Mayer ve Salovey’ in (1997) girişimleri, Goleman’ın (1995, 2020) doğrudan “Duygusal Zeka” adında yazdığı kitap, LeDoux’un (1998) duygusal zekanın bağımsızlığını desteklemesi gibi faaliyetler sonucunda uluslararası literatürde kendine yaygın bir şekilde yer edinmeye başlamış ve çok sayıda tanımına yer verilmiştir. Bu tanımlarda ortak kullanılan ifadelerden hareketle duygusal zeka; yaşla ile doğru orantılı (Mayer vd., 2011), bireyin kendi ve başkalarının duygularının farkında olarak (Arteche vd., 2008; Jordan, 2016) düşüncelerini sentezleyerek davranış örüntülerini düzenleme yetkinliği (Mayer ve Salovey, 1993), çeşitli durumlarla mücadele etme ve başa çıkma sürecindeki yetenekler bütünü (Bar-On vd., 2000), hedefe ulaşmak için öz-kontrol (Pastor, 2014) ve özgüven (Sosik ve Megarian, 1999) sağlayarak sosyal ve toplumsal huzur için uyum sağlayabilme (Hasson, 2019) olarak tanımlanmaktadır.

Hedefler en genel anlamıyla detaylı olarak belirlenmiş niyetleri içeren (Orlich vd., 2010) ve amaca uygun davranışları yönlendiren performans ölçütleridir (Burton, Naylor ve Holliday, 2001). Hedef, belirli zaman diliminde ulaşılmak istenen performans düzeyi (Latham ve Locke, 2006), faaliyetlere yön veren, duyguları anlamlandıran, mücadele sürecindeki beklenti ve değerlere göre şekillendirilen işlevsel olgu olarak açıklanmaktadır (Liem ve Senko, 2022). Hedefe bağlılık ise, belirlenen amaçlara ulaşabilmek için gösterilen çaba (Koca, 2024; Locke vd., 1981), amaca yönelik odaklanma ve gerçekleştirilme gayesi (Süleymanoğulları, Doğan ve Bayraktar, 2021), hedefe ulaşma sürecinin yanında karşılaşılan zorluklarla rahatlıkla yüzleşebilme becerisi kazandıran kişilik özelliği olarak betimlenmektedir (Naylor ve Ilgen 1984). Hedefler bulunulan konum, statü, organizasyon vb. duruma

göre farklılaşmaktadır. Ek olarak çevresel ve toplumsal koşullara göre de şekillenebilmektedir (Durmuş, 2024). Öğrenci için akademik başarı (Morisano, 2013), sporcu, takım ya da antrenör için başarı ve başarısızlık durumu (Williams, 2013) bu duruma örnek olarak gösterilebilmektedir.

Hedef belirlemenin ve belirlenen hedefe bağlı kalabilmenin spor bilimleri alanında oldukça büyük önem arz ettiği, sporun içinde yer alan paydaşların hedeflerine ulaşmaları halinde yaşamın çeşitli alanlarında motive oldukları ve istikrar sağladıkları (Koca, 2024), bağlılıklarının olumlu yönde etkilendiği belirtilmektedir (Curtis vd., 2021). Ayrıca fiziksel aktivite düzeyinin bireylerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinde (Aydemir, Kul ve Kırkçbir, 2023; Seçer ve Yıldızhan, 2020; Özkara ve Özbay, 2019), sportif aktivitelere katılımın öznel iyi oluş (Mallı ve Yıldızhan, 2018), düzenli aktivitenin ölüm kaygısı (Ekinci vd., 2021) ve olumlu düşünme (Burçak, Esentürk ve İlhan, 2020) gibi ruhsal sağlıkları ve mutluluk düzeyleri (Kırkçbir, 2020) üzerinde olumlu etkileri olduğu da görülmektedir. Bu bilgilerden hareketle hedefe bağlılığın ruhsal yapıdan etkilendiği göz önüne alındığında, fiziksel aktivite ve duygusal zeka düzeyinin bireylerin, özellikle de spor bilimleri alanında eğitim gören üniversite öğrencilerinin hedefe bağlılıkları üzerindeki etkisinin belirlenmesi mevcut çalışmanın amacını oluşturmaktadır.

MATERYAL VE METOD

Araştırmanın Modeli

Araştırmada nicel araştırma yöntemlerinden olan ve iki ya da daha fazla değişken arasındaki ilişkileri belirlemek amacıyla sıklıkla kullanılan ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır (Karasar, 2023).

Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu spor bilimleri alanında öğrenim gören basit rastgele yöntemi ile seçilen 196 (105 kadın 91 erkek) üniversite öğrencisi oluşturmaktadır.

Basit rastgele örnekleme yöntemi; evreni temsil gücü bakımından diğer araştırmalara daha güçlü bir yöntem (Büyüköztürk vd., 2024) olmakla birlikte çalışma grubunun evrenden rastgele seçildiği ve evrende yer alan her birimin araştırmaya katılım ihtimalinin denk olduğu bir yöntemdir (Tuna, 2016). Öğrencilere ait demografik özellikler Tablo 1’ de verilmiştir.

Tablo 1. Öğrencilerin Demografik Özellikleri

Değişken	Grup	n	%
Cinsiyet	Kadın	105	53.6
	Erkek	91	46.4
Aktif olarak spor yapma durumu	Evet	65	33.2
	Hayır	131	66.8
Sınıf	1.Sınıf	49	25
	2.Sınıf	55	28.1
	3.Sınıf	34	17.3
	4.Sınıf	58	29.6
Toplam		196	100

Araştırmaya katılan öğrencilerin %53.6’ sı kadın ve %46.4’ü erkektir. Ayrıca %66.8’ i düzenli spor yapmazken, %33.2’sinin düzenli olarak spor yaptığı görülmüştür. Araştırmaya katılan öğrencilerin %29.6’ sı 4. Sınıf; %28.1’ i 2. Sınıf; %25’i 1. Sınıf ve %17.3’ ü 3. Sınıfta öğrenim görmektedirler.

Veri Toplama Araçları

Araştırma verilerini toplamak için araştırmacılar tarafından oluşturulan Kişisel Bilgi Formu' na ek olarak, Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi-Kısa Form (IPAQ-Short Form), Duygusal Zeka Ölçeği ve Hedefe Bağlılık Ölçeği kullanılmıştır.

Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi-Kısa Form (IPAQ-Short Form): Bireylerin sağlık ve fiziksel aktivite düzeylerini belirlemek amacıyla Micheal Booth tarafından tasarlanmıştır. Daha sonra 6 kıta 12 ülke ve 14 araştırma merkezi tarafından çeşitli yöntemlerle farklı formları için geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları yapılarak form oldukça geçerli ve güvenilir sonuçlar verdiği tespit edilmiştir (Atienza, 2001; Craig vd., 2003). Formun Türk kültürüne uyarlaması üniversite öğrencileri üzerinde Öztürk (2005) tarafından yapılarak geçerlik güvenilirlik sonuçlarının uygun olduğu belirlenmiştir. Form şiddetli, orta düzey ve düşük düzey aktivitelerde harcanan zamana yönelik bilgiler sağlamakta ve bu aktivitelerin değerlendirilmeye alınabilmesi için tek seferde en az 10 dakika yapılıyor olması ölçüt olarak belirlenmiştir. Dakika, gün ve MET (İstirahat oksijen tüketimini katları) değerleri çarpılarak bir değer elde edilmekte ve bu değer sonucunda bireyin fiziksel aktivite düzeyi hakkında bilgi sağlanmaktadır.

Duygusal Zeka Ölçeği: Schutte vd. (1998) tarafından 33 madde olarak geliştirilen ve Chan (2006) tarafından 12 madde ve 4 faktörlü 5' li Likert kısa formu kullanılmıştır. Türk kültüründe Aslan ve Özata (2008) tarafından yapılan geçerlik ve güvenilirlik analizi ile faktör analizi sonucunda ölçeğin orijinal formuyla aynı sonuçları verdiği belirlenmiştir.

Hedefe Bağlılık Ölçeği: Sporcuların hedefe bağlılık düzeylerini belirlemek amacıyla Hollenbeck, Williams ve Klein, (1989) tarafından 9 madde olarak geliştirilen Klein vd. (2001) tarafından 5 madde olarak düzenlenen tek boyut ve 5' li likert tipi bir ölçektir. Ölçeğin Türk kültürüne uyarlaması ise Şenel ve Yıldız (2016) tarafından yapılmış ölçeğin orijinal formuyla aynı yapıyı koruduğu tespit edilmiştir. Ayrıca ölçekt 1., 2. ve 4. maddelerinin ters kodlandığı belirtilmiştir.

Tablo 2. Araştırmada Kullanılan Ölçeklere Ait Cronbach Alfa Güvenirlik Katsayıları

Değişken	Aslan ve Özata (2008)	Bu araştırma
Duygusal Değerlendirme	.87	.80
Empatik Duyarlılık	.83	.75
Pozitif Duygusal Yönetim	.88	.72
Duyguların Olumlu Kullanımı	.85	.79
Duygusal Zeka	.88	.81
	Şenel ve Yıldız (2016)	Bu araştırma
Hedefe Bağlılık	.74	.76

Araştırmalarda ölçeklerin güvenilirlik katsayısının .60-.80 arası olması halinde oldukça güvenilir ve .80-1.00 arası olması halinde de yüksek güvenilir oldukları belirtilmektedir (Kalaycı, 2018). Araştırmada yapılan güvenilirlik analizi sonucunda ölçeklerin güvenilirlik katsayısının belirtilen aralıklarda olduğu görülmektedir.

Verilerin Analizi

Araştırmada verilerin analizine geçilmeden yapılan uç değer analizleri sonucunda herhangi bir uç değere rastlanılmadığından 196 katılımcı üzerinde analizler yürütülmüştür. Araştırmada katılımcıların demografik özelliklere göre dağılımını belirlemek için tanımlayıcı analizler yapılmıştır. Daha sonra dağılım özellikleri belirlenip parametrik testlerin uygunluğu gözden geçirilerek, bağımsız iki grup

karşılaştırmalarında bağımsız örneklem t testi, ikiden fazla bağımsız grup karşılaştırmalarında One Way ANOVA ve gruplar arasında fark bulunması halinde farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için Post Hoc Çoklu karşılaştırmalarında “Tukey” testi uygulanmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla pearson korelasyon analizi ve çoklu doğrusal regresyon analizi kullanılmıştır. Korelasyon analizinden elde edilen katsayılar Kalaycı’ya (2018) göre yorumlanmıştır. Çoklu doğrusal regresyon analizi varsayımları ise Tabachnick ve Fidell (2013)’e göre değerlendirilmiş, analiz varsayımlarının karşılandığı ve çoklu bağlantı probleminin olmadığı tespit edilmiştir Ölçeklerin dağılımlarına ait bulgular tablo 3 de gösterilmiştir.

Tablo 3. Ölçek Puanlarının Ortalama, Standart Sapma, Minimum, Maksimum, Çarpıklık ve Basıklık Değerleri

Değişken	n	Min.-Max.	$\bar{X} \pm Ss$	Çarpıklık	Basıklık
Fiziksel Aktivite	196	0-15786.00	3150.52±224.90	1.462	2.584
Duygusal Değerlendirme	196	7.00-15.00	13.04±.136	-.823	.015
Empatik Duyarlılık	196	9.00-15.00	13.08±.119	-.486	-.690
Pozitif Duygusal Yönetim	196	6.00-15.00	12.79±.145	-.796	.163
Duyguların Olumlu Kullanımı	196	8.00-15.00	13.38±.121	-.922	.092
Duygusal Zeka	196	35.00-60.00	52.30±.418	-.581	-.135
Hedefe Bağlılık	196	11.00-25.00	20.76±.242	-.730	-.001

Kalaycı (2018) ölçeklerde çarpıklık ve basıklık katsayılarının -3 ile +3 arasında olması halinde verilerin normal dağılıma sahip olduğunu ifade etmektedir. Tablo 3 incelendiğinde ise belirtilen değerlerin uygun aralıklarda olduğu ve verilerin analizinde parametrik testlerin kullanılabilceği görülmektedir.

Araştırma Etiği

Araştırma süresince “Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi” çerçevesinde hareket edilmiştir. Bu kapsamda Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi İnsan Araştırmaları Sağlık ve Spor Bilimleri Etik Kurulundan 20.10.2021 tarihli toplantısında 08/01 protokol no ile araştırmanın yürütülmesi hususunda onay alınmıştır.

BULGULAR

Tablo 4. Öğrencilerin Cinsiyete Göre Fiziksel Aktivite, Duygusal Zeka ve Hedefe Bağlılıklarının Karşılaştırılması

Değişken	Cinsiyet	n	\bar{X}	Ss	t	p
Fiziksel Aktivite	Kadın	105	2848.54	2743.62	1.446	.150
	Erkek	91	3498.95	3542.89		
Duygusal Değerlendirme	Kadın	105	13.06	2.03	-.204	.839
	Erkek	91	13.01	1.75		
Empatik Duyarlılık	Kadın	105	13.20	1.63	-1.062	.290
	Erkek	91	12.94	1.72		
Pozitif Duygusal Yönetim	Kadın	105	12.61	2.02	1.306	.193
	Erkek	91	13.00	2.04		
Duyguların Olumlu Kullanımı	Kadın	105	13.32	1.73	.521	.603
	Erkek	91	13.45	1.65		
Duygusal Zeka	Kadın	105	52.20	6.16	.234	.815
	Erkek	91	52.40	5.52		
Hedefe Bağlılık	Kadın	105	20.87	3.35	-.513	.609
	Erkek	91	20.62	3.45		

Tablo 4 incelendiğinde spor bilimleri öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeyi ortalamalarında ($t=1.446$, $p>.05$), duygusal zeka alt boyutları ve toplam puan ortalamasında ($p>.05$) ve hedefe bağlılık ortalamalarında ($t=-.513$, $p>.05$) cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı fark olmadığı görülmektedir.

Tablo 5. Öğrencilerin Aktif Spor Yapma Durumlarına Göre Fiziksel Aktivite, Duygusal Zeka ve Hedefe Bağlılıklarının Karşılaştırılması

Değişken	Aktif Spor	n	\bar{X}	Ss	t	p
Fiziksel Aktivite	Evet	65	4976.50	3519.05	6.253	.000*
	Hayır	131	2244.50	2505.92		
Duygusal Değerlendirme	Evet	65	13.30	1.81	1.385	.168
	Hayır	131	12.90	1.94		
Empatik Duyarlılık	Evet	65	13.00	1.58	-.479	.633
	Hayır	131	13.12	1.72		
Pozitif Duygusal Yönetim	Evet	65	13.27	1.66	2.568	.020*
	Hayır	131	12.55	2.17		
Duyguların Olumlu Kullanımı	Evet	65	13.53	1.49	.906	.366
	Hayır	131	13.30	1.78		
Duygusal Zeka	Evet	65	53.12	5.57	1.386	.167
	Hayır	131	51.89	5.97		
Hedefe Bağlılık	Evet	65	21.18	3.03	1.303	.195
	Hayır	131	20.54	3.55		

* $p<.05$

Tablo 5'e göre spor bilimleri öğrencilerinin fiziksel aktivite ortalamalarında düzenli aktivite yapanların ortalamalarının ($X: 4976.50$) yapmayanların ortalamalarından ($X:2244.50$) istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmektedir ($t=6.253$, $p<.05$). Duygusal değerlendirme alt boyutunda ($t=1.385$, $p>.05$), empatik duyarlılık alt boyutunda ($t=-.479$, $p>.05$), duyguların olumlu kullanımı alt boyutunda ($t=.906$, $p>.05$) ve toplam duygusal zeka da ($t=1.386$, $p>.05$) düzenli aktivite yapanlar ile yapmayanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir. Fakat pozitif duygusal yönetim alt boyutunda düzenli spor yapanların puan ortalamalarının ($X:13.27$), yapmayanların puan ortalamalarından ($X:12.55$) istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmektedir ($t=2.568$, $p<.05$). Hedefe bağlılıkta ise aktif spor yapma durumuna göre gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir ($t=1.303$, $p<.05$).

Tablo 6. Öğrencilerin Sınıflarına Göre Fiziksel Aktivite, Duygusal Zeka ve Hedefe Bağlılıklarının Karşılaştırılması

Değişken	Sınıf	n	\bar{X}	Ss.	F	p	Tukey
Fiziksel Aktivite	1. Sınıf	49	3474.26	3773.55	.593	.620	
	2. Sınıf	55	3325.30	2861.91			
	3. Sınıf	34	3141.60	2762.08			
	4. Sınıf	58	2716.50	3071.84			
Duygusal Değerlendirme	1. Sınıf	49	12.77	2.00	.880	.453	
	2. Sınıf	55	12.92	1.81			
	3. Sınıf	34	13.08	1.91			
	4. Sınıf	58	13.34	1.90			
Empatik Duyarlılık	1. Sınıf	49	13.32	1.71	.582	.427	
	2. Sınıf	55	13.01	1.76			
	3. Sınıf	34	12.85	1.55			
	4. Sınıf	58	13.06	1.64			
Pozitif Duygusal Yönetim	1. Sınıf	49	12.55	1.89	1.029	.381	
	2. Sınıf	55	12.58	1.81			
	3. Sınıf	34	13.20	2.05			
	4. Sınıf	58	12.96	2.33			
Duyguların Olumlu Kullanımı	1. Sınıf	49	13.34	1.58	1.577	.196	
	2. Sınıf	55	13.05	1.78			

Duygusal Zeka	3. Sınıf	34	13.35	1.64	.707	.549	
	4. Sınıf	58	13.74	1.69			
	1. Sınıf	49	52.00	5.88			
	2. Sınıf	55	51.58	5.75			
	3. Sınıf	34	52.50	5.38			
Hedefe Bağlılık	4. Sınıf	58	53.12	6.24	4.290	.006*	1.Sınıf > 2.sınıf 4.sınıf > 2.Sınıf
	1. Sınıf	49	21.48	2.90			
	2. Sınıf	55	19.41	3.30			
	3. Sınıf	34	21.23	3.60			
	4. Sınıf	58	21.13	3.45			

*p<.05

Spor bilimleri öğrencilerinin sınıfa göre fiziksel aktivite düzeylerinin karşılaştırılmasında (F=593, p>.05), duygusal zeka ve alt boyutları karşılaştırılmasında (p<.05) istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir. Fakat hedefe bağlılıkta gruplar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmektedir (F=4.290, p<.05). Yapılan Post-hoc testi sonucunda farkın 1.sınıf ve 2. Sınıf öğrencileri ile 4. Sınıf ve 2. Sınıf öğrencileri arasında olduğu belirlenmiştir. Bu sonuca göre 1.sınıf öğrencilerinin hedefe bağlılık puan ortalamalarının (X:21.49) 2. Sınıf öğrencilerinin puan ortalamalarından (X:19.41), 4.sınıf öğrencilerinin puan ortalamalarının da (X:21.13) 2. Sınıf öğrencilerinin puan ortalamalarından (X:19.41) istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 7. Fiziksel Aktivite, Duygusal Zeka ve Hedefe Bağlılık Arasındaki İlişki (n=196)

	Fiziksel Aktivite	Duygusal Zeka	Hedefe Bağlılık
Fiziksel Aktivite	r	1	
	p		
Duygusal Zeka	r	-.049	1
	p	.496	
Hedefe Bağlılık	r	.141*	.345**
	p	.049	.000

*p<.05

Tablo 7' ye göre fiziksel aktivite ile duygusal zeka arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı (r=-.049, p>.05) tespit edilmiştir. Fakat fiziksel aktivite ile hedefe bağlılık arasında (r=.141, p<.05) pozitif yönlü düşük düzeyde, duygusal zeka ile hedefe bağlılık arasında (r=.345, p<.05) pozitif yönlü orta düzeyde anlamlı ilişkiler olduğu görülmektedir. Fiziksel aktivite ve duygusal zekadaki bir artışın hedefe bağlılığı da artıracığı söylenebilir.

Tablo 8. Fiziksel Aktivite ve Duygusal Zekanın Hedefe Bağlılığı Yordayıcılığına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonucu

Değişken	B	Standart Hata	β	t	p	İkili r	Kısmi R
Sabit	9.558	2.055		4.651	.000		
Fiziksel Aktivite	.000	.000	.158	2.367	.019	.141	.168
Duygusal Zeka	.204	.039	.352	5.283	.000	.345	.355
R= .379 R ² =.144							
F=16.184 p<.05 Durbin Watson: 2.065							

Tablo 8 incelendiğinde fiziksel aktivite ve duygusal zekanın hedefe bağlılığı istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yordadığı görülmektedir (R²=.144, p<.05). Fiziksel aktivite ve duygusal zeka hedefe bağlılıktaki varyansın %14' ünü açıklamaktadır. Standardize edilmiş (β) katsayısı ve t değerleri incelendiğinde görece önem düzeyi olarak sırasıyla duygusal zeka (β =.352) ve fiziksel aktivitenin

($\beta=.158$) hedefe bağlılığın anlamlı birer yordayıcısı oldukları söylenebilir. Fiziksel aktivitedeki ve duygusal zekadaki beta (β) değerlerinin pozitif yönlü oluşu, bu değerlerdeki artışın hedefe bağlılıktaki artışı sağlayacağı anlamına gelmektedir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu bölümde, spor bilimleri öğrencilerinin fiziksel aktivite ve duygusal zekâ düzeylerinin hedefe bağlılıklarına etkisinin belirlenmesi amacıyla yürütülen araştırma bulguları literatür ışığında tartışılmıştır.

Araştırma sonucunda spor bilimleri alanında öğrenim görmekte olan öğrencilerin fiziksel aktivite, duygusal zeka ve hedefe bağlılıklarının cinsiyete göre istatistiksel olarak farklılaşmadığı görülmüştür (Tablo 4). Elmas vd. (2021) üniversite öğrencilerinde, Von Bothmer ve Fridlund (2005) İsviçreli üniversite öğrencilerinde ve Karaca (2008) yetişkin bireyler üzerinde yapılan çalışmalarda fiziksel aktivite düzeyinin cinsiyete göre farklılaşmadığı belirlenmiştir. Spor bilimleri fakültesi öğrencileri üzerinde yapılan çalışmalar sonucunda da benzer sonuçların olduğu görülmüştür (Aydın ve Yalız Solmaz, 2016; Onur, 2024; Sapak, 2024; Şahin vd., 2017; Özkara, 2019). Fiziksel aktivite düzeyini cinsiyete göre karşılaştıran başka bir çalışmada da kadın ve erkekler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı sonucuna ulaşılmıştır (Güven ve Solmaz, 2022). Üniversite öğrencilerinde (Erdoğan, 2008), sağlık alanında okuyan üniversite öğrencilerinde (Sevindik vd., 2012) duygusal zekanın bazı değişkenler açısından incelenmesi amacıyla yürütülen araştırmalarda da cinsiyete göre gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir. Beden eğitimi öğretmen adayları (Certel vd., 2011; Dawsa ve Hart, 2000; Karademir, 2010), spor bilimleri alanında öğrenim gören öğrenciler (Turan vd., 2016), gençlik kampı lider adayları (Kayışoğlu, Doğan ve Çetin, 2014) üzerinde yürütülen araştırmalarda benzer sonuçların olduğu görülmüştür. Hedefe bağlılık değişkeni incelendiğinde spor alanında öğrenim gören üniversite öğrencilerinde (Çakıcı, Cevahircioğlu ve İnce, 2023), oryantiring sporcularında (Tunç ve Erdoğan, 2023), 18 yaş üstü spor merkezlerinde spora devam eden bireylerde (Tapşın, Karagül ve Selvi, 2023) yapılan çalışmalarda da gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olmadığı görülmüştür. Ek olarak De Clercq vd. (2009), Oettingen vd. (2009) ve Hori (2010) tarafından yapılan çalışmalarda da benzer sonuçlar ortaya çıkmıştır.

Spor bilimleri öğrencilerinin hedefe bağlılıklarının düzenli aktivite yapma durumuna göre istatistiksel olarak farklılaşmadığı görülmüştür. Fakat fiziksel aktivite ve duygusal zeka alt boyutunda yer alan pozitif duygusal yönetim alt boyutunda düzenli aktivite yapanlar lehine anlamlı farklılık olduğu belirlenmiştir (Tablo 5). Üniversite öğrencilerinde pandemi öncesi ve pandemi sonrası fiziksel aktivite düzeylerinin düzenli aktivite yapma durumunun karşılaştırıldığı bir araştırmada, her iki dönemde düzenli aktivite yapma durumuna göre fiziksel aktivite düzeyinin anlamlı şekilde farklılaşmadığı fakat aktivite yapanların yüksek ortalamalara sahip olduğu sonucuna varılmıştır (Gülüm, 2022). Spor yapma durumun duygusal zeka üzerindeki etkisini ortaya koyan çalışma sayısı kısıtlı olsada, literatürde çeşitli sportif etkinliklerde yer almanın duygusal zeka üzerinde pozitif etkilerini gösteren çalışmalar yer almaktadır (Laborde, Dosseville ve Allen, 2016; Seyis, Yazıcı ve Altun, 2011). Spor yapan ve yapmayan bireylerin psikolojik sağlık ve hedefe bağlılıklarının karşılaştırılması amacıyla yapılan araştırma sonucunda, hedefe bağlılığın spor yapma durumu değişkenine göre istatistiksel olarak farklılaşmadığı sonucuna varılmıştır (Çekceoğlu, 2019).

Spor bilimleri alanında öğrenim görmekte olan öğrencilerin fiziksel aktivite, duygusal zeka düzeylerinin sınıfa göre farklılaşmadığı, fakat hedefe bağlılıklarında istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu görülmüştür (Tablo 6). Fiziksel aktivite düzeyinin sınıfa göre karşılaştırılmasında üniversite öğrencilerinde (Aydoğan Arslan, Daşkapan ve Çakır 2016; Us, 2023; Elmas vd., 2021), öğretmen

adaylarında (Alemdağ ve Öncü, 2015), spor bilimleri alanında eğitim alan üniversite öğrencilerinde (Karaoğlu vd, 2016; Keklik, 2024; Sapak, 2024) anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Türkekul ve Sarıkabak (2019) tarafından yapılan araştırmada beden eğitimi öğretmen adaylarının duygusal zeka düzeylerinin sınıfa göre farklılaşmadığı görülmüştür. Spor eğitim alan üniversite öğrencilerinde mevcut araştırmanın aksine hedefe bağlılığın sınıf düzeyine göre farklılaşmadığı belirlenmiştir (Çakıcı vd., 2023).

Fiziksel aktivite ile hedefe bağlılık arasında ve duygusal zeka ile hedefe bağlılık arasında pozitif yönlü istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler olduğu belirlenmiştir. Fiziksel aktivite ve duygusal zekanın hedefe bağlılığı anlamlı düzeyde yordadığı tespit edilmiştir (Tablo 7-8). Hedefe bağlılık bireylerin hedefi önemseme düzeyi (Koca, 2024) ve hedefe ulaşma düzeyi (Curtis vd., 2021) ile doğrusal yönde ilişkiyi içermektedir. Özellikle spor paydaşları (sporcu, antrenör, rekreatif katılımcı vb.) açısından belirlenen hedeflere ulaşmak oldukça büyük önem arz etmektedir. Yapılan aktivite içerisinde fiziksel olan mücadele etme durumu gibi psikolojik olarak kazanma, kaybetme gibi durumlarında başarı elde etme ve başarıyı sürdürme aşamasını etkilediği belirtilmektedir (Kelecek ve Göktürk, 2017). Ek olarak hedefe bağlılıktaki önemseme düzeyinin beraberinde getirdiği mücadele etme durumu da bireyin fiziksel yada ruhsal olarak daha da efor sarf etmesini gerektireceği kaçınılmazdır. Bu nedenle fiziksel aktivite düzeyindeki artış belirlenen hedefe ulaşmada bir ön koşul gibi değerlendirileceği için artırılması önem arz etmektedir. Duygusal zeka ile hedefe bağlılık arasındaki ilişkiyi ortaya koyan çalışma sayısının oldukça sınırlı olduğu görülmüştür. Konu ile ilgili Özcan ve Göral (2020) tarafından yapılan araştırmada mevcut araştırma sonucunu destekler şekilde duygusal zeka ile hedefe bağlılık arasında pozitif yönlü ilişki olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca duygusal zeka düzeyi yüksek bireylerin iletişim becerileri yüksek (Altınışik ve Çelik, 2022) ve sorumluluk üstlenen bireyler olduğu belirtildiği (Somoğlu ve Zengin, 2023) içinde, hedeflere bağlı kalacakları düşünülmektedir.

Yapılan araştırma sonucunda, spor bilimleri alanında öğrenim gören üniversite öğrencilerinde fiziksel aktivite ve duygusal zeka düzeyinin hedefe bağlılıklarında önemli birer yordayıcılar olduğu görülmüştür. Fiziksel aktivite düzeyinin ruhsal ve bedensel faydaları göz önüne alındığında üniversite ortamında aktivite çeşitliliğinin artırılmasına yönelik faaliyetlerin yapılandırılması önem arz etmektedir. Bu sayede ruhsal zindelik sağlanarak duyguların kontrol edebilme becerisi gelişebilecektir. Bu sayede de bir hedef belirleyen birey o hedefe yönelik eylemlerini yönetebilecek ve ulaşmak için çaba sarf edecektir. Üniversite ortamlarında ve ders müfredatlarında öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerini artırmaya yönelik etkinliklerin yapılandırılması, farklı birimlerde yer alan öğrencileri kapsayan araştırmalar yapılması ve nicel ile nitel araştırmaların bir arada kullanıldığı karma yöntem araştırmaları konunun derinlemesine incelenmesi durumun daha somut şekilde ortaya konulmasına yardımcı olacağı düşünülmektedir.

KAYNAKLAR

- Akgül, A., Solmaz, S., Uzun, A., & Yarayan, Y. E. (2024). Zihinsel Dayanıklılık: İmgeleme ve Duygusal Zekânın Rolü. *The Online Journal of Recreation and Sports*, 13(3), 334-340.
- Alemdağ, S., Öncü, E. (2015). Öğretmen adaylarının fiziksel aktiviteye katılım ve sosyal görünüş kaygılarının incelenmesi. *International Journal of Science Culture and Sport (IntJSCS)*, 3(3),287-300.
- Altınışik, Ü., & Çelik, A. (2022). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin liderlik yönelimleri ile duygusal zeka düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 7(1), 225-236.
- Arı, Ç., Ulun, C., Yarayan, Y. E., Dursun, M., Mutlu, T., & Üstün, Ü. D. (2020). Mindfulness, healthy life skills and life satisfaction in varsity athletes and university students. *Progress in Nutrition*, 22(2), 1-8.
- Arman, A. R., Ersu, R., Save, D., Karadag, B., Karaman, G., Karabekiroglu, K., ... & Berkem, M. (2005). Symptoms of inattention and hyperactivity in children with habitual snoring: evidence from a community-based study in Istanbul. *Child: Care, Health And Development*, 31(6), 707-717.

- Arteche, A., Chamorro-Premuzic, T., Furnham, A., & Crump, J. (2008). The relationship of trait EI with personality, IQ and sex in a UK sample of employees. *International Journal of Selection and Assessment*, 16(4), 421-426. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2389.2008.00446.x>
- Atienza, A. A. (2001). Review of Empirically based physical activity program for middle aged to older adults. *Journal of Aging and Physical Activity*, 9, 38- 55.
- Aydemir, B., Kul, M., & Kırkibir, F. (2023). Taekvandocuların psikolojik sağlamlılık düzeyleri ile durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 6(özel sayı1),1249-1260.
- Aydoğan Arslan, S., Daşkapan, A., & Çakır, B. (2016). Üniversite öğrencilerinin beslenme ve fiziksel aktivite alışkanlıklarının belirlenmesi. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 15(3), 171-180.
- Bar-On, R., Brown, J. M., Kirkcaldy, B. D., & Thome, E. P. (2000). Emotional expression and implications for occupational stress; an application of the Emotional Quotient Inventory (EQ-i). *Personality and Individual Differences*, 28(6), 1107-1118.
- Çelik, O. B., Esentürk, O., & İlhan, L. (2020). Sporcularla sedanter bireylerin olumlu düşünme becerileri üzerine bir karşılaştırma. *Ulusal Spor Bilimleri Dergisi*, 4(1), 50-58.
- Burton, B., Naylor, B. & Holliday, B. (2001). *Goal setting in sport: Investigating the goal effectiveness paradox*. In R. Singer, Hausenblas H.A, Janelle C.M (eds.), *Handbook of Sport Psychology*. New York: Wiley, 497-528
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. & Demirel, F. (2024). *Eğitimde Bilimsel Araştırma Yöntemleri* (35. Baskı). Pegem Akademi Yayıncılık.
- Caspersen, C. J., Powell, K. E., & Christenson, G. M. (1985). Physical activity, exercise, and physical fitness: definitions and distinctions for health-related research. *Public Health Reports*, 100(2), 126.
- Certel, Z., Çatıkkaş, F., & Yalçınkaya, M. (2011). Beden eğitimi öğretmen adaylarının duygusal zekâ ile eleştirel düşünme eğilimlerinin incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 13(1), 74-81.
- Chan, D. W. (2006). Emotional intelligence and components of burnout among Chinese secondary school teachers in Hong Kong. *Teaching and Teacher Education*, 22, 1042–1054.
- Craig, C. L., Marshall, A. L., Sjöström, M., Bauman, A. E., Booth, M. L., Ainsworth, B. E., at al. (2003). International physical activity questionnaire: 12-country reliability and validity. *Medicine & Science in Sports & Exercise*. 35(8), 1381-1395.3).
- Curtis, J., Burkley, E., Hatvany, T., & Higdon, B. J. (2021). Goal commitment is in the eye of the beholder: Causes and consequences of perceiving others' goal commitment. *The Journal of Social Psychology*, 161(6), 683-696.
- Çakıcı, H. A., Cevahirioğlu, B., & İnce, A. (2023). sporcuların üniversite ortamları ile hedef bağlılıkları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Türk Spor Bilimleri Dergisi*, 6(2), 59-67.
- Çekceoğlu, H. (2019). *Spor yapan ve spor yapmayan lise öğrencilerinin psikolojik sağlamlık ve hedef bağlılık düzeylerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Çelik, O. B., Esentürk, O., & İlhan, L. (2020). Sporcularla sedanter bireylerin olumlu düşünme becerileri üzerine bir karşılaştırma. *Ulusal Spor Bilimleri Dergisi*, 4(1), 50-58.
- Dawda, D., & Hart, S. D. (2000). Assessing emotional intelligence: Reliability and validity of the Bar-On Emotional Quotient Inventory (EQ-i) in university students. *Personality and Individual Differences*, 28(4), 797-812.
- De Clercq, D., Menzies, T. V., Diochon, M., & Gasse, Y. (2009). Explaining nascent entrepreneurs' goal commitment: An exploratory study. *Journal of Small Business & Entrepreneurship*, 22(2), 123-139..
- Durmuş, İ. (2024). Üniversite öğrencilerinin akademik rekabet ve hedef belirleme yaklaşımları: Ölçek geliştirme araştırması. *Süleyman Demirel Üniversitesi Vizyoner Dergisi*, 15(41), 14-40.
- Dursun, M., Yarayan, Y. E., Arı, Ç., Ulun, C., & Adaş, S. K. (2021). COVID-19 in Turkey: Leisure boredom, psychological resilience, physical activity and emotional state. *IJERI: International Journal of Educational Research and Innovation*, (15), 460-486.
- Dünya Sağlık Örgütü, <https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/physical-activity> (14.08.2024).
- Ekinci, H. B., Mallı, A. Y., Demirel, N., & Şam, C. T. (2021). The effect of exercise on death anxiety. *Pakistan Journal of Medical & Health Sciences*, 15(10), 3217-3219.

- Elmas, L., Yüceant, M., Ünlü, H., & Bahadır, Z. (2021). Üniversite öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeyleri ile psikolojik iyi oluş durumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Sportive*, 4(1), 1-17.
- Erdoğan, M. Y. (2008). Duygusal zeka'nın bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(23), 62-76.
- Gardner, H. E. (2011). *Frames of mind: The theory of multiple intelligences*. Basic books.
- Goleman, D. (2020). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ*. Bloomsbury Publishing.
- Gülüm, F. (2022). *COVID-19 pandemi döneminde bireylerin fiziksel aktivite düzeyleri ile beslenme alışkanlıkları durumlarının incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Güven, G., & Solmaz, D. Y. (2022). Kadın ve erkek bireylerin fiziksel aktivite düzeyleri ve beden algısı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *International Journal of Sport Exercise and Training Sciences-IJSETS*, 8(2), 56-70.
- Hasson, G. (2019). *Emotional intelligence: Managing emotions to make a positive impact on your life and career*. John Wiley & Sons.
- Hollenbeck, J. R., Williams, C. L., & Klein, H. J. (1989). An empirical examination of the antecedents of commitment to difficult goals. *Journal of Applied Psychology*, 74, 18-23.
- Hori, M. (2010). *Gender differences and cultural contexts: psychological well-being in crossnational perspective*. (Unpublished doctoral thesis). Louisiana State University, Louisiana, USA.
- Jordan, E. (2016). *Emotional intelligence mastery: a practical guide to improving your EQ*. CreateSpace Independent Publishing Platform.
- Kalaycı, Ş. (2018). *SPSS uygulamalı çok değişkenli istatistik teknikleri* (8. Baskı). Dinamik Akademi, Ankara.
- Karaca, A. (2008). Yetişkin bireylerde orta ve yüksek şiddetli fiziksel aktivitenin cinsiyete göre incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri ve Teknolojisi Yüksekokulu Spor Bilimleri Dergisi*, 19(1), 54-62.
- Karademir, T., Döşyılmaz, E., Çoban, B., & Kafkas, M. E. (2010). Beden eğitimi ve spor bölümü özel yetenek sınavına katılan öğrencilerde benlik saygısı ve duygusal zeka. *Kastamonu Education Journal*, 18(2), 653-674.
- Karasar, N. (2023). *Bilimsel araştırma yöntemi: Kavramlar ilkeler teknikler* (38. Baskı). Nobel Yayıncılık.
- Kayıoğlu, N. B., Doğan, İ., & Çetin, M. (2014). Gençlik kampı lider adaylarının duygusal zekâ düzeyleri ve iletişim becerilerinin incelenmesi. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 12(1), 43-50.
- Keklik Yüksek, M. (2024). *Üniversite öğrencilerinin duygusal zekâ düzeyleri ve akademik öz-yeterliliklerinin incelenmesi: Spor eğitimi veren yükseköğretim kurumları örneği*. Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Kelecek, S., & Göktürk, E. (2017). Kadın futbolcularda sporcu bağlılığının sporcu tükenmişliğini belirlemedeki rolü. *Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 2(2), 162-173.
- Kırkbir, F. (2020). Sporcularda sağlıklı beslenme ile mutluluk arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Spor Eğitim Dergisi*, 4(2), 125-130.
- Klein, H. J., Wesson, M. J., Hollenbeck, J. R., Wright, P. M., & DeShon, R. P. (2001). The assessment of goal commitment: A measurement model meta-analysis. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 85(1), 32-55.
- Koca, Ö. F. (2024). Sporcularda hedef bağlılığı üzerine bir araştırma. *Yalova Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 3(1), 140-159.
- Laborde, S., Dosseville, F., & Allen, M. S. (2016). Emotional intelligence in sport and exercise: A systematic review. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 26(8), 862-874.
- Latham, G. P., & Locke, E. A. (2006). Enhancing the benefits and overcoming the pitfalls of goal setting. *Organizational Dynamics*, 35(4), 332-340.. <https://doi.org/10.1016/j.orgdyn.2006.08.008>
- Law, K. S., Wong, C. S., & Song, L. J. (2004). The Construct and criterion validity of emotional intelligence and its potential for management studies. *Journal of Applied Psychology*, 89(3), 483-496. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.89.3.483>.
- LeDoux, J. E. (1998). *The emotional brain: The mysterious underpinnings of emotional life*. Simon and Schuster.
- Liem, G. A. D., & Senko, C. (2022). Goal complexes: A new approach to studying the coordination, consequences, and social contexts of pursuing multiple goals. *Educational Psychology Review*, 34(4), 2167-2195.. <https://doi.org/10.1007/s10648-022-09701-5>
- Locke, E. A., Shaw, K. N., Saari, L. M., & Latham, G. P. (1981). Goal setting and task performance: 1969-1980. *Psychological Bulletin*, 90(1), 125.

- Mallı, A. Y., & Yıldızhan, Y. Ç. (2018). Determination of subjective well-being level in adolescents in association with sport participation. *World Journal of Education*, 8(6), 107-115.
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1993). The Intelligence of emotional intelligence. *Intelligence*, 17(4), 433-442. [https://doi.org/10.1016/0160-2896\(93\)90010-3](https://doi.org/10.1016/0160-2896(93)90010-3)
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). *Emotional development and emotional intelligence*. Nova Iorque: Basics Books.
- Mayer, J. D., Salovey, P., Caruso, D. R., & Cherkasskiy, L. (2011). *Emotional intelligence*. Cambridge University Press.
- Morisano, D. (2013). *Goal setting in the academic arena*. E. A. Locke ve G. P. Latham (Ed.), New developments in goal setting and task performance içinde (s. 495–506). Routledge/Taylor & Francis Group.
- Naylor, J. C., & Ilgen, D. R. (1984). Goal setting: A theoretical analysis of a motivational technology. *Research in Organizational Behavior*.
- Oettingen, G., Mayer, D., Timur Sevincer, A., Stephens, E. J., Pak, H. J., & Hagenah, M. (2009). Mental contrasting and goal commitment: The mediating role of energization. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 35(5), 608-622.
- Onur, N. (2024). *Spor bilimleri öğrencilerinin beslenme değişim ve fiziksel aktivite düzeylerinin araştırılması*. Yüksek Lisans Tezi. Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Rekreasyon Yönetimi Enstitüsü.
- Orlich, D. C., Harder, R. J., Callahan, R. C., Trevisan, M. S. T., & Brown, A. H. (2010). *Teaching strategies: A guide to effective instruction*. Wadsworth, Cengage Learning.
- Özata, M., & Aslan, Ş. (2008). Duygusal zekâ ve tükenmişlik arasındaki ilişkilerin araştırılması: sağlık çalışanları örneği. *Erciyes Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 30, 77-97.
- Özcan, E., & Göral, K. (2020). Study of the relationship between emotional intelligence and goal commitment levels in athletes. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 5(2), 303-310.
- Özkara, A. B., & Özbay, S. (2019). Lise düzeyindeki sporcu öğrencilerin psikolojik sağlamlıklarının incelenmesi. *Milli Eğitim Dergisi*, 48(221), 207–214.
- Özkara, A. B. (2019). Öğretmen adaylarının bedensel memnuniyet düzeylerinin incelenmesi. *Spor Eğitim Dergisi*, 3(1), 17–24.
- Öztürk, M. (2005). *Üniversitede eğitim öğretim gören öğrencilerde uluslararası fiziksel aktivite anketinin (IPAQ) geçerliliği ve güvenilirliği ve fiziksel aktivite düzeyinin belirlenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Pastor, I. (2014). Leadership and emotional intelligence: the effect on performance and attitude. *Procedia Economics and Finance*, 15, 985-992.
- Payne, W. (1985). *A study of emotion: Developing emotional intelligence; Self integration; relating to fear, pain and desire*. Ann Arbor: The Union for Experimenting Colleges and Universities.
- Sapak, R. (2024). *Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin vücut kitle indeksi, fiziksel aktivite düzeyleri ve yeme tutumları arasındaki ilişki*. Yüksek Lisans Tezi. Eskişehir Teknik Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- Schutte, N. S., Malouff, J. M., Hall, L. E., Haggerty, D. J., Cooper, J. T., Golden, C. J., et al. (1998). Development and validation of a measure of emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, 25, 167–177.
- Seçer, E., & Yıldızhan, Y. Ç. (2020). The relationship between physical activity levels and psychological resilience of university students. *Revista Turismo Estudos e Práticas-RTEP/UERN*, (4), 1-12.
- Sevindik, F., Uncu, F., & Dağ, D. G. (2012). Sağlık yüksekokulu öğrencilerinin duygusal zekâ düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Tıp Dergisi*, 26(1), 21-26.
- Seyis, S., Yazıcı, H. & Altun, F. (2011). Ortaöğretim öğrencilerinin motivasyonları ve duygusal zekaları ile akademik başarıları arasındaki ilişki. *Milli Eğitim Dergisi*, 43(197), 51-63.
- Shakerian, M., Rismanchian, M., Khalili, P., & Torki, A. (2016). Effect of physical activity on musculoskeletal discomforts among handicraft workers. *Journal of Education and Health Promotion*, 5(1), 8.
- Solmaz, D. Y., & Aydın, G. (2016). Spor bilimleri fakültesinde eğitim gören öğrencilerin fiziksel aktivite düzeyleri. *İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3(1), 34-46.
- Somoğlu, M. B., & Zengin, S. (2023). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin duygusal zekâ düzeylerinin belirlenmesi. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 6(3), 817-834.

- Sosik, J. J., & Megerian, L. E. (1999). Understanding leader emotional intelligence and performance: The role of self-other agreement on transformational leadership perceptions. *Group & organization management*, 24(3), 367-390.
- Süleymanoğulları, M., Doğar, A., & Bayraktar, G. (2021). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin hedef bağlılığı düzeylerinin incelenmesi. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 6(1), 173-183.
- Şahin, M., Kırandı, Ö., Atabaş, G., & Bayraktar, B. (2017). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeyleri (İstanbul Üniversitesi örneği). *Spor Eğitim Dergisi*, 1(1), 26-33.
- Şenel, E., & Yıldız, M. (2016). Hedef bağlılığı ölçeği: Türkçe uyarlaması, beden eğitimi ve spor alanında öğrenim gören öğrencilerde geçerlik ve güvenirlik çalışması. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 11(2), 58-65.
- Tabachnick, L., & Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics* (sixth ed.). Pearson, Boston
- Tapşım, F. O., Karagün, E., & Selvi, S. (2023). Serbest zamanlarında spor merkezlerine devam eden bireylerin hedefe bağlılık, mental iyi oluş ve bedeni beğenme durumlarının incelenmesi. *Spor ve Rekreasyon Araştırmaları Dergisi*, 5(2), 55-71.
- Thorndike, E. L. (1920). Intelligence and its uses. *Harper's Magazine*, 140, 227-235.
- Tuna, F. (2016). *Sosyal bilimler için istatistik*. Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.
- Tunç, A. Ç., & Erdoğan, A. (2023). Oryantiring sporcularının hedef bağlılığı ve karar verme stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 6 (1-Cumhuriyet'in 100. Yılı Özel Sayısı), 1100-1111.
- Turan, M. B., Karaoğlu, B., Kaynak, K., & Pepe, O. (2016). Özel yetenek sınavlarına giren adayların genel öz yeterlilik düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 1(1), 17-26.
- Türkecul, K., & Sarıkabak, M. (2019). Beden eğitimi ve spor öğretmeni adaylarının duygusal zeka düzeyleri ve akademik öz yeterlikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 5(1), 52-69.
- Türkiye Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü. (2023). T.C. Sağlık bakanlığı Fiziksel Aktivite Nedir? <https://hsgm.saglik.gov.tr/tr/fiziksel-aktivite-nedir.html> adresinden 14.08.2024 tarihinde erişildi.
- Us, G. (2023). *Üniversite öğrencilerinin fiziksel aktivite durumuna göre psikolojik sağlamlık ve mutluluk düzeylerinin incelenmesi (Tokat ili örneği)*. Yüksek Lisans Tezi. Giresun Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Uzunçayır, D., Yılmaz, S. H., & Yarayan, Y. E. (2023). Yoga temelli fiziksel aktivite programına katılan otizm spektrum bozukluğu olan çocukların kazanımları; ebeveyn ve öğretmen görüşleri doğrultusunda fenomenolojik bir araştırma. *Trakya Eğitim Dergisi*, 13(3), 2165-2177.
- Von Bothmer, M. I., & Fridlund, B. (2005). Gender differences in health habits and in motivation for a healthy lifestyle among Swedish university students. *Nursing & Health Sciences*, 7(2), 107-118.
- Williams, K. J. (2013). *Goal setting in sports. New developments in goal setting and task performance*, Routledge.
- Yarayan, Y. E., & Gulsen, D. B. A. (2023). Sporcularda imgeleme ve duygu düzenlemenin cesaret düzeyi üzerindeki etkilerine yönelik aşamalı regresyon analizi. *Journal of ROL Sport Sciences*, 896-910.
- Yarayan, Y. E., Güngör, N. B., Çelik, O. B., & Gülşen, D. B. A. (2022). Path analysis: predicting psychological performance strategies in the context of athlete identity. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 5(3) 699-712.
- Yarayan, Y. E., İlhan, E. L., Esentürk, O. K., Arı, Ç., & Gülşen, D. B. A. (2023). Does emotional intelligence affect mental toughness in physically disabled athletes?. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 8(2), 231-242.
- Yarayan, Y. E., Solmaz, S., Aslan, M., Batrakoulis, A., Al-Mhanna, S. B., & Keskin, K. (2024). Sex differences in athletic performance response to the imagery and mental toughness of elite middle-and long-distance runners. *Sports*, 12(6), 141.
- Yıldırım, İ., Işık, Ö., Ersöz, G., Büyükkök, M., Zengin, G., & Özel, Ö. (2016). Correlation between depression and eating attitudes and behaviors among those who performed regular physical activities. *Journal of Human Sciences*, 13(2), 3590-3599.



Türkiye Taekwondo Şampiyonalarına Katılan Sporcuların Sporda Güdülenme Düzeylerinin Araştırılması

“Investigation of Sports Motivation Levels of Athletes Participating in Turkish Taekwondo Championships”

Nihal AKOĞUZ YAZICI¹ & Özhan Can YILMAZ²

ARAŞTIRMA MAKALESİ

Tarihçe

Yayın Geliş Tarihi: 13 Ağustos 2024
Kabul Tarihi: 20 Ağustos 2024
Online Yayın Tarihi: 30 Ağustos 2024

DOI: <http://dx.doi.org/10.29228/anatoliar.63>

Yazarlarla İletişim

1- (Sorumlu Yazar) Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Rize, TÜRKİYE.

e-mail: nihal.akoguz@erdogan.edu.tr

<https://orcid.org/0000-0002-4766-140X>

2- Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Rize, TÜRKİYE.

e-mail: ozhancan_yilmaz22@erdogan.edu.tr

<https://orcid.org/0000-0001-7027-2456>

Yazar Katkıları

Tüm yazarlar çalışmanın konseptine ve tasarımına katkıda bulundu.

Finansman

Bu çalışma herhangi bir kurum/kuruluştan maddi destek almadı.

Çıkar Çatışması

Yazarlar çıkar çatışması olmadığını beyan ediyorlar.

Şeffaflık

Yazarlar, çalışmada hiçbir hayati özelliğin ihmal edilmediğini, dürüst, doğru ve şeffaf bir anlatım ile raporlaştırdığını ve herhangi bir tutarsızlık olmadığını beyan etmişlerdir.

Etik

Bu çalışmada bilimsel etik kriterlerine uyulmuştur.

Referans Gösterimi

Akoğuz Yazıcı, N., & Yılmaz, Ö.C. (2024). Türkiye Taekwondo Şampiyonalarına Katılan Sporcuların Sporda Güdülenme Düzeylerinin Araştırılması. *Anatolia Sport Research*, 5(2): 38-48.

Copyright © 2024 by Anatolia Sport Research

ÖZET

Amaç: Bu çalışma, sporcuların cinsiyet, yarıştığı kilo kategorisi, milli sporcu olma durumu ve Türkiye şampiyonalarında madalya kazanmaları gibi demografik ve performans değişkenlerine göre sporda güdülenme düzeylerini incelemektedir.

Materyal ve Metod: Araştırmada, sporcuların içsel güdülenme, dışsal güdülenme ve güdülenmeme düzeyleri incelenmiş ve bu motivasyon türlerinin farklı değişkenler karşısındaki durumu analiz edilmiştir. Araştırmaya 17-34 yaş arasında 122 kadın (\bar{X} yaş=18,48 ± 2,53), 173 erkek (\bar{X} yaş=18,55 ± 2,49) toplam (N=295) sporcu katılmıştır. Veri toplama aracı olarak “Sporda Güdülenme Ölçeği” kullanılmıştır. Veriler SPSS 26 programında analiz edilmiştir. Verilerin genel özelliklerini belirlemek amacıyla tanımlayıcı istatistikler, frekans ve yüzde dağılımları incelenmiştir. İstatistiksel analizlerde, verilerin normalliğini değerlendirmek için Kolmogorov-Smirnov ve Shapiro-Wilk testleri uygulanmıştır. Normal dağılım gösteren verilerde, $p < 0,05$ anlamlılık düzeyinde ikili gruplar arasındaki farklılıkları belirlemek için bağımsız iki grup t-testi yapılmıştır. Üç veya daha fazla grup arası Sporcu, içsel güdülenme, dışsal güdülenme, güdülenmeme ndaki karşılaştırmalar için ise tek yönlü ANOVA testi kullanılmıştır.

Bulgular: Sporcuların cinsiyet ve kilo bakımından güdülenmeme durumlarında anlamlı farkların olduğu ($p < 0,05$), milli sporcu olan ve olmayan sporcularda dışsal güdülenme ve güdülenmeme durumlarında yine anlamlı farkların olduğu tespit edilmiştir ($p < 0,05$). Bunun yanında sporcuların yarıştıkları kategori ve Türkiye şampiyonalarında aldıkları madalya bakımından sporda güdülenme puanlarında anlamlı bir farklılaşmanın olmadığı tespit edilmiştir ($p > 0,05$).

Sonuç: Sporcuların cinsiyet ve kilo gibi demografik özelliklerine göre güdülenme durumlarının farklılık gösterdiğini, milli sporcu olma durumunun dışsal güdülenme ve güdülenmeme üzerinde etkili olduğunu, ancak yarışma kategorisi ve madalya kazanma durumunun güdülenme üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığını göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: Dışsal Güdülenme, Güdülenmeme, İçsel Güdülenme, Sporcu.

ABSTRACT

Aim: This study examines the motivation levels of athletes in sports according to demographic and performance variables such as gender, age, weight category, national athlete status, and medal wins in Turkish championships.

Material and Method: In the study, the levels of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation of athletes were examined, and the status of these motivation types against different variables was analyzed. A total of 295 athletes between the ages of 12-34, 122 females (\bar{X} year = 18,48, 2,53) and 173 males (\bar{X} year = 18,55, 2,49) participated in the study. "Motivation in Sport Scale" was used as a data collection tool. The data were analyzed in the SPSS 26 program. Descriptive statistics, frequency, and percentage distributions were analyzed to determine the general characteristics of the data. In statistical analysis, Kolmogorov-Smirnov and Shapiro-Wilk tests were applied to evaluate the normality of the data. For normally distributed data, an independent two-group t-test was performed to determine the differences between paired groups at the ($p < 0,05$) significance level. A one-way ANOVA test was used for comparisons between three or more groups.

Results: It was determined that there were significant differences ($p < 0,05$) in the unmotivated status of the athletes in terms of gender, age, and weight, and there were significant differences ($p < 0,05$) in the extrinsic motivation and unmotivation status of the athletes with and without national athletes. In addition, it was determined that there was no significant difference in the motivation scores of the athletes in terms of the category in which they competed and the medals they received in the Turkish championships ($p > 0,05$).

Conclusions: It shows that motivational states of athletes differ according to their demographic characteristics such as gender and weight, that being a national athlete has an effect on extrinsic motivation and amotivation, but competition category and medal winning status do not have a significant effect on motivation.

Keywords: Athlete, Extrinsic Motivation, Intrinsic Motivation, Unmotivation.

GİRİŞ

Sporda üstün başarı elde etmek, fiziksel yeterliliklerin yanı sıra, zihinsel dayanıklılık, zihinsel iyi oluş ve psikolojik sağlamlık gibi faktörlerin de belirleyici rol oynadığı bir süreçtir (Birinci & Avan, 2022; Yılmaz & Ağgön, 2023). Günümüz spor literatürü, yalnızca fiziksel antrenmanın yeterli olmadığını, zihinsel hazırlığın da en az fiziksel kapasite kadar kritik olduğunu vurgulamaktadır (Gould, Dieffenbach & Moffett, 2002; Weinberg & Gould, 2019). Zihinsel faktörler, sporcuların stresle başa çıkma yeteneklerini, konsantrasyon seviyelerini ve genel psikolojik iyi oluşlarını etkilediğini göstermektedir (Jones, 2002; Roberts, Treasure & Conroy, 2020). Yani güdülenme, bireyin temel olarak zihinsel performansını artırmaya yönelik etkinlikleri de kapsamaktadır (Yazıcı & Özdemir, 2020). Bu unsurlar, sporcuların yarışma esnasında ve uzun vadede performanslarını sürdürebilmeleri için gerekli görülmektedir (Gould & Maynard, 2009). Özellikle yoğun rekabet ve baskı altında, sporcuların zihinsel olarak dayanıklı olmaları, performanslarını olumlu yönde etkileyen en önemli faktörlerden biridir (Connaughton, Hanton & Jones, 2010). Bu bağlamda, sporda zihinsel süreçleri ele aldığımız çalışmalarda güdülenme kavramının ön plana çıktığını görmekteyiz.; Zira güdülenme, bu faktörler arasında sporcuların performansını şekillendiren en kritik unsurlardan biri olarak kabul edilmektedir (Clancy, Herring & Campel, 2017; Li, Kawabata & Zhang, 2020). Güdülenme, sporcuların hedeflerine ulaşma yolunda gösterdikleri çabanın sürekliliğini ve motivasyonlarını destekleyen temel bir bileşendir. Ayrıca sporcuların hedeflerine ulaşma yolunda gösterdikleri kararlılığın ve devamlılığın temelini oluşturur (Ryan & Deci, 2017). Yüksek düzeyde güdülenme, sporcuların karşılaştıkları zorluklarla başa çıkma yeteneklerini güçlendirir ve performanslarını üst düzeye çıkarır (Hagger, Chatzisarantis & Biddle, 2003; Vansteenkiste, Soenens, & Schaufeli, 2020). Diğer yandan, güdülenmenin sporcuların uzun vadeli hedeflere ulaşmada ve zorlu rekabet ortamlarında başarı sağlamada kritik bir rol oynadığını göstermektedir (Ntoumanis, 2005; Keegan, Harwood & Spray, 2014).

Güdülenme, özellikle dövüş sporlarında, sporcuların hem antrenman sürecinde hem de müsabaka esnasında performanslarını sürdürebilmeleri için önemlidir (Moreno-Murcia, Borges-Silva, & Santos-Rosa, 2011). 2024 Paris Olimpiyatları'nda sporcuların üstün performans sergileyebilmesi için motivasyon ve güdülenmenin ne kadar önemli olduğunu gösteren örneklerin karşımıza çıktığını görmekteyiz. Özellikle taekwondo gibi dövüş sporları, fiziksel performans kadar zihinsel hazırlık ve güdülenmenin de büyük önem taşıdığı spor dalları arasında yer almaktadır. Bu ve benzeri spor dallarında başarılı olabilmek için sporcuların hem fiziksel hem de zihinsel olarak en üst seviyede hazırlıklı olmaları gerekmektedir (Kavussanu & Roberts, 2019). Sporcuların güdülenme düzeylerinin yüksek olması, onların antrenmanlara ve müsabakalara daha fazla odaklanmalarını, stresle daha etkili başa çıkmalarını ve böylece daha yüksek performans sergilemelerini sağlamaktadır (Weinberg & Gould, 2019). Bu bağlamda genç sporcularda, güdülenmenin pozitif yönde gelişmesi, uzun vadeli spor kariyerlerinde başarıyı artırmakta ve kariyerlerini uzatmaktadır (Gillet, Berjot, & Gobancé, 2009).

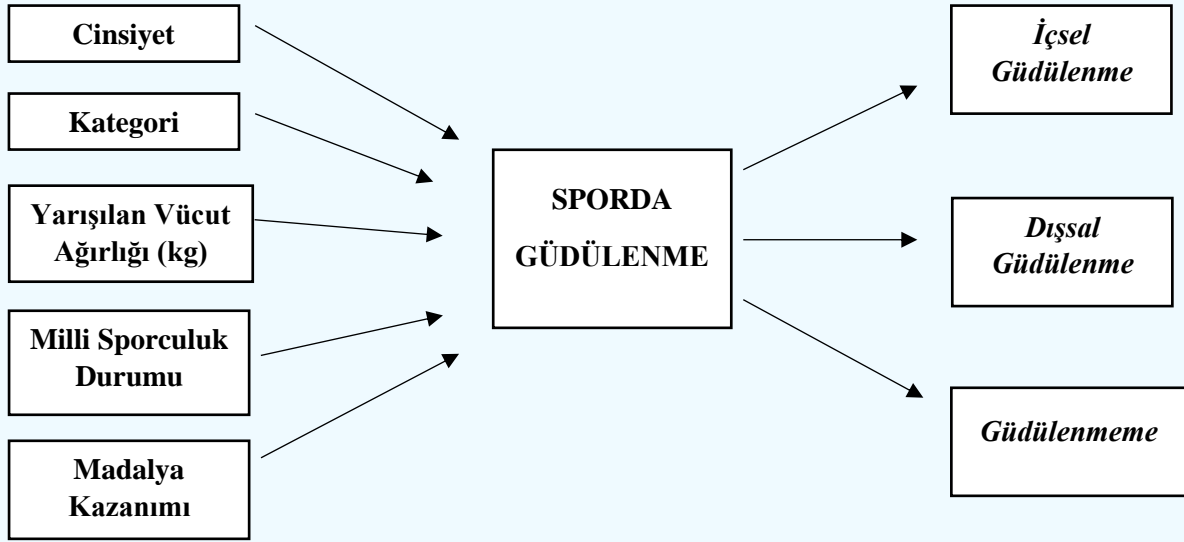
Son yıllarda, taekwondo sporcularının güdülenme düzeyleri üzerine yapılan çalışmalar artış göstermiş ve bu alanda yeni bulgular elde edilmiştir (Morales vd., 2019). Ancak, Türkiye'deki taekwondo sporcularının güdülenme düzeyleri üzerine yapılan araştırmalar sınırlı kalmıştır. Bu sınırlı çalışmalar, genellikle güdülenmenin genel teorik çerçevesine odaklanmakta ve belirli bir spor branşına dair derinlemesine incelemeler sunmamaktadır (Nicholls, 1989; Duda & Hall, 2001; Smith, Ntoumanis, & Duda, 2007). Bu durum, Türkiye'de sporcu güdülenmesi üzerine yapılacak çalışmalara duyulan ihtiyacı ortaya koymaktadır (Arslan & Karabulut, 2020) Güdülenme teorileri sporcuların genel motivasyonel yapısını anlamada faydalı olsa da belirli spor branşlarında, özellikle de taekwondo gibi dövüş sporlarında, bu teorilerin uygulamalı yönlerinin yeterince araştırılmadığı görülmektedir (Roberts, 2001).

Bu araştırma, Türkiye'deki taekwondo sporcularının güdülenme düzeylerine ilişkin mevcut sınırlı literatüre katkı sağlamayı amaçlamakta olup, elde edilecek bulguların, antrenörler ve spor bilimcileri tarafından sporcu motivasyonunu artırmaya yönelik stratejilerin geliştirilmesine olanak tanıyacağını öngörmektedir. Bu bağlamda mevcut araştırmanın amacı, Büyükler Türkiye Taekwondo Şampiyonasına katılan sporcuların sporda içsel güdülenme, dışsal güdülenme ve güdülenmeme düzeylerini çeşitli demografik ve sportif değişkenler aracılığı ile incelemektir.

MATERYAL VE METOD

Araştırmanın Modeli

Bu çalışmada, nicel araştırma yöntemleri kapsamında yaygın olarak kullanılan ilişkisel tarama modeli tercih edilmiştir. Bu modelde, değişkenler arasındaki ilişkiler veya etkiler incelenmektedir (Karasar, 2020). Araştırmada sporcuların demografik ve kişisel bilgi formuna göre sporda güdülenme düzeylerini test etmek amacıyla Şekil 1'deki araştırma modeli geliştirilmiştir.



Şekil 1. Araştırma Modeli

Verilerin Toplanması

Öncelikle araştırma bağlamında sistematik bir şekilde literatür taraması yapılmıştır. Konu hakkında teorik bir çerçeve oluşturulduktan sonra belirlenen kişisel bilgi formu ve Kazak (2004) tarafından geliştirilen "Sporda Güdülenme Ölçeği" kullanılmıştır. Sporda Güdülenme Ölçeği, 28 maddeden oluşmakta ve bu maddeler, yedi basamaklı bir değerlendirme ölçeğine göre yanıtlanmaktadır. Ölçekte yedi alt boyut yer almakta olup, iç tutarlık güvenilirliği Cronbach alfa katsayıları ile belirlenmiştir. Bu katsayılar; bilmek-başarmak için içsel güdülenme alt boyutunda .88, uyarıcı yaşamak için içsel güdülenmede .73, içe atımda .82, özdeşimde .72, dışsal düzenlemede .74 ve güdülenmeme alt boyutunda .70 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin farklı zamanlardaki uygulamalar arasında tutarlılığını belirlemek amacıyla 4 hafta arayla gerçekleştirilen test-tekrar test korelasyon katsayıları ise .52 ile .91 arasında değişim göstermiştir. Bu bulgular, Sporda Güdülenme Ölçeği'nin, Türk sporcuların içsel ve dışsal güdülenme ile güdülenmeme düzeylerini ölçmek için geçerli ve güvenilir bir araç olduğunu ortaya koymaktadır (Kazak, 2004).

Verilerin Analizi

Verilerin analizinde SPSS 26 (Statistical Package for the Social Science) programı kullanılmıştır. Verilerin genel dağılımını görmek için tanımlayıcı istatistik, frekans ve yüzde dağılımlar yapılmıştır. İstatistiki testlerde sporculara cinsiyet, kategori, yarışılan kilo, milli sporculuk durumu ve Türkiye şampiyonalarında kazanılan madalya durumuna bağlı olarak ilk olarak normallik testi (Kolmogorov Simirnov & Saphiro Wilks) uygulanmıştır. Tek değişkenli normallik dağılımını değerlendirmek amacıyla, verilerin çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerleri incelenmiştir. George ve Mallery'nin (2010) önerdiği referans aralıklarına göre, çarpıklık ve basıklık değerlerinin -2 ile +2 arasında olması, verinin normal dağılıma uygun olduğunu göstermektedir. Bu çerçevede, analiz edilen verilerin normalliği bu kriterler doğrultusunda değerlendirilmiştir. Normal dağılıma sahip verilere $p < 0.05$ anlamlılık düzeyinde ikili karşılaştırmalarda bağımsız iki grup için t testi uygulanmıştır. Üç ve üzeri karşılaştırmalarda ise tek yönlü Anova testi (Oneway) uygulanmıştır. Normal dağılıma sahip olmayan verilere ikili karşılaştırmalarda Man Whitney U testi, üç ve üzeri karşılaştırmalarda ise Kruskal Wallis testi uygulanmıştır.

BULGULAR

Tablo 1. Katılımcıların Genel Özelliklerine İlişkin Bulgular

Değişkenler	Gruplar	f	%
Cinsiyet	Kadın	122	41,4
	Erkek	173	58,6
Kategori	Gençler	45	15,2
	Büyükler	250	84,7
Yarışılan Vücut Ağırlığı (kg)	40-50	47	15,9
	51-60	128	43,4
	61-70	83	28,1
	71-80	37	12,5
Milli Sporculuk Durumu	Milli Sporcu	112	37,6
	Milli Sporcu Olmayan	183	62,4
Türkiye Şampiyonalarında Madalya Kazanımı	Madalya Sahibi	104	36
	Madalya Sahibi Olmayan	191	64
Toplam		295	100

Araştırmaya katılan bireylerin 122'si kadın (%41,4), 173'ü erkek (%58,6) sporculardan oluşmaktadır.. Sporcuların 45'i (%15,2) gençler, 250'si (%84,7) büyükler kategorisinde yarışmaktadır. 47'si (%15,9) 40-50 kiloda, 128'i (%43,4) 51-60 kiloda, 83'ü (%28,1) 61-70 kiloda, 37'si (%12,5) 71-80 kiloda yarışmaktadır. Sporcuların 111'i (%37,6) milli sporculardan, 183'ü (%62,4) milli olmayan sporculardan oluşmaktadır. Türkiye şampiyonalarında madalya kazanımına göre madalya sahibi 104 (%36), madalya sahibi olmayan 191 (%64) sporcu bulunmaktadır.

Tablo 2. Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Güdülenme Puanlarının t Testi İle Karşılaştırması

Alt Boyutlar	Cinsiyet	Ort.	Ss	df	t	p
İçsel Güdülenme	Kadın	4,98	1,102	295	0,72	0,47
	Erkek	4,89	1,132			
Dışsal Güdülenme	Kadın	4,62	1,057	295	0,84	0,40
	Erkek	4,72	1,031			
Güdülenmeme	Kadın	2,93	1,396	295	-4,70	0,00*
	Erkek	3,73	1,458			

* $p < 0.05$

Sporcuların içsel güdülenme, dışsal güdülenme ve güdülenmeme alt boyut puanları arasında manidar farkların olup olmadığını tespit etmek için $\alpha=0.05$ anlamlılık düzeyinde t-testi uygulandı. Test sonuçları sporcuların cinsiyete göre içsel güdülenme ve dışsal güdülenme puanları arasındaki farkın manidar olmadığını ($t_{295}; 0,72; p>0,05$; $t_{295}; 0,84; p<0,05$) gösterirken, güdülenme alt boyut puanları arasındaki farkın istatistik olarak anlamlı olduğunu göstermiştir ($t_{295}; -4,70; p<0,05$).

Tablo 2'deki test sonuçları incelendiğinde içsel güdülenme alt boyutunda kadın sporcuların puanı ($4,98 \pm 1,102$), erkek sporcuların puanı ($4,89 \pm 1,132$), dışsal güdülenme alt boyutunda kadın sporcuların puanı ($4,62 \pm 1,057$), erkek sporcuların puanı ($4,72 \pm 1,031$) olarak tespit edilmiş, puanlar arasında farklar olsa da bu farkların istatistik olarak bir anlam ifade etmediği tespit edilmiştir. Güdülenmeme alt boyutunda ise kadın sporcuların puanı ($2,93 \pm 1,396$), erkek sporcuların puanı ($3,73 \pm 1,458$) olarak tespit edilmiş puanlar arasındaki farkın istatistik olarak anlamlı ($p<0,05$) olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 3. Katılımcıların Yarışma Kategorilerine Göre Güdülenme Puanlarının t Testi İle Karşılaştırması

Alt Boyutlar	Kategori	Ort.	Ss	df	F	p
İçsel Güdülenme	Gençler	4,87	1,094	295	0,56	0,56
	Büyükler	4,94	1,125			
Dışsal Güdülenme	Gençler	3,83	1,041	295	1,30	0,27
	Büyükler	4,94	1,040			
Güdülenmeme	Gençler	3,39	1,542	295	1,01	0,36
	Büyükler	3,39	1,472			

Tablo 3'teki test sonuçlarına göre; sporcuların içsel güdülenme, dışsal güdülenme ve güdülenmeme alt boyut puanları arasında manidar farkların olup olmadığını tespit etmek $\alpha =0.05$ anlamlılık seviyesinde Tek Yönlü ANOVA testi uygulandı. Teste sonuçları sporcuların yarıştığı kategoriye göre içsel güdülenme, dışsal güdülenme ve güdülenmeme alt boyut puanları arasındaki farkın manidar olmadığını göstermektedir ($f_{2,295}; 0,73; 0,56; 0,66; p>0,05$). Gençler kategorisindeki sporcuların içsel güdülenme puan ortalamaları ($4,87 \pm 1,094$), büyükler kategorisindeki sporcuların içsel güdülenme puan ortalamaları ($4,94 \pm 1,125$) olarak tespit edilmiştir. Gruplar arasında farklar olsa da bu farkların istatistik olarak bir anlam ifade etmediği tespit edilmiştir ($p>0,05$). Gençler kategorisindeki sporcuların dışsal güdülenme puan ortalamaları ($3,83 \pm 1,041$), büyükler kategorisindeki sporcuların dışsal güdülenme puan ortalamaları ($4,94 \pm 1,040$) olarak tespit edilmiştir. Gruplar arasında farklar olsa da bu farkların istatistik olarak bir anlam ifade etmediği tespit edilmiştir ($p>0,05$). Gençler kategorisindeki sporcuların güdülenmeme puan ortalamaları ($3,39 \pm 1,542$), büyükler kategorisindeki sporcuların güdülenmeme puan ortalamaları ($3,39 \pm 1,472$), olarak tespit edilmiştir. Gruplar arasında farklar olsa da bu farkların istatistik olarak bir anlam ifade etmediği tespit edilmiştir ($p>0,05$).

Tablo 4. Katılımcıların Yarışılan Vücut Ağırlıklarına Göre Güdülenme Puanlarının t Testi İle Karşılaştırması

Alt Boyutlar	Vücut Ağırlığı (kg)	Ort.	Ss	df	F	p
İçsel Güdülenme	40-50	4,85	1,184	295	0,22	0,88
	51-60	4,94	1,053			
	61-70	4,89	1,173			
	71-80	5,03	1,165			
Dışsal Güdülenme	40-50	4,48	1,024	295	0,91	0,44
	51-60	4,66	0,978			
	61-70	4,78	1,135			
	71-80	4,74	1,061			
Güdülenmeme	40-50	3,01	1,447	295	3,61	0,01*
	51-60	3,24	1,348			
	61-70	3,74	1,584			
	71-80	3,68	1,591			

* $p<0,05$

Tablo 4'teki test sonuçlarına göre 40-50 kilo kategorisindeki sporcuların içsel güdülenme puan ortalamaları ($4,85 \pm 1,184$), 51-60 kilo kategorisindeki sporcuların içsel güdülenme puan ortalamaları ($4,94 \pm 1,053$), 71-80 kilo kategorisindeki sporcuların içsel güdülenme puan ortalamaları ($5,03 \pm 1,165$) olarak tespit edilmiştir. Gruplar arasında farklar olsa da bu farkların istatistiki olarak bir anlam ifade etmediği tespit edilmiştir ($p>0,05$). 40-50 kilo kategorisindeki sporcuların dışsal güdülenme puan ortalamaları ($4,48 \pm 1,024$), 51-60 kilo kategorisindeki sporcuların dışsal güdülenme puan ortalamaları ($4,66 \pm 0,978$), 61-70 kilo kategorisindeki sporcuların dışsal güdülenme puan ortalamaları ($4,78 \pm 1,135$), 71-80 kilo kategorisindeki sporcuların dışsal güdülenme puan ortalamaları ($4,74 \pm 1,061$) olarak tespit edilmiştir. Gruplar arasında farklar olsa da bu farkların istatistiki olarak bir anlam ifade etmediği tespit edilmiştir ($p>0,05$). 40-50 kilo kategorisindeki sporcuların güdülenmeme puan ortalamaları ($3,01 \pm 1,447$), 51-60 kilo kategorisindeki sporcuların güdülenmeme puan ortalamaları ($3,24 \pm 1,348$), 61-70 kilo kategorisindeki sporcuların güdülenmeme puanları ($3,74 \pm 1,584$), 71-80 kilo kategorisindeki sporcuların güdülenmeme puan ortalamaları ($3,68 \pm 1,591$) olarak tespit edilmiş puanlar arasındaki farkın istatistik olarak anlamlı ($p<0,05$) olduğu görülmüştür.

Tablo 5. Katılımcıların Milli Sporculuk Durumlarına Göre Güdülenme Puanlarının t Testi İle Karşılaştırması

Alt Boyutlar	Millilik Durumu	Ort.	Ss	df	t	p
İçsel Güdülenme	Milli Sporcu	4,97	1,017	295	0,43	0,66
	Milli Sporcu Olmayan	4,91	1,176			
Dışsal Güdülenme	Milli Sporcu	4,83	1,000	295	1,92	0,05*
	Milli Sporcu Olmayan	4,59	1,059			
Güdülenmeme	Milli Sporcu	3,35	1,540	295	0,43	0,05*
	Milli Sporcu Olmayan	3,42	1,452			

* $p<0,05$

Tablo 5'teki test sonuçlarına göre; sporcuların içsel güdülenme, dışsal güdülenme ve güdülenmeme alt boyut puanları arasında manidar farkların olup olmadığını tespit etmek için $\alpha=0,05$ anlamlılık düzeyinde t-testi uygulandı. Test sonuçları sporcuların milli sporculuk durumuna göre İçse güdülenme puanları arasındaki farkın manidar olmadığını ($t_{295}; 0,43; p>0,05$) göstermiştir. Dışsal güdülenme ve güdülenmeme alt boyut puanları arasındaki farkın ise anlamlı olduğu tespit edilmiştir ($t_{295}; 1,92; 0,43 p<0,05$). Milli sporcuların içsel güdülenme puan ortalamaları ($4,97 \pm 1,017$), milli sporcu olmayanların puan ortalamaları ($4,91 \pm 1,176$) olarak tespit edilmiştir. Gruplar arasında farklar olsa da bu farkların istatistiki olarak bir anlam ifade etmediği görülmüştür ($p>0,05$). Milli sporcuların dışsal güdülenme puan ortalamaları ($4,83 \pm 1,00$), milli sporcu olmayanların puan ortalamaları ($4,59 \pm 1,059$) olarak tespit edilmiş puanlar arasındaki farkın istatistiki olarak anlamlı ($p<0,05$) olduğu görülmüştür. Milli sporcuların güdülenmeme puan ortalamaları ($3,35 \pm 1,540$), milli sporcu olmayanların puan ortalamaları ($3,42 \pm 1,452$) olarak tespit edilmiş puanlar arasındaki farkın istatistiki olarak anlamlı ($p<0,05$) olduğu görülmüştür. Sporcuların içsel güdülenme, dışsal güdülenme ve güdülenmeme alt boyut puanları arasında manidar farkların olup olmadığını tespit etmek için $\alpha=0,05$ anlamlılık düzeyinde t-testi uygulanmıştır. Test sonuçları sporcuların Türkiye şampiyonalarında aldıkları madalya durumuna göre İçse güdülenme, dışsal güdülenme ve güdülenmeme alt boyut puanları arasındaki farkın manidar olmadığını ($t_{295}; 0,22; p>0,05; t_{295}; 0,82; t_{295}; 0,63; p>0,05$) göstermiştir.

Tablo 6. Katılımcıların Türkiye Şampiyonalarında Alınan Madalya Durumuna Göre GÜDÜLENME Puanlarının t Testi İle Karşılaştırması

Alt Boyutlar	Madalya Durumu	Ort.	Ss	df	t	p
İçsel GÜDÜLENME	Madalya Sahibi	4,91	1,031	295	0,22	0,82
	Madalya Sahibi Olmayan	4,94	1,168			
Dışsal GÜDÜLENME	Madalya Sahibi	4,75	0,996	295	0,82	0,41
	Madalya Sahibi Olmayan	4,64	1,070			
GÜDÜLENMEME	Madalya Sahibi	3,34	1,620	295	0,47	0,63
	Madalya Sahibi Olmayan	3,43	1,418			

Tablo 6'daki test sonuçlarına göre madalya sahibi sporcuların içsel güdülenme puan ortalamaları ($4,91 \pm 1,031$), madalya sahibi olmayan sporcuların puan ortalamaları ($4,94 \pm 1,169$) olarak tespit edilmiştir. Gruplar arasında farklar olsa da bu farkların istatistiki olarak bir anlam ifade etmediği görülmüştür ($p>0,05$). Madalya sahibi sporcuların dışsal güdülenme puan ortalamaları ($4,75 \pm 0,996$), madalya sahibi olmayan sporcuların puan ortalamaları ($4,64 \pm 1,070$) olarak tespit edilmiştir. Gruplar arasında farklar olsa da bu farkların istatistiki olarak bir anlam ifade etmediği görülmüştür ($p>0,05$). Madalya sahibi sporcuların güdülenmeme puan ortalamaları ($3,34 \pm 1,620$), madalya sahibi olmayan sporcuların puan ortalamaları ($3,43 \pm 1,418$) olarak tespit edilmiştir. Gruplar arasında farklar olsa da bu farkların istatistiki olarak bir anlam ifade etmediği görülmüştür ($p>0,05$).

TARTIŞMA VE SONUÇ

Sporcuların cinsiyet değişkenine göre sporda güdülenme durumlarını incelediğimizde içsel güdülenme ve dışsal güdülenme puanlarının bir farklılaşma yaratmadığı, bunun yanında güdülenmeme puanlarında anlamlı farklılaşmanın olduğu görülmektedir ($p<0,05$). Bektas, Sieber, and Stoll (2018) tarafından yürütülen bir çalışmada, içsel ve dışsal güdülenme düzeylerinde cinsiyetler arasında anlamlı bir fark olmadığı, ancak kadın sporcuların güdülenmeme eğilimlerinin erkek sporculara göre daha fazla olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Bu sonuçlar, cinsiyetin güdülenme türleri üzerindeki etkisini anlamak için önemlidir. Yürütülen diğer bir çalışmada cinsiyetler arasında içsel ve dışsal güdülenme düzeylerinde belirgin bir fark olmadığını, ancak güdülenmeme durumunda kadın sporcuların erkeklere kıyasla daha yüksek puanlar aldığını ortaya koymuştur (Kavussanu and Hodge, 2019). Kadın ve erkek sporcuların psikolojik olarak sporla ilgili deneyimleri ve algıları farklı olabilir. Örneğin, kadınlar başarı ya da başarısızlık karşısında farklı duygusal tepkiler verebilirler, bu da güdülenme düzeylerini etkileyebilir. Kadın sporcuların spor ortamında yaşadıkları stres, performans kaygısı ya da cinsiyet ayrımcılığı gibi faktörlerin güdülenmeme hissini arttırdığı düşünülmektedir.

Sporcuların yarıştıkları kategoriye değişkenine göre sporda içsel güdülenme, dışsal güdülenme ve güdülenmeme puanlarının bir farklılaşma yaratmadığı tespit edilmiştir ($p>0,05$). Vallerand ve O'Connor'ın araştırması, farklı yaş gruplarındaki sporcuların motivasyon profillerini değerlendirmiştir. Çalışmada, sporcuların yarıştıkları kategoriye göre içsel ve dışsal güdülenme ile güdülenmeme puanlarının benzer olduğu ve bu değişkenlerin yaş gruplarına bağlı olarak anlamlı bir farklılık göstermediği tespit edilmiştir (Vallerand & O'Connor, 2019). Diğer bir çalışmada çeşitli yaş kategorilerindeki sporcuların motivasyonel özellikleri incelenmiştir. Araştırma gençler ve büyükler kategorilerindeki sporcular arasında içsel ve dışsal güdülenme ile güdülenmeme puanlarında anlamlı bir farklılık bulunmadığını rapor etmiştir (Jowwet & Cockerill, 2018). Yarıştıkları kategoriye bağlı olarak sporcuların motivasyonel hedefleri genellikle benzer olabilmektedir. Genç sporcular ve büyük sporcular, rekabet, başarı ve kişisel gelişim gibi ortak hedeflere sahip olabilirler. Bu ortak hedeflerin, motivasyon düzeylerinde büyük bir farklılaşmaya sebebiyet vermediği düşünülmektedir.

Sporcuların yarıştıkları kilo değişkenine göre sporda güdülenme durumlarını incelediğimizde içsel güdülenme ve dışsal güdülenme puanlarının bir farklılaşma yaratmadığı, bunun yanında güdülenmeme puanlarında anlamlı farklılaşmanın olduğu görülmektedir ($p<0,05$). Kiloya bağlı olarak sporcuların motivasyon profillerinin analiz edildiği araştırmada, farklı kilo gruplarındaki sporcular arasında içsel ve dışsal güdülenme düzeylerinde anlamlı bir farklılık bulunmadığı, ancak kilolu sporcuların güdülenmeme düzeylerinin daha yüksek olduğu bulunmuştur (Wilson & Hagger, 2018). Bir diğer araştırmada yine çeşitli kilo kategorilerindeki sporcuların motivasyonel özellikleri incelenmiştir. Sonuçlar, sporcuların kilolarına göre içsel ve dışsal güdülenme düzeylerinde belirgin bir farklılık olmadığını, ancak kilo arttıkça güdülenmeme puanlarının arttığını göstermiştir (Carvalho & De Jong, 2020). Yüksek kilolu sporcuların, ek kilo nedeniyle daha fazla fiziksel rahatsızlık yaşayabileceği ve bu durumun spor yapma motivasyonlarını olumsuz etkileyeceği düşünülmektedir.

Sporcuların milli sporcu olma durumu değişkenine göre sporda güdülenme durumlarını incelediğimizde içsel güdülenme puanlarında bir farklılaşma olmadığı, bunun yanında dışsal güdülenme ve güdülenmeme puanlarında anlamlı farklılıkların olduğu tespit edilmiştir ($p<0,05$). Milli sporcu ve amatör sporcular arasındaki motivasyonel farklılıkların araştırıldığı çalışmada, milli sporcuların içsel güdülenme düzeylerinin amatör sporculardan belirgin bir farklılık göstermediğini, ancak dışsal güdülenme ve güdülenmeme puanlarının milli sporcularda anlamlı derecede düşük olduğu bulunmuştur (Nix & Vallerand, 2020). Milli sporcuların güdülenme durumlarının incelendiği bir diğer çalışmada milli sporcuların içsel güdülenme puanlarının amatör sporcularla benzer olduğunu, ancak dışsal güdülenme ve güdülenmeme puanlarının milli sporcularda daha belirgin olduğunu ortaya koymuştur (Gledhill & Harwood, 2016). Milli sporcuların genellikle daha yüksek başarı hedefleri vardır. Bu, dışsal güdülenmenin artmasına neden olabilir. Ayrıca, başarısızlık ve düşük performans gibi kaygı durumları, sporcularda güdülenmeme duygularını artırabilir diye düşünülmektedir.

Sporcuların madalya kazanma durumu değişkenine göre sporda içsel güdülenme, dışsal güdülenme ve güdülenmeme puanlarının bir farklılaşma yaratmadığı tespit edilmiştir ($p<0,05$). Sporcuların madalya kazanma durumlarına göre güdülenme durumlarının incelendiği çalışmada içsel güdülenme, dışsal güdülenme ve güdülenmeme puanları arasında anlamlı farkların olmadığı görülmüştür (Miller & DeWitt, 2016). Madalya kazanma durumlarının sporcuların motivasyon durumları üzerindeki etkilerinin incelendiği diğer bir çalışmada içsel güdülenme, dışsal güdülenme ve güdülenmeme puanlarının madalya kazanma durumlarından bağımsız olarak değerlendirilebileceğini ve madalya durumlarının bu motivasyonel faktörler üzerinde belirgin bir farklılık yaratmadığını ortaya koymuştur (Sage & Wood, 2018).

Sonuç olarak bu çalışmada, sporcuların çeşitli özelliklerine göre sporda güdülenme düzeylerinin nasıl farklılaştığı incelenmiştir. Bulgular, sporcuların cinsiyet, yaş, yarıştıkları kilo kategorisi, milli sporcu olma durumu ve madalya kazanma durumları gibi değişkenlere göre güdülenme düzeylerinde bazı önemli farklılıkların bulunduğunu ortaya koymuştur.

İçsel güdülenme açısından, pek çok değişkenin (cinsiyet, yaş, kilo, milli sporcu olma durumu ve madalya kazanma durumu) önemli bir farklılık yaratmadığı görülmüştür. Bu bulgu, sporcuların spora karşı duydukları içsel motivasyonun, kişisel tatmin, beceri gelişimi ve sporun kendisinden alınan haz gibi unsurlar tarafından şekillendiğini ve bu temel motivasyonun demografik veya performans göstergelerinden büyük ölçüde bağımsız olduğunu göstermektedir. Literatürde, bu sonucun desteklediği çalışmalar, sporcuların başarı düzeyleri ne olursa olsun, içsel güdülenme düzeylerinin sabit kaldığını belirtmektedir.

Dışsal güdülenme ve güdülenmeme puanlarında ise bazı önemli farklılıklar tespit edilmiştir. Milli sporcularda, dışsal güdülenme ve güdülenmeme puanlarının daha belirgin olması, bu sporcuların ödül, tanınma ve medya baskısı gibi dışsal faktörlerle daha fazla motive olduklarını ve bu faktörlerin zaman zaman güdülenmeme hissini artırabileceğini göstermektedir. Ayrıca, kiloya ve madalya kazanma durumuna bağlı olarak dışsal güdülenme ve güdülenmeme düzeylerinde farklılıkların bulunması, dışsal motivasyon kaynaklarının ve psikolojik baskının sporcuların motivasyonel profilleri üzerindeki etkisini vurgulamaktadır.

Sonuç olarak, bu araştırma, sporcuların güdülenme düzeylerinin sadece bireysel ve demografik faktörlere değil, aynı zamanda sporun kendisinden alınan içsel tatmine, sosyal ve performans beklentilerine, fiziksel zorluklara ve kariyer basamaklarına da bağlı olduğunu göstermektedir. Bu bulgular, sporcuların motivasyonlarını daha iyi anlamak ve onlara uygun destek ve stratejiler geliştirmek için önemli görülmektedir.

Öneriler:

- ✓ Sporcularda güdülenmeyi etkileyen demografik ve sporcu branşına özgü faktörleri daha geniş kapsamlı incelemek, gelecek araştırmalar için olumlu referans kaynağı oluşturabilir.
- ✓ Özellikle performans odaklı sporculara özgü yapılan çalışmaları, uzun vadede takip etmek bu bağlamda boylamsal çalışmalarla süreci izlemek, daha güvenilir sonuçlar verme noktasında literatüre katkı sağlayabilir.
- ✓ Çalışma, uluslararası sporcularında içerisinde olduğu bir örneklem grubunda gerçekleştirilirse genellenebilir olma özelliği bakımından etkili sonuçlar ortaya çıkarabilir.
- ✓ Spor bilimlerinde psikoloji üzerine yapılan bu tarz araştırmalar mevcut alana özgü uzmanlaşmış bilim insanlarının desteği ve tecrübesi ile birleştirilirse daha efektif sonuçların sağlanmasına imkân verebilir.

KAYNAKLAR

- Arslan, Y., & Karabulut, E. O. (2020). *The impact of motivation on athletic performance: A study on Turkish athletes. Journal of Sport Sciences, 12(3), 45-58.*
- Bektas, F., Sieber, S., & Stoll, J. (2018). Motivation and its impact on performance in sustainable agricultural practices. *Journal of Agricultural Education and Extension, 24(4), 341-356.* doi:10.1080/1389224X.2018.1483089
- Birinci, M. C., & Avan, S. K. (2022). Öğrencilerde Ders-Boş Zaman Çatışmasının Psikolojik Sağlık Üzerine Etkisi. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi, 13(2), 149-160.*
- Carvalho, H., & De Jong, J. (2020). Weight categories and their influence on motivation and performance in athletes. *Journal of Sports Sciences, 38(8), 897-906.*
- Clancy, R. B., Herring, M. P., & Campbell, M. J. (2017). Motivational orientations and sport performance: An application of the achievement goal theory. *Psychology of Sport and Exercise, 33, 150-161.* <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2017.08.009>
- Connaughton, D., Hanton, S., & Jones, G. (2010). The development and maintenance of mental toughness in the world's best performers. *The Sport Psychologist, 24(2), 168-193.* <https://doi.org/10.1123/tsp.24.2.168>
- Duda, J. L., & Hall, H. K. (2001). Achievement goal theory in sport: Recent extensions and future directions. In R. N. Singer, H. A. Hausenblas, & C. M. Janelle (Eds.), *Handbook of sport psychology (2nd ed., pp. 417-443).* Wiley.
- Erturan-İlker, G., Aşçı, F. H., & Altıntaş, A. (2018). Age differences in motivation among youth and adult athletes: A comparative study. *Journal of Sports Science and Medicine, 17(2), 345-352.*
- George, D., & Mallery, P. (2010). *SPSS for Windows step by step: A simple guide and reference, 17.0 update (10th ed.).* Pearson.
- Gillet, N., Berjot, S., & Gobancé, L. (2009). A motivational model of performance in the sport domain. *European Journal of Sport Science, 9(3), 151-158.* <https://doi.org/10.1080/17461390902736793>

- Gledhill, A., & Harwood, C. (2016). Examining the motivational profiles of elite athletes: A comparison of professional and amateur sportspeople. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 14(3), 234-248.
- Gould, D., & Maynard, I. (2009). Psychological preparation for the Olympic Games. *Journal of Sports Sciences*, 27(13), 1393-1408. <https://doi.org/10.1080/02640410903081845>
- Gould, D., Dieffenbach, K., & Moffett, A. (2002). Psychological characteristics and their development in Olympic champions. *Journal of Applied Sport Psychology*, 14(3), 172-204. <https://doi.org/10.1080/10413200290103482>
- Hagger, M. S., Chatzisarantis, N. L. D., & Biddle, S. J. H. (2003). A meta-analysis of the effect of self-determination theory on self-reported exercise behavior. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 1(2), 174-202. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2003.9671736>
- Jones, M. I. (2002). Motivation in sport and exercise: *A psychological perspective*. Routledge.
- Jowett, S., & Cockerill, I. M. (2018). Motivational characteristics of athletes across different competitive levels. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 16(2), 206-223.
- Karasar, N. (2020). Bilimsel Araştırma Yöntemi (35. Baskı). Nobel Yayın Dağıtım.
- Kavussanu, M., & Hodge, K. (2019). The role of gender in motivation and sport behavior: Examining gender differences in self-determined motivation in sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 42, 56-64.
- Kavussanu, M., & Roberts, G. C. (2019). Motivation in sport and exercise. In G. Tenenbaum & R. C. Eklund (Eds.), *Handbook of sport psychology* (4th ed., pp. 224-243). Wiley.
- Kazak, Z. (2004). Sporda Güdülenme Ölçeği-SGÖ'nin Türk Sporcuları İçin Güvenirlilik ve Geçerlik Çalışması. *Spor Bilimleri Dergisi*, 15(4), 191-206.
- Keegan, R., Harwood, C., & Spray, C. M. (2014). The role of self-determination theory in sport and exercise: A review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 7(1), 22-48. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2014.891071>
- Li, C., Kawabata, M., & Zhang, L. (2020). Intrinsic motivation as a mediator of the relationship between basic psychological needs satisfaction and athlete engagement. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 18(3), 330-345. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2018.1554119>
- Miller, A., & DeWitt, M. (2016). The effects of achievement and motivational climate on athlete motivation: A focus on medal outcomes. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 5(2), 165-178.
- Morales, J. F., Sánchez-Miguel, P. A., & Molinero, O. (2019). *Motivational climate and its impact on athletes' mental health and performance: An integrative approach*. *International Journal of Sport Psychology*, 50(1), 43-57. <https://doi.org/10.7352/IJSP.2019.50.43>
- Moreno-Murcia, J. A., Borges-Silva, F., & Santos-Rosa, F. J. (2011). Motivation and performance in young athletes: An analysis based on self-determination theory. *Journal of Human Kinetics*, 27(1), 121-134. <https://doi.org/10.2478/v10078-011-0009-1>
- Nicholls, J. G. (1989). *The competitive ethos and democratic education*. Harvard University Press.
- Nix, R. E., & Vallerand, R. J. (2020). Motivation and performance differences between elite and amateur athletes: A comparison study. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 42(4), 307-319.
- Ntoumanis, N. (2005). Motivational profiles and their relationships with achievement goals, burnout, and dropout in elite youth soccer. *Journal of Sports Sciences*, 23(6), 395-409. <https://doi.org/10.1080/02640410400021256>
- Roberts, G. C. (2001). Understanding the dynamics of motivation in physical activity: The influence of achievement goals on motivational processes. In G. C. Roberts (Ed.), *Advances in motivation in sport and exercise* (pp. 1-50). Human Kinetics.
- Roberts, L., Treasure, D., & Conroy, D. (2020). Understanding motivation in sport: Current trends and future directions. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 9(2), 106-122. doi:10.1037/spy0000198
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. Guilford Press.
- Sage, L., & Wood, A. (2018). The impact of competitive success on motivation: A longitudinal study. *International Journal of Sport Psychology*, 49(3), 277-291.
- Smith, A. L., Ntoumanis, N., & Duda, J. L. (2007). Goal striving, goal attainment, and well-being: Adapting and testing the self-concordance model in sport. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 29(6), 763-782. doi:10.1123/jsep.29.6.763
- Vallerand, R. J., & O'Connor, B. P. (2019). Motivation in competitive sports: Age differences in internal and external motivation. *Motivation and Emotion*, 43(1), 113-125.
- Vansteenkiste, M., Soenens, B., & Schaufeli, W. B. (2020). Motivation in sports: A self-determination theory perspective. In R. J. Vallerand (Ed.), *Advances in Motivation Science* (pp. 145-175). Elsevier. <https://doi.org/10.1016/bs.adms.2020.01.002>
- Weinberg, R. S., & Gould, D. (2019). Foundations of sport and exercise psychology (7th ed.). *Human Kinetics*.
- Wilson, R., & Hagger, M. S. (2018). Exploring weight-related differences in motivation among athletes: *A focus on amotivation*. *Motivation and Emotion*, 42(3), 370-382.

- Yazıcı, A. G., & Özdemir, K. (2020). *The Importance of sports education towards social alienation in the process of transition from agricultural society to industrial society* (Theory and research in sport sciences, Editor, Özgür Karataş, 1st ed.). Gece Publishing. Ankara.
- Yılmaz, A., & Ağgön, E. (2023). Aktif spor yapan üniversite öğrencilerinin beden memnuniyeti, mental iyi oluş ve özgüven düzeylerinin incelenmesi. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 14(1), 31-42.



Mezopotamya'da Sporun Mitolojik Yönü ve Günümüze Yansımaları “Mythological Aspects of Sports in Mesopotamia and Its Reflections on Today”

Erol DOĞAN¹ & Osman İMAMOĞLU²

DERLEME

Tarihçe

Yayın Geliş Tarihi: 3 Mayıs 2024

Kabul Tarihi: 5 Haziran 2024

Online Yayın Tarihi: 30 Ağustos 2024

DOI: <http://dx.doi.org/10.29228/anatoliasr.61>

Yazarlarla İletişim

1- (Sorumlu Yazar) Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, Samsun, TÜRKİYE.

e-mail: erol.dogan@omu.edu.tr

<https://orcid.org/0009-0008-6352-0501>

2- Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, Samsun, TÜRKİYE.

e-mail: osmani@omu.edu.tr

<https://orcid.org/0000-0001-6671-6042>

Yazar Katkıları

Tüm yazarlar çalışmanın konseptine ve tasarımına katkıda bulundu.

Finansman

Bu çalışma herhangi bir kurum/kuruluştan maddi destek almadı.

Çıkar Çatışması

Yazarlar çıkar çatışması olmadığını beyan ediyorlar.

Şeffaflık

Yazarlar, çalışmada hiçbir hayati özelliğin ihmal edilmediğini, dürüst, doğru ve şeffaf bir anlatım ile raporlaştırdığını ve herhangi bir tutarsızlık olmadığını beyan etmişlerdir.

Etik

Bu çalışmada bilimsel etik kriterlerine uyulmuştur.

Referans Gösterimi

Doğan, E. & İmamoğlu, O. (2024). Mezopotamya'da Sporun Mitolojik Yönü ve Günümüze Yansımaları, *Anatolia Sport Research*, 5(2):49-63.

Copyright © 2024 by Anatolia Sport Research

ÖZET

Amaç: Bu çalışmanın amacı Antik Mezopotamya'da sporun mitolojik yönü ve bu mitolojilerin sporla birlikte günümüze yansımalarının araştırılmasıdır.

Materyal ve Metod: Bu çalışmada, Mezopotamya mitolojisinin spor üzerindeki etkilerini ve bu etkilerin günümüze yansımalarını incelemek amacıyla kapsamlı bir literatür tarama yöntemi kullanılmıştır.

Bulgular: Mitolojik kahraman ve yaratıklar, hızları, güçleri, yenilmezlikleri kısaca insanüstü özellikleriyle spor arenalarında etkili olmuştur. Günümüz sosyal hayatında tüm eski dinlerin antik tanrı ve tanrıçalarına sanki hâlâ tapınılıyormuşçasına çok sayıda gönderme vardır. Mezopotamya tanrı ve tanrıçalarından özellikle İhtar'a spor dünyasında çokça değinilirken, Hıristiyan takımları, İslam'ın ve Hıristiyanlığın vazgeçtiği pagan tanrılar olduğunun bilincinde olmalarına rağmen hem Aşur'u hem de İhtar'ı çok sık kullanırlar. Kralların yarışlarda, avlanmada ve güreşteki başarıları ilahilerle övülürdü. Mezopotamyalıların güreş, boks ve kemer güreşini bildiklerini ve bu sporları ortaya çıkardıkları veya çok geliştirdiklerini söyleyebiliriz.

Sonuç: Doğu ya da batı, dünyanın her yerindeki insanlar bu efsanevi tanrı ve tanrıçaların sembolik referanslarına inanarak onların etkilerini sosyal hayatlarına yansıtmışlardır. Süper güçleri, tuhaf kaprisleri, intikam alma arzuları ve fiziksel güçlerinin yanı sıra efsanevi hikayeleri de hayatın birçok alanında, hatta sporda bile ilham kaynağı haline gelmiştir. Antik Mezopotamya sanatında mitolojik özelliklere de konu olan sporun güncel yaşamdaki etkileri etraflıca araştırılmalıdır.

Anahtar Kelimeler: İnsan, Mezopotamya, Mitoloji, Spor, Tanrı.

ABSTRACT

Aim: The aim of this study is to investigate the mythological aspect of sports in Ancient Mesopotamia and the reflections of these mythologies and sports on the present day.

Method: This study employs a comprehensive literature review method to examine the influence of Mesopotamian mythology on sports and how these influences are reflected in modern times.

Results: Mythological heroes and creatures have been influential in sports arenas with their speed, strength, invincibility, in short, their superhuman characteristics. In today's social life, there are many references to the ancient gods and goddesses of all ancient religions, as if they were still worshiped. While Mesopotamian gods and goddesses, especially Ishtar, are frequently mentioned in the sports world, Christian teams use both Ashur and Ishtar very often, even though they are aware that they are pagan gods that Islam and Christianity have abandoned. The successes of the kings in races, hunting and wrestling were praised in hymns. We can say that Mesopotamians knew wrestling, boxing and belt wrestling and that they introduced or developed these sports.

Conclusion: East or West, people all over the world believe in the symbolic references of these legendary gods and goddesses and reflect their effects on their social lives. In addition to their superpowers, strange whims, desire for revenge and physical strength, their legendary stories have become a source of inspiration in many areas of life, even sports. The effects of sports, which are also subject to mythological features in ancient Mesopotamian art, on daily life should be thoroughly investigated. **Keywords:** Bibliometric Analysis, Emotional Intelligence, Sports.

Key words: God, Human, Mesopotamia, Mythology, Sports.

GİRİŞ

Spor tarihi araştırmacılarının bazılarına göre tüm eski sporlar ya hayatta kalmak için ya da dini amaçlarla yapılmıştır. Koşu, boks ve okçuluk gibi sporlar insanoğlu tarafından doğaya ve savaşa karşı hayatta kalmak için yaratılmıştır. Aynı sporlar, ülkenin düşmanlarına karşı savunulması için kullanılan savaş sporlarına dönüştü. Ülkeyi korumak korkulan bir görev olduğundan, eski dinlerde savaş eğitimi ve uygulaması dini ritüeller haline gelmiştir. Antik dinler, doğaüstü niteliklere sahip pek çok tanrıyı kapsadıkları için mit olarak adlandırılmaya başlandı. Ancak tanrılar onlara tapan kültüre büyük ölçüde benzemektedir (Yaroub & Zuhair, 2020).

İnsanların tabiat, tarih ve gelenekler ile ilgili anlattığı masal ve efsaneler mitleri veya mitolojileri oluşturur. Mitoloji bir din veya halkın kültüründe tanrılar, kahramanlar, dünyanın ve insanın yaratılışı ile ilgili tüm sözlü ve yazılı efsane birikimini ele alan çalışmaların bütünü olarak görülür (Mendot vd., 2021). Mezopotamya medeniyetinde Sümerler, Asurlular, Urartular gibi milletler güreş, boks, koşu, avlanma, okçuluk, polo, ragbi sporlarını yaparken bunları mitolojik kahramanlarla da ilişkilendirdiler (Koca & İmamoğlu, 2021: Kyle, 2014).

Mezopotamya dünyanın ilk uygarlıklarından biri olan Babil, Sümer, Asur ve Akad imparatorluklarının beşiğiydi. Bu imparatorlukların, bizim dinlerimiz tarafından pagan olmaya mahkum olan güçlü dini inançları vardı; İslam, Hıristiyanlık ve Yahudilik. Her ne kadar pagan olmaya mahkûm olsalar da, bu dini inançların önde gelen tanrıları ve tanrıçaları bugün hâlâ onurlandırılıyor ve büyük takdir görüyor. Irak sporunda Gılgamış ve Ashur gibi Hıristiyan spor takımı adlarını, İştâr şampiyonluğu, Tummoz şampiyonluğu gibi şampiyonluk adlarını açıkça görmek mümkündür. Uluslararası ölçekte de bu tanrı ve tanrıçalara yoğun bir şekilde atıfta bulunuluyor; 2012 Londra Olimpiyatları, Babil ve Nemrut kulesi gibi Babil'e birçok ima taşıyordu. Birçok kulüp, takım adı ve logo aynı tanrıları, hatta Nemrut gibi tüm dinlerde kötü kabul edilenleri bile taşır. Eski Mezopotamya tanrıları atletik/sportif yetenekleriyle ünlüydü. Aşur bir okçuydu, Nemrut kudretli bir avcıydı, Gılgamış bir güreşçi idi. Mezopotamya mitolojisinde pek çok tanrıça bulunmasına rağmen İştâr diğerlerine göre en öne çıkan figür olarak karşımıza çıkmaktadır (Yaroub & Zuhair, 2020).

Spor faaliyetlerinin kökenlerinin antik çağ kültürlerinde olduğuna dair genel bir kabul vardır. Günümüzdeki Fırat ve Dicle nehri arasında bulunan alan Mezopotamya olarak tanımlanır. Sümerler, Asur ve Babillerin bu alanda milattan önce 4000 yıldan 600'e kadar hüküm sürdükleri belirtilir. Tapınaklarda yapılan festivallerde, Cenaze ve eğlence merasimlerinde spor müsabakalarının da yapıldığı belirtilir. Avlanmanın, boks, güreş, bir çeşit polo, ve rugby sporları yaparken, Senet ve tavlaya benzer masa oyunları oynadılar (Koca & İmamoğlu, 2021).

Sümer dini yaşamının merkezinde yer alan kült şenlikleriyle ilgili bedensel performans örneklerini yaparken mitolojik kahramanlıklara da yer vermişlerdir (Azizbaev vd., 2021). İnsanların antik çağlara dayandırılan mitolojik kabul edebileceğimiz Tanrıları yarıştırmaları, Tanrıların kendi aralarında ve insanlarla mücadeleleri zamanla masal, hikaye veya mitolojik olarak günümüze kadar gelmiştir. İnsanların Tanrıların gücünü yanlarında hissetmeleri, destanlara konu olan düşüncelerin toplumdaki etkilerinden yararlanma gibi nedenlerle kurulan futbol kulüplerinde logo, arma veya sembol seçmelerinde etkisi olmuştur (Arstanbekov vd., 2021).

Bu çalışmanın amacı Antik Mezopotamya'da sporun mitolojik yönü ve bu mitolojilerin sporla birlikte günümüze yansımalarının araştırılmasıdır.

MATERYAL VE METOD

Bu çalışmada, Mezopotamya mitolojisinin spor üzerindeki etkilerini ve bu etkilerin günümüze yansımalarını incelemek amacıyla kapsamlı bir literatür tarama yöntemi kullanılmıştır. Literatür tarama yöntemi, mevcut bilimsel çalışmaların, kitapların ve diğer akademik kaynakların sistematik olarak incelenmesi ve analiz edilmesi sürecini içermektedir. Bu yöntemin tercih edilme sebebi, konunun geniş bir tarihsel ve kültürel perspektifte ele alınması gerektiği ve mevcut literatürdeki bilgilerin sentezlenmesi yoluyla daha derinlemesine bir anlayışa ulaşılabileceğidir.

Kaynakların Belirlenmesi

Literatür taramasının ilk adımı, çalışmanın kapsamına uygun olan kaynakların belirlenmesidir. Bu kapsamda, aşağıdaki türdeki kaynaklar incelenmiştir:

- ✓ Mezopotamya mitolojisi üzerine yazılmış temel eserler ve arkeolojik bulgular.
- ✓ Eski Mezopotamya'da spor ve fiziksel aktiviteler üzerine yapılan akademik çalışmalar.
- ✓ Mitolojik unsurların sporla ilişkisi üzerine yapılan analizler.
- ✓ Günümüz spor kültüründe Mezopotamya mitolojisinin etkileri ile ilgili modern çalışmalar ve makaleler.

Bu kaynaklar, akademik veri tabanları (JSTOR, Google Scholar, ProQuest vb.), üniversite kütüphaneleri, arkeolojik dergiler ve alanında uzman yazarların kitapları aracılığıyla temin edilmiştir.

Literatürün İncelenmesi ve Analizi

Seçilen kaynaklar, konu başlıklarına göre sınıflandırılarak detaylı bir şekilde incelenmiştir. Bu süreçte:

- ✓ Mitolojik Figürler ve Hikayeler: Mezopotamya mitolojisinde sporla ilişkilendirilebilecek figürler (örneğin, Gilgameş, Enkidu) ve hikayeler (örneğin, kahramanlık öyküleri, tanrılar arası müsabakalar) incelenmiştir.
- ✓ Tarihsel Spor Uygulamaları: Mezopotamya'da sporun nasıl yapıldığına, hangi amaçlarla kullanıldığına ve hangi toplumsal sınıflar tarafından benimsendiğine dair bilgilerin derlenmesi.
- ✓ Günümüze Yansımalar: Mezopotamya mitolojisinin ve eski spor anlayışının günümüz spor kültüründe nasıl yansıdığına dair çalışmalar değerlendirilmiştir.

Verilerin Sentezi ve Sonuçların Çıkarılması

İncelenen literatürden elde edilen veriler, temalar ve başlıklar altında toplanarak sistematik bir şekilde analiz edilmiştir. Bu analiz sürecinde, mitolojinin spor üzerindeki tarihsel etkileri ile günümüzde bu etkilerin nasıl devam ettiğine dair karşılaştırmalar yapılmıştır. Ayrıca, mevcut literatürdeki bulguların günümüz spor kültürüne olan etkileri de detaylandırılarak sentezlenmiştir.

Mezopotamya'da Spor Faaliyetlerinin Tarihsel Kökleri:

Bu uygarlık M.Ö. Belki de Mezopotamya, Dicle ve Fırat ülkelerinin coğrafi konumu, toprakların bereketinden ve tarımsal üretimin bolluğundan yararlanmasını sağlayan, Mısır gibi insanlık tarihinde önemli bir yer tutmasını ve en önemli faktörler arasında yer almasını sağlamıştır. Doğuda Hindistan'ı, batıda Suriye ve Mısır'ı, güneyde Arap ülkelerini ve kuzeyde Amena'yı birbirine bağlayan bir ticaret

koridoru olarak kabul edildiğinden, bu refahı sağlayan Medeniyet ve o dönemde bilinen dünyaya dayatması idi (Alwand vd., 2021).

Ur ve Nippur yazıcıları, tanrıça İstar'ın yardımıyla Mezopotamya İmparatorluğu'nu kuran kral Sargon'un saltanatı hakkında tabletler yazmışlardır. Sargon'un, Sümer devletlerinin kahramanları arasında ve Gilgamiş'in soyundan geldiği iddia ediliyordu. Gilgamiş destanında bazı sporlar yer almaktadır (Farzana, 2020).

Mezopotamya uygarlığının spor hareketi tarihi üç ana yönle karakterize edilir:

1-Mesleki oryantasyon: Fiziksel aktivite toprağa hizmet etmek ve onlardan istenen işi yapmak için çiftçilere ve zanaatkarlara ait olduğundan, sportif aktivitenin amacı, yapılan aktivite türü ile yakından ilgilidir.

2-Askeri yönelim: Subaylar, onu Babil toplumu içindeki prestijli konumlarını korumak ve ülkeyi savunmak amacıyla kullandılar.

3-Dini yönelim: Rahipler, müfettişler ve zenginler ise, zihinsel eğitimi ve kutsal nikah ve yılbaşı partilerinde dans etmek gibi dini yönü ağır basan bazı sporları yapmayı tercih ediyorlardı. Tapınaklarda rahipler tarafından yönetilen okullar gibi küçük bir organizasyon aldığı için spor faaliyetine çözümün bir resmini koyabilmek için amacı görmenin yeterli olduğu yerler. Bunun ötesinde eğitim, baba tarafından üstlenilen mesleki eğitim şeklinde yürütülüyor ve savaşçı, askeri planlar ve avcılık sırasında eğitiliyordu. Deneyimli askerler askerleri eğittiği için (oklar, mızraklar) ve diğer av araçlarını kullanarak hayvanları avlamada uzmanlaştı. Soyluların oğulları da oyun oynadılar ve yüzdüler (Al-Saeed, 2010). Askeri hazırlık uğruna fiziksel aktivitenin renklerini oluşturdukları için birçok aktivite eski dini günler ve bayramlarla ilişkilendirildi. Bu bölgenin halkları, güreş gibi sporlar yanında makineler ve silahların kullanımı gibi fiziksel uygunluğun geliştirilmesiyle ilgili fiziksel ve sportif faaliyetlerin renklerini uyguladılar. Avlanma yöntemleri vardı, özellikle aslanları avlamak ve ayrıca boş zamanlarında fiziksel egzersizler, ayrıca balık tutma, yüzme ve bazı su oyunları (Alwand vd., 2021). Gilgamiş efsanesi (efsanevi güreşçi), genel olarak sporun ve özel olarak da güreşin, kutsama noktasına ulaşmış eski Mezopotamya halkı için önemini vurgular. Dini ayinlerin bir ritüeli olarak ve rekabetçi bir spor olarak güreş ile şampiyona arasında, üst sınıf gençlerinin yüzme, fiziksel egzersizler, okçuluk ve binicilik dersleri aldıklarını gösteren kanıtlar bulunmuştur (Farghali, 2018). Resim 1'de II. Aşurnasirpal'i savaş arabasıyla düşman okçularına saldırırken gösteren alçı duvar paneli rölyefi görülmektedir. Atlarının üstünde tanrı Assur'un (aynı zamanda ok atan) amblemi vardır (<https://www.worldhistory.org/image/6299/ashurbanipal>). Resim 2'de bir adam Güneş Tanrısı Şamaş'ın önünde durup dua ediyor. Üst kısımda Mezopotamya tanrılarının sembolleri görülmektedir. Yeni Asur Dönemi, MÖ 8. Yüzyıla tarihlenir (<https://www.worldhistory.org/image/7124/worship>).



Resim 1. Savaş arabasıyla II. Aşurnasirpal (<https://www.worldhistory.org/image>).



Resim 2. Güneş Tanrısı Şamaş ve dua eden adam(Bergamon Müzesi, Berlin), (<https://www.worldhistory.org>).

Mezopotamya Mitolojisinde Tanrılar

Aşur

Aşur, Asur panteonunun baş tanrısıdır. Savaş tanrısı olarak, zırlı, sakallı, kanatlı bir adam olarak, çekilmiş yayını bir güneş diskinin içine fırlatmaya hazır olarak taşıyan bir adam olarak tasvir edilmiştir. Mezopotamya dinlerindeki diğer tanrılardan farklı olarak Aşur'un anne babası, çocukları ve kadın rakibi yoktur. Aşur şehrinin nihai ve tek hükümdarı olarak tasvir edilir. Onun dinine Aşur (Ashur, Anshar), takipçilerine ise Aşurilik adı verilmiştir. Aşur Asur kentinin bulunduğu bölgenin yerel tanrısından Aşur panteonunun en yüce tanrısına

dönüşen Asurluların tanrısıdır (Mark, 2017). Hıristiyanlığın ortaya çıkışından sonra, Asurlular onu kimliklerinin özü olarak görse de, Hıristiyanlık öncesi bu tanrı pagan olarak reddedilmiştir. Bu pagan tanrının sonsuz etkisini kolaylıkla görmek mümkündür: "Suriye'nin kuzeyinde ve Irak'ın kuzeyinde yaşayan Nasturi Hıristiyanlar kendilerine 'Asurlular' diyorlar ve resmi sembolleri de sadece tanrı değil, Aşur olduğuna inandıkları güneş dairesinin içindeki tanrıdır. Bu aynı zamanda kimliklerinin de koruyucusudur". Resmi bayrağında, dünyanın her yerindeki Süryani sporcular onun sembolünü taşıyor ve pek çok sporcuya onun adı veriliyor. Aşur'un sembolünü taşıyan spor kulüplerinin uzun bir listesi vardır. 1916 yılında Kerkük'te kurulan ilk resmi Süryani atletizm kulübü olan Süryani Atletizm Kulübü gibi hepsi Hıristiyan ve Süryani. Kulüpte basketbol gibi birçok spor (voleybol, tenis, hokey, futbol ve çok daha fazlası) kulübü yer alıyor. Adı Al-Ta'amim kulübü olarak değiştirilse de amblemi hala antik tanrı Ashur'u taşıyor. Assyriska BK, merkezli bir futbol kulübünün başka bir örneğidir. Yalnızca İsveç'te ondan fazla Süryani futbol takımı var ve elbette bu takımların ikonografisinde ya Ashur ya da İştâr var. Ayrıca Irak tarihinin en ünlü futbol isimlerinden biri olan merhum Ammo Baba'yı da unutmamak gerekir. Kendisi eski bir oyuncu, antrenör ve Süryani Hıristiyan'dı. Aslında dünyanın her yerinde birçok ünlü Süryani sporcu var; eski Amerikalı tenisçi Andre Agassi, Rusya güreş şampiyonu Mikhail Sado ve Sammy Merza bunlardan biridir (Yaroub & Zuhair 2020).

İştâr

İştâr, Mezopotamya tarihinin en ünlü tanrıçasıdır. Asur ve Babil'in aşk, seks, doğurganlık ve savaş tanrıçasıydı. İnanna dahil pek çok isimle anılmıştır. Esas olarak Irak'ta tapınılmıştır, ancak günümüze kadar Amerika Birleşik Devletleri'ne kadar ulaşan "İştârizm" adlı bir inanç sistemi vardır. İştâr genellikle çıplak olarak, kendine özgü tacını takan aslanlarıyla tasvir edilir. Kişiliğindeki üç özellik nedeniyle şöhretini kazandı; Aşkın ve özgür cinselliğin tanrısı, savaş tanrıçası, bu nedenle savaşa ve ölüme takıntılıdır ve son olarak her zaman Venüs gezegeniyle ilişkilendirilir ve sabah ve akşam yıldızı lakabıyla anılır. İştâr'ın sekiz köşeli yıldızı, ışınları olsun veya olmasın, birçok kişi tarafından savaş sırasında korumayı temsil etmek üzere tasvir edilmiştir. Bu nedenle onun yıldızını batı dünyasındaki kolluk kuvvetleri rozetlerinde görebilirsiniz. Işınlı yıldızı, değiştirilene kadar Irak'ın resmi bayrağıydı. Ancak Asurluların ve Keldanilerin modern resmi bayrakları onun yıldızını taşıyor. İştâr ismi Irak'ta hem kadınlar hem de ürünler ve medya açısından çok popüler; İştâr İşbirliği'ni yayınlıyor. Birçok kadın sporcuya tanrıça İştâr'dan sonra İştâr adı verilmektedir. İştâr Azzawi. Ishtar profesyonel bir jiu-jitsu dövüşçüsüdür. Kadın voleybolu için Ishtar şampiyonası, amigoluk için Ishtar Uluslararası şampiyonası ve Ishtar United FC gibi birçok spor şampiyonasına Ishtar denir. İştâr, kutsal fuhuş kavramını yaratan tanrıçaydı. Bu nedenle İncil'de ona Harlotların annesi ve bazen de Babil'in fahişesi denir. Hem Yahudilikte hem de Hıristiyanlıkta İştâr, kehanetlerde belirtildiği gibi kıyamette tamamlayıcı bir rol oynar. Komplex teorisyenlerine göre, Amerika'yı kuran Masonlar cinsel özgürlük tanrıçasına tapıyorlar, İştâr onun mimarisinde birçok simgesiyle birlikte bulunuyor. İştâr'ın en çok tartışılan simgelerinden biri de, bir mason tarafından tanrıça İştâr şeklinde tasarlanan ve onun tacıyla tasvir edilen Özgürlük Heykeli'dir. Eğer bu teori doğrudursa, özgürlüğün sembolünü taşıyan birçok Amerikan spor kulübü aslında İştâr'ın sembolünü taşıyor demektir (Yaroub & Zuhair, 2020).

Nemrut

Nemrut, Aşur ya da İştâr gibi bir tanrı değildi. O, Nuh'un soyundan gelen bir kraldı ve İncil'de kudretli avcı olarak tarif ediliyordu. Meydan okuma kulesiyle ünlüdür (Babil Kulesi). Hıristiyanlıkta, İslam'da ve Yahudilikte kınanmıştır. Ancak sporun hemen hemen her yerinde bu Deccal'in adını açıkça görmek mümkündür. İsrail'de bir Nemrut Şehri ve Amerika Birleşik Devletleri'nde Nemrut adında bir kasaba vardır. Nimrod Tishman ve Nimrod Mashiah gibi birçok ünlü profesyonel sporcuya Nemrut adı verilmiştir; her ikisi de İsraili profesyonel sporculardır: Tishman bir basketbolcudur ve Mashiah bir rüzgar sörfçüdür. Nemrut maskot olarak kullanıldı (Yaroub & Zuhair, 2020).

“Mezopotamya tanrıları yalnızca Mezopotamya tanrıları değildi.”

Spor dünyasının Babil gibi antik kentleri de şöhretten payına düşeni aldı. Babil aynı zamanda sporda da yoğun bir şekilde meydan okumanın, yolsuzluğun ve kötülüğün sembolü olarak anılır. Güreşte "uyuşturucu, seks, ölüm ve skandal"ı belgeleyen Babylon serisinin bir parçası olan Wrestling Babylon gibi spor dünyasındaki yolsuzlukları belgelemeye yönelik yayın dizileri ve TV kanalları bulunabilir. Boks Babil (1991), Babil Mahkemeleri (1995), Futbol Babil (1991), vb. New York'ta ve Amerika'nın diğer bölgelerinde, antik Babil kentinden sonra Babylon adında bir kasaba vardır ve kendi spor kulüpleri ve spor ürünleri vardır. İlk bakışta tarihimizin batı dünyası tarafından bilinmesi şaşırtıcı görünebilir. Ancak daha derin araştırıldığında bu tarihin bizden çok onların tarihi olduğunu rahatlıkla görebiliriz. Hem Yahudilikte hem de Hıristiyanlıkta bu şehirler ve antik tanrılar büyük rol oynamış ve kutsal kitaplarda adı geçmektedir. İncil'e göre Babil, Hz. Nuh'un soyundan biri tarafından kurulmuş; Şinar şehrini kuran ve Tanrı'ya ulaşmak için bir kule diken Nemrut olarak bilinir. Böylece Deccal'in doğduğu yer ve kehanetlere göre kıyametin Babil'de de başlayacağını söylenmiş ve sonsuz "kötülüğün ve meydan okumanın" sembolü haline gelmiştir. Talmud'da "Babil, kutsal toprakları Yahuda'dan gelen Yahudi diasporasının merkezidir." Babil'in büyük krallarından Nebukadnetsar, Yerusâlim şehrini ele geçirdi ve onu tüm tapınaklarıyla birlikte yakarak yok etti. Dolayısıyla Yahudilikte Babil aynı zamanda kötülüğün ve adaletsizliğin de sembolüdür (Yaroub & Zuhair, 2020).

Mezopotamya Halkı Yaşamı

Mezopotamya halkı, insanın sivil hayata ve ilerlemeye yönelmesi ve eskilerin şafağında bilime, bilgiye, ahlaka, güzelliğe dayanan medeniyetlerinin doğuşundan sonra birbirini izleyen uygarlıklarda izlerini bırakan çeşitli fiziksel ve sportif faaliyetler gerçekleştirdiler. Toplumun sanat, resim ve heykel alanında ulaştığı ilerleme, bu medeniyetin sakinlerinin çeşitli sporları icra ettiğini gösteren net izler bırakmıştır. Kadim insan mağara duvarlarına avladığı yabani boğalar, keçiler, atlar, kuşlar ve aslanlar dahil olmak üzere çeşitli hayvan türlerinin çizimlerini bıraktı ve bu sayede o, hayvan derisini yüzüyordu. Yırtıcı hayvanlara karşı kendini savunmadaki önemine ek olarak ateşi keşfettikten sonra onları avlar ve yemek için onları keser veya ızgara yaparlardı. Hayvanların evcilleştirilmesi, özellikle Orta Taş Devri'nden beri insana eşlik eden ve onunla karşılıklı yarar ilişkisine dayanan köpeğin evcilleştirilmesi, keskin işitme ve koku alma duyusu sayesinde köpeğin avlanma ve uyanıklık

izlerini takip etmesine yardımcı oldu. Sahibi düşmanın yaklaşmasına karşılık verdi ve sahibi avdan arta kalan yiyeceklerle onu ödüllendirdi (Al Dabbagh, 1975).

Spor Faaliyetlerinin Türleri

Arkeolojik keşifler, tarihsel çağın başında "Sümerler" arasında yüksek bir matematik kültürünün olduğunu göstermektedir. "Ur'da kazı yapan Profesör "yünlü hayvan, koyun vs" iskeletleri buldu. Partilerde, festivallerde ve spor oyunlarında ve savaşlarda kullanılan savaş arabaları ve boğa yapılarının yanı sıra erkek ve kadınların mayetinin üyeleri için, sahiplerinin yanında bardaklar bulunmuştur. İkinci Sümer hanedanlarının "MÖ 3000" şafağına kadar uzanan, güreş ve boks sahnelerinin oyulduğu silindir mühürler şeklinde tarihsel kanıtlar vardır. Tarihçi Profesör Joseph Klima, 1963 yılında Prag'da, Mezopotamya halkları için güreş ve boksun büyük önem taşıdığını, güreş ve boksun ilk ilgilenenlerin Sümerler olduğunu, kazıcıların M.Ö. 4450'ye kadar uzanan antik eserleri keşfettiğini belirtiyor. Üzerine M. güreş sahneleri ve müzikleri kazınmıştı. Bu Sümer dikilitaşı, Sümerlerin güreşte davul kullandığını kanıtlayan antik dünyadaki ilk ve en eski izdir. Profesör "Frentisch Kratke" Prag 1964, Sümerlerin ve Mezopotamya halklarının çoğunun güreş ve diğer sporlara olan ilgisine işaret etmiştir (Alwand vd., 2021).

1-Avcılık

Okla Avlanma: Okla avlanmanın eski Iraklılar için özel bir kutsallığı olduğunu ve o dönemde tanrıların avcıyı ok ve yayı vererek kutsadığını belirtmekte fayda vardır. Bu durum silindir mühürlerdeki bazı sahnelerle doğrulanıyor. MÖ 1. binyıla kadar tanrıça İştar'ın onuruna balıkçıya yayı sunma ritüeli vardır.

Aslan Avları: Aslan avının Mezopotamya'da özel bir önem kazandığı bir uygulama olduğu ve eski Mezopotamya halkı düşüncesinde aslanların, kralın kontrol etmesi gereken doğadaki vahşi gücü temsil ettiği için, avlanma yalnızca krallarla sınırlıydı. Eski Mezopotamya günlük yaşamında aslanların ortaya çıkışına ilişkin ilk belgeleme küçük bir arkeolojik alan olan Warka'da (Uruk kenti) hanedan öncesi döneme aittir. Genellikle MÖ 3100 ile 2900 yılları arasına tarihlenir. Aslanlardan yapılmış av dikilitaşında temsil edilen Kış şehrinin kuzeydoğusunda idi. MÖ 3. binyıla kadar uzanan ve şu anda Irak Müzesi'nde korunan siyah bazalt taşından, taneli bir yüzeye sahiptir (Alwand vd., 2021).

2-Yüzme

Babil anıtlarında bulunan önemsiz yazıtlar ve Asur uygarlığına ait anıtların duvarlarındaki çizimler de dahil olmak üzere dünyanın bazı yerlerinde bulunan antik anıtlarda yapılan kazılar, insanın yüzmeyi bildiğini ve uyguladığını göstermektedir. Yeryüzündeki varlığının başlangıcı ve yüzen adamı tasvir eden bir tablet bulundu. 6000 yıldan daha uzun bir süre önceki Babil anıtlarından birinde ve Truva atının 5000 yıl önceki duvarlarındaki yazıtlarda, bu adamın yüzme becerisi bilgisi, yırtıcılardan kaçmak da dahil olmak üzere birçok nedene atfedilir. Bu nedenler arasında volkanlar ve depremler gibi doğal afetler veya hayatta kalmasını sürdürmek için avlanma amaçları da sayılabilir. Sonra eğlence ve dinlenme için, yani insanın yüzmeyi binlerce yıldır bildiği ve insanın ilk ortadan kaldırdığı fiziksel

aktivitelerden biri olduğu sonucuna varabiliriz (Hamoudi, 2019). Mezopotamyalı insan için tek sığınak toprak değildi, ama su, yerdeki tehlikeyi sezerken güvenlik yeri idi ve Mezopotamya'daki su bolluğunun onlara dalış yapmak ve onlara hakim olmak için yüzmek ve yüzme öğrenmek fırsatı sağladığına şüphe yoktur. Avcılar için olduğu kadar askerler için de su altında silah taşımak zorunda oldukları zamanlar için su gerekliydi (Khalil,2011). O çağda egemenlik, insanın hayatta kalmak için kullandığı fiziksel gücü ve orman kanunu en güçlünün hayatta kalması olduğundan, bazı kaynaklar tarih öncesi insanın bir ağaç gövdesine bağlı suyu önünden bir tür dirençle geçtiğini varsaydı. Ayaklarıyla yürümek ya da koşmak, bu da onu kendine geri getiriyordu. Su kendine güven veriyor ve kişi örneğin yırtıcı hayvandan uzaklaştığında önünde bir su birikintisi ve yırtıcı hayvandan başka bir şey bulamıyor. İnsanlar ağaç gövdesinde, başını suyun üzerinde tutmak için kollarını şiddetli bir şekilde hareket ettirmeye zorladı ve böylece yüzme doğdu (Bagfoul, 2009). Yüzme nehirlerde yapılırdı ve o zamanlar bile askeri bir spordu, askerler nehirleri geçmek için bazen hayvan derileri kullanırlardı ve eski resimlerden birinde tasvir edildiği gibi Asurbanipal kralı gibi liderler tarafından uygulanırdı. Mezopotamya topraklarının doğası ve güney Irak'ta taşan iki büyük nehir olan Dicle ve Fırat'ın varlığı gibi, tüm bunlar yüzme pratiği için bir faktör ve bir sebepti. Şişirilebilir çantaya tırmanırlar ve her biri onu göğsünün altına yerleştirir ve sol elinde çantanın başlarından biri tutulur ve sağ elini kürek gibi kullanarak istenilen yönde hareket yapar (Alwand vd., 2021).

3- Top Oyunları

M.Ö. 2600 yıllarında Uruk'ta Kral (Gılgamış) döneminde evlilik törenleri ile oynanan top ve sopa oyunu bir Sümer-Akad oyunu olarak biliniyordu. At yerine başka adamlar ve Gılgamış Destanı, o sporu oynayarak bitmeyen yarışmalarla gençleri yorarak tebaasına zulmettiğini belirtiyordu. Bazı tarihçiler, Iraklı uzmanlardan oluşan bir ekip tarafından 1977'de Afak yakınlarındaki (Nafar) şehrinde Qadisiyah Valiliği'ne (Diwaniyah) keşfedilen değerli ve önemli bir arkeolojik levhaya dayanarak onu ilk çalanların Mezopotamyalılar olduğunu iddia ediyor. Tablodaki görüntü bir kişinin bacakları ve ayaklarının önünde insan ayağına kıyasla normal büyüklükte bir top ve kişinin topa vurmaya hazırlandığını düşündürecek şekilde hareket halinde olmasıdır. Tüm tarihsel keşifler, bu heyecan verici Irak keşfini pekiştiriyor. (Nafar)'da bulunan arkeolojik tablo, oyunun eski Irak'ta var olduğunu ve oyunu ilk kez Iraklıların oynadığını kanıtlıyor. Binlerce yıl önce Mezopotamya uygarlığının karşılıklı ticari ilişkiler yoluyla diğer halklara ve uygarlıklara yayılması ve Mezopotamya uygarlığı ile Çin uygarlığı arasında iyi ilişkilerin hüküm sürmesi ile Çinliler de dahil olmak üzere oyunu Mezopotamyalılardan alıp geliştirmişlerdir. Sporun kuralları ve dini ritüelleri bunun kanıtı olabilir. Çin'de futbolla ilgili en eski belgenin MÖ 1150 yılına kadar uzanmasıdır. Buradan, Irak belgesinin Çin belgesinden çok daha eski olduğu açıktır (Alwand vd., 2021).

4- Binicilik

Ur'un üçüncü hanedanlığı döneminde atların ilk ortaya çıkışı, MÖ 2050 civarında Ur hanedanının ikinci kralı olan Kral Şulgi döneminde olmuştur. Çünkü az sayıda yanıt vermelerine rağmen, bu metinler şunu açıkça ortaya koymaktadır: Atlar, insanların bakımına

verilmiş, bu insanlar atları tahılla aşlamış, kıtlığı ve önemi nedeniyle, cinsiyeti ve yaşı bazı araştırmacılar tarafından belirtilmiştir. Bazı araştırmacılar, atların ve onların eski Mezopotamya'da doğrulanmış kullanımlarının, sırtlarında şövalyeler olan atların görüntülerinin net olduğu bir dizi kil kalıbında gösterdiğine inanıyor. Binmek için evcilleştirilmiş hayvanlar olarak kullanıldılar. Ur sancağı, atların çektiği bir askeri arabanın ilk görünüşünü kaydetti. Bu resimlerin tarihi nereye uzandığı bilinmiyor. Ur'un üçüncü hanedanının sonu ile Isin Larsa dönemi ve eski Babil döneminin başlangıcı arasında, çoğu orta ve güney Irak şehirlerinden geldi (Alwand vd., 2021). Ur hanedanı kralı Şulgi'nin, atletizm konusunda yetenekli olduğu ileri sürülür (Öz, 2016).

5- Boks

Kazılar, Sümerlerin boksla uğraştığını ve o dönemde boks tarihindeki en eski eldiveni kullandıklarını kanıtlamıştır. 2050 yıllarında Sümer döneminde güreş ve boksun inşinin başlangıcını temsil eden silindirik bir mühür Tell'te (Harmal) bulundu. MÖ 2000-1750 civarında olduğu tahmin edilen ve bir boks sahnesini temsil eden Babil dönemine tarihlenen bir çanak çömlek figürü de bulundu. Hayatta kalma mekanizması ve ilkel dayağın doğasının nasıl olup da özel ekipman kullanılan ve evrilen herhangi bir sporun gelişmesiyle avcılık ve savaştaki eğitim faaliyetlerine ve daha sonra "boks" gibi organize bir spora dönüşebileceğini hayal edebiliyoruz. Zaman içinde eskilerin bıraktığı edebi ve arkeolojik kanıtlar, çağlarda boks hakkında birçok ayrıntı sağladığından, bu sanat resmi, eski çağlarda boksun en eski resimlerinden biridir. Şimdi Irak'ta bulunan Tel Asmar, Ashnona'da bulunan kilden yapılmış bu duvar resminde ortaya çıktı. Bunun tarihi Duvar resmi, MÖ üçüncü veya ikinci binyılın başlarına kadar uzanır ve boks, eski bir kendini savunma sanatı ve yumruk atmada güç ve beceri, saldırı ve savunmada zeka gerektiren bir spor olarak bilinir. Boks insanlığın gelişyle birlikte ortaya çıktığı gibi, sanatın gücü yendiği bir spordu. İlk insan daha hayatının başında yürümeyi ve koşmayı öğrendi. İnsanın doğal savunma içgüdüleri sırasında, ilkel silah keşfetmeden önce kendini savunmak için ellerine ve yumruklarına ihtiyacı vardı (Alwand vd., 2021: Farghali, 2018).



Resim 3. Güreşçiler: MÖ. 2600 yılları (Irak Bağdat Müzesi)

Resim 3 avret yerlerini kapatanlar dışında yarı çıplak iki erkekten oluşmaktadır. Vücutlarında yumuşak bir malzemeyle doldurulmuş kalın bir ip ve iki bacak arasında bir geçitten başka bir şey yoktur ve vücut bununla gevşek bir şekilde bağlanmıştır. Bu kemer, inişin başlangıcında şiddetli çekişe dayanması için deriden yapılmıştır. (Diyala Valiliği) Tal (Agrib) ve Khafaji bölgeleri arasında bulundu. Güreşçilerin her birinin başının üzerinde, ağzı yukarı bakan bir kap görüyoruz, burada güreşçilerin konumu ve başın dikilmesi, her birinin mümkün olduğu kadar yönünü değiştirdiğini gösteriyor, kabını tıpkı onları tutarken başının üzerinde tutuyor. Her ikisi de, her birinin diğerinin dengesinin bozularak kendi gemisini düşürmesini engellediğini gösterir. Pehlivanların güreşle uğraştığına bizi inandıran da budur. Uygulaması ve yasaları bakımından, diğer eserlerde bildiğimiz saf güreşten farklıdır. İki pehlivan, galip gelenin rakibini kemerden alıp yere fırlattığı kemer savaşında antrenman yapmış, her ikisinin de ayakları yere çivilenmiş, böylece büyük kuvvetlerle pehlivan yere dikilmiş, sırtının düzlüğünü korumanın yanı sıra vücudunu dengeleyebilir. Her birinin omuzlarında başlarının birbirine değmesi ve mükemmellik için her birinin ellerinin birbirinin kemerine yapışmasına ek olarak, vücutlarının öne doğru itildiğini fark ediyoruz, bu da onlara daha fazla denge sağlıyor. Baş kaldırıp yere fırlatmak güreşçi için fiziksel güç gerektirir. Vücutlarının ayrıntılarını genellikle el ve bacak kaslarından görürüz. Büyük bir fiziksel güce sahiptirler. Vahşi hayvanlarla büyütüldüler. Ayrıntılı sahne, bu tür spor aktivitelerinin bu tür dramatik parçaları dinamik olarak yapan işçiler için yaygın ve tapınağa sunulan hediyeler tanıdık olduğunu gösteriyor. Bu kafaya takıldı. Bu bağlamda belirtmek gerekir ki, eski Mezopotamya 'ta spor pratiği, özellikle oyun (güreş), bir takım dini ritüeller, doğurganlık ve erkeklik ile ilgiliydi ve insanlar arasında prestijli bir konuma sahipti. İzleyiciler tarafından sevilirdi çünkü o dönemde yaşadığı hayatın koşullarıyla yüzleşebilmesi için ahlaki bir amaç ile kişiye güç verir ve artırırdı. Bu tür sanatsal sahnelerin temsil ettiği dini bir kutlamadır ve güreş onun ritüellerinden biridir (Alwand vd., 2021).



Resim 4. Güreşçiler: MÖ. 3000-2340 yılları (Irak Bağdat Müzesi)

Resim 4'de sanat eseri, güreş arenasına benzer bir yerde altı kişiden oluşan tapınakta (Ninto) (Khafaji) bulunan bir adak resmini temsil ediyor. Burada güreşçilerden her ikisi de

farklı hareketler yapıyor. Bu sanat eseri Kish dönemine kadar uzanıyor. Sporcuların hareketleri, farklı durumlarda belirgindi; sağdaki ilk sahne, atletleri fırlatmak için birbirlerine bakan ve birbirlerini kollarından tutan sporcuları gösteriyor. Her biri hareketlerini kısıtlamaya ve her birinin zayıf yönlerini keşfetmeye yol açtığı için bu sahne diğer iki sahneden daha güçlüdür. Önceki iki sahnede ise bazı güreşçilerin orta eğriliğini fark ediyoruz, bu da bir güreşçinin sonunu veya içlerinden birinin zaferini gösteriyor. Soldaki sahneye gelince, rakiplerden biri belirebilir ve diğerinin bacağına arkadan yakalayıp yere indirmek için sert bir yumruk atmış olabilir, burada hareketleri, darbeleri ve yapılan yumrukları fark ediyoruz. Spordaki (judo) el vuruşlarına benzer olabilir. Bu tekniğe (Kata-Juruma) denir ve Japon güreşinde bulunan (Karate) egzersizlerinde ve dövüş sanatlarında kullanılan bireysel bir eğitim sistemi anlamına gelir. Güreşi temsil eden sanat eseri, dikey, eğimli ve yatay eksenlerin konumunda temsil edilen, insanların birbirleriyle olan konumu, boyutu ve ilişkisi üzerinde görüldüğü için mutlak soyutlama sanatı ile karakterize edilmiştir. Maça gelince, her iki oyuncu da, oyuncuyu yere düşmesi durumunda kaybeden olarak kabul eden oyunun yasasına uygun olarak, dövüş sırasında diğerini yere düşürmeye çalışabilir (Alwand vd., 2021).



Resim 5. Boks: MÖ 2. Binyıl (Paris, Louvre Müzesi)

Resim 5 dövüş sırasında bir pozisyonda, sakallı ve spor ceketli iki rakip boksörü temsil ediyor ve boks için sağ ve sol kollarını benzer bir pozisyonda ortaya paralel olarak birbirine kavuşturmuş, her biri, kendini savunmaya veya rakibine saldırgan bir darbe indirmeye hazır olma durumundadır. Boksörlerin ellerine giyilen spor eldivenleri yoktur. Ancak aynı anda bileklerine yerleştirilmiş bir kayış görürüz ve onlar dize ulaşan pantolonlar giymektedirler. Boksun pozisyonunun günümüzde boksörlerin ve antrenörlerin aldığı pozisyona çok benzediğini görüyoruz ve bu durum eski Mezopotamya halkının oyuna olan ilgisini ve tarihi derinliğini göstermesinin yanı sıra vücut detaylarını öne çıkarmak, el ve bacak kaslarının sportif yeteneklerin ve fiziksel gücün önemini gösterdiği yerdir. Bu detaylar, iki boksörün

müsabaka öncesi spor antrenmanına tabi tutulduğunu, yani boksörün rakibinin karşısına tüm gücü, azmi ve hızıyla çıkabilmesi için yaptığı egzersizlerle vücudunun kaslarını geliştirmeye başladığını gösteriyor. Hareket, esneklik ve bir yandan bununla yüzleşmek, diğer yandan kendini savunmak ve kondisyon geliştirmek için büyük ölçüde cesaret ve kararlılık içinde yaşadığı hayatın tehlikeleriyle yüzleşebilmek için, Boks eski Mezopotamyalı insan için savunma araçlarından biri olduğundan, gücünü ve güvenliğini korumanın yollarını bulur. Mezopotamya halkının kullandığı ve özel önem verdiği ikili savunma yöntemlerinden biri, kendine has kuralları, sistemleri ve kıyafetleri olan bir organizasyon haline geldi. O zamanlar boks oyununda (müzik) kullanılıyordu. Boksörlerin hareketlerini zamanlamak, şevklerini artırmak ve seyircilere bir zevk ve neşe hali katmak için davul, zil ve benzeri aletler kullanıldı (Alwand vd., 2021).

Günümüzdeki bazı sporların ilk olarak Sümer Medeniyeti sırasında ortaya çıktığı ve diğer medeniyetlere aktarılarak günümüze kadar geldiği düşünülmektedir.

Eski Mezopotamya sanatçının Resim 1'deki gibi spor konularına olan ilgisi, antik Irak tarihi boyunca kral mezarlarından, saraylardan ve tapınaklardan birçok sahnede bunu vurgulamış, bu da sporun halka açık ve özel sektör için önemini kanıtlamaktadır. Eski Mezopotamya sanatının durağan ve hareket etmeyen bir sanat olmadığı vurgulanması görülür. Araştırma ve çalışma yoluyla araştırmacı, antik çağlardan beri tarih boyunca eski Mezopotamya sanatının duvar resimlerinde spor hareketinin kapsamını, gücünü ve zenginliğini doğrular. Sanatla ilgilenen öğrenciler için antik kültürel mirası incelemenin ve uygulamanın önemini gösterebilir. Eski spor sahneleri, sahnelerin çoğunun farklı durumlarda, özellikle de resimlerdeki gibi sporcuların hareketlerinde çeşitlilik olduğunu gösterdiğini doğrular (Alwand vd., 2021).

Sonuçlar

Mitolojik kahraman ve yaratıklar, hızları, güçleri, yenilmezlikleri kısaca insanüstü özellikleriyle spor arenasında etkili olmuştur. Spor sahneleri fikrini temsil eden kurgular, sanat yapıtlarının çeşitliliği ile çeşitlendi ve yapısal çeşitlilik, formüle edilecek fikrin içeriğini tercüme eden estetik bir görünüme sahipti. Çatışma fikrinin spor sahneleri aracılığıyla temsili, olayların hayali tasviri ile biçimlerin gerçekçi uygulaması ve inşanın örgütsel temellerinin estetiği arasındaki evlilik yoluyla elde edilir. Spor sahneleri fikrini tercüme eden tüm idam sahneleri, eski Mezopotamya insanının eski olayları için bir tarihsel ve belgesel yapısında idi (Alwand vd., 2021). Araştırmacılar, tüm eski dinlerin antik tanrı ve tanrıçalarına sanki hâlâ tapınılıyormuşçasına çok sayıda gönderme olduğu sonucuna vardı. Medya ve Sosyal medya, bu eski dinlerin ve sembollerinin yayılmasında, insanların her zaman onlarla ilgilenmesini ve çoğu durumda onlardan etkilenmesini sağlamakta büyük bir rol oynamaktadır. Mezopotamya tanrı ve tanrıçalarından özellikle İştâr'a spor dünyasında çokça değinilirken, Hıristiyan takımları, İslam'ın ve Hıristiyanlığın vazgeçtiği pagan tanrılar olduğunun bilincinde olmalarına rağmen hem Aşur'u hem de İştâr'ı çok sık kullanıyorlar. Uluslararası düzeyde Nemrut, İsrail spor takımları ve bireyleri tarafından sıklıkla anılıyor. Doğu ya da Batı, dünyanın her yerindeki insanlar bu efsanevi tanrı ve tanrıçaların sembolik referanslarına inanırlar. Süper güçleri, tuhaf kaprisleri, intikam alma arzuları ve fiziksel

güçlerinin yanı sıra efsanevi hikayeleri de hayatın birçok alanında, hatta sporda bile ilham kaynağı haline gelmiştir. Mezopotamya uygarlıklarının kralları gösterişli performanslarını sergilediler ve kendilerinin mücadelelerini tasvir ettirdiler (Kyle,2014). Kralların yarışlarda, avlanmada ve güreşteki başarıları ilahilerle övülürdü. Mezopotamyalıların güreş, boks ve kemer güreşini bildiklerini ve bu sporları ortaya çıkardıkları veya çok geliştirdiklerini söyleyebiliriz.

Öneriler

Mezopotamya sanatının gelişmesiyle ilgili olarak haftalık, aylık veya üç ayda bir özel yayınlar (dergiler, süreli yayınlar, gazeteler) yayınlanmalıdır. Çağdaş Mezopotamya sanatçısına spor sahneleri ve diğer sanat eserleri ile ilgili eski sanat eserleri hakkında bilgiler verilmelidir. Bu konularda araştırma yapacak kişilere yeterli kaynak sağlanmalıdır. Eski Mezopotamya sanatının tüm dönemlerindeki duvar resimleri hakkında bilgi edinmek ve bunları medya ve iletişim araçları aracılığıyla korumak ve bakımını yapmak ve heykeltıraş ve arkeolog uzmanları tarafından yorum yapmak için kültürel ve sanatsal farkındalık yaratılmalıdır. Spor sahnelerinin heykelleri ile Nil ülkeleri, Yunanlılar ve Romalıların heykelleri arasında karşılaştırmalı bir çalışma yapılmalıdır. Çağdaş spor sahneleri heykelleri ile çağdaş Batı heykelleri arasında da karşılaştırmalı çalışmalar yapılmalıdır.

KAYNAKLAR

- Al-Dabbagh, T. (1975). *The Agricultural Revolution and the First Villages*, Volume 1, Dar Al-Hurriya for Printing, Baghdad, p. 114.
- Al-Saeed, Y. (2010). The Evolution of Sports Physical Activity in Antiquity, *Journal, University of Larbi Ben M'hidi, Al-Tahadi Journal*, No. 2, p. 102-105.
- Alwand, A.S.A., & Ai-Safar E.M.I. (2021). Examples of sports scenes in the ancient civilization of Iraq, *Turkish Online Journal of Qualitative Inquiry (TOJQI)*,12(7); 5396 – 5409.
- Arstanbekov, S., Öztürk, O., & İmamoğlu, O. (2021). The Effects of Mythological Thoughts on the Logo and Symbol Selection of Today's Football Clubs, *10 International Turkish Folks Traditional Sports Games Symposium Poceding Book*, (Editor: Kayrat Belek -Mehmet Türkmen- Adem Kaya), 211-216, Bishkek.
- Azizbaev, S., Türkmen, L., & İmamoğlu, O. (2021). Reflections on Sport in Mesopotamia and Wrestling in the Epic of Gilgamesh, *10 International Turkish Folks Traditional Sports Games Symposium Poceding Book*, (Editor: Kayrat Belek -Mehmet Türkmen- Adem Kaya),204-210, Bishkek.
- Bagfoul, J. (2009). *Inclusion of learning to swim in the curriculum of physical education and sports in the primary stage*, Algeria, p. 30.
- Farzana, F. (2020). Historical and Cultural Hegemony in The Epic of Gilgamesh, *Journal of Information and Computational Science*, Volume 13 Issue 3;146-150.
- Farghali A. A. (2018). The Philosophy and History of Physical Education, *National Records House*, Assiut University,, p. 39.
- Hamoudi, M.İ. & others (2019) Swimming skills, first edition, *Dar Al-Diaa for printing, Baghdad*, , p. 13.
- Khalil, İ. İ. (2011). Elements of physical fitness and skill in the Epic of Gilgamesh, *Journal of Physical Education Sciences*, No. 1, 87-88.
- Koca, F., & İmamoğlu, O. (2021). Antik Mezopotamya'da Spor, Sh.175-197, *Spor ve Bilim 6*, (Editör: Yalçın Tükel-Davut Atılğan), Gece Kitaplığı, www.gecekitapligi.com
- Kyle, D.G. (2014). Sport and Spectacle in the Ancient World, John Wiley & Sons, Ltd, The Atrium, Southern Gate, Chichester, *West Sussex*.sh 24-44
- Mark, Joshua J. (2017). "Aşur (tanrı)." (Çeviri Burak Yıldız), *World History Encyclopedia*. <https://www.worldhistory.org/trans/tr/1-269/asur-tanr/>, İnternet erişimi 14 Şub 2024.
- Mendot, İ.E-O., Şener, O.A., & İmamoğlu, O. (2021). Sports and Its Reflections in Greek Mythology, *10 International Turkish Folks Traditional Sports Games Symposium Poceding Book*, (Editor: Kayrat Belek -Mehmet Türkmen- Adem Kaya), 160-166, Bishkek

- Öz, E. (2016). Yazılı Kaynaklar ve Arkeolojik Buluntular Işığında, Mezopotamya'nın Erken Dönemlerinden Yeni Asur Devri Sonuna Kadar Kralların Av Faaliyetleri, *The Journal of Academic Social Science Studies*, Number: 45 , p. 143-158,
- Yaroub, A., & Zuhair, M. (2020). Allusions To Mesopotamian and Greek Mythologies in Modern Sports. *Annals of the Faculty of Arts*, Ain Shams University, 48(8), 660-675.
- <https://www.worldhistory.org/image/6299/ashurbanipal-ii-attacking-enemy-archers>
- <https://www.worldhistory.org/image/7124/worship-scene-from-assur/>
- https://en.wikipedia.org/wiki/Jemdet_Nasr_period