

Bireysel ve Takım Spor Yapan Sporcuların Spor Bağlılık Düzeylerinin İncelenmesi

Anıl Siyahtaş

Türkiye Futbol Federasyonu, anil.siyahtas@hotmail.com, İstanbul/Türkiye

Arş. Gör. Ataman Tükenmez

İstanbul Üniversitesi – Cerrahpaşa, Spor Bilimleri Fakültesi Spor Yöneticiliği Bölümü,
atamantukenmez@gmail.com, İstanbul/Türkiye

Öğr. Gör. Sinan Avcı

İstanbul Üniversitesi – Cerrahpaşa, Spor Bilimleri Fakültesi. Antrenörlük Eğitimi Bölümü,
sinanavci@gmail.com, İstanbul/Türkiye

Öğr. Gör. Bayram Yalçinkaya

Pamukkale Üniversitesi, Honaz Meslek Yüksekokulu, Şehit Ömer Halisdemir Spor Bilimleri
Araştırma ve Uygulama Merkezi, bayramyalcinkaya@gmail.com, Pamukkale/Denizli

Doç. Dr. Selçuk Bora Çavuşoğlu

İstanbul Üniversitesi – Cerrahpaşa, Spor Bilimleri Fakültesi Spor Yöneticiliği Bölümü,
boracavusoglu@windowslive.com, İstanbul/Türkiye

Özet

Araştırmanın amacı bireysel ve takım sporu yapan sporcuların değişkenlerine göre spor bağlılık düzeyleri arasındaki farkları ve yaşları ile spor bağlılıkları arasındaki ilişkiyi tespit etmektir. Araştırmanın çalışma grubunu İstanbul ilinde faaliyette bulunan bir spor okulunun bireysel ve takım sporları olmak üzere çeşitli branşlarında mücadele eden, olasılık örneklem yöntemiyle seçilmiş 78 ‘Erkek’, 26 ‘Kadın’ olmak üzere toplam 104 sporcu gönüllü olarak katılım sağlayarak oluşturulmuştur. Araştırmada veri toplama aracı olarak; Schaufeli, Bakker (2004)’ın geliştirdiği The Utrecht Work Engagement Scale (UWES)’in İspanyol versiyonunun Guillen ve Martinez-Alvarado (2014) tarafından sporcular için adaptasyonu yapılarak geliştirilmiş, Sırgancı, Ilgar ve Cihan (2019) tarafından Türkçeye uyarlanan “Spora Bağlılık Ölçeği (SBÖ)” kullanılmıştır. SBÖ 5’li likert tipinde 15 madde ve 3 alt boyuttan (zinde olma, adanma, içselleştirme) oluşmaktadır. Veriler SPSS 20.0 paket program kullanılarak analiz edilmiştir. Verilerin değerlendirilmesinde istatistiki yöntem olarak; frekans, aritmetik ortalama, standart sapma kullanılmıştır. Verilerin normal dağılım gösterdiğinin anlaşılmasından sonra analizler t testi ve ANOVA testi ile analiz edilmiştir. Katılımcıların yaşları ile spor bağlılıkları arasındaki ilişki Pearson Korelasyon testiyle incelenmiştir. Gruplar arasındaki farkları tespit etmek için ise TUKEY testi uygulanmıştır. Araştırma sonucunda; sporcuların değişkenlerine ve spor yaptıkları branşlara göre spor bağlılıklarının değiştiği ayrıca yaşlarının arttıkça spor bağlılıklarının azaldığı tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Bireysel Spor, Spora Bağlılık, Takım Spor

Examination of Sports Dependence Levels of Individual and Team Athletes

Abstract

The aim of the study is to determine the differences between the sports engagements levels and the relationship between their ages and sports engagements according to the variables of individual and team sports athletes. The study group of the study consisted of 104 athletes, 78 ‘male’ and 26 ‘female’ volunteers who were selected by probability sampling method in different branches of a sports school in Istanbul. As a data collection tool; The Spanish version of The Utrecht Work Engagement Scale (UWES) developed by Schaufeli, Bakker (2004) was developed by Guillen and Martinez-Alvarado (2014) for the athletes and adapted to Turkish by Sırgancı, Ilgar and Cihan (2019) Sports Engagement Scale (SES) was used. Sports Engagement Scale consists of 3 sub-dimensions (vigor, dedication, internalization) 15 items and 5-point likert. The data were analyzed using SPSS 20.0 package program. As a statistical method in the evaluation of data; frequency, arithmetic mean, standard deviation are used. After understanding that the data showed a normal distribution, the analyzes were analyzed with the t test and ANOVA test. The relationship between the ages of the participants and their sports engagement was examined by Pearson Correlation test. TUKEY test was used to detect the differences between the groups. As a result of the

research; According to the variables of the athletes and the branches in which they do sports, it has been determined that their sport engagement changes and their sport engagement decreases as their age increases.

Key words: Individual Sport, Team Sport, Engagement to Sport

Giriş

Var oluşundan günümüze gelinceye kadar insanların yanında olan sporun, herkes tarafından kabul görmüş evrensel bir tanımı bulunmamaktadır. “Spor nedir?” sorusu sorulduğunda günümüz popüler kültür düşünüldüğünde cevabı sürekli değişim içerisinde (Tekin ve ark., 2017). Spor, bireyin ruh sağlığını ve sosyal ilişkilerini geliştiren, fizik ve zihinsel olarak belirli bir düzeye gelmesini sağlayan biyolojik ve pedagojik olarak son derece geniş kavramdır (Üçkardeş, 2020). Yetim’e (2016) göre ise spor insan gücünün, sağlıklı şekilde ilerleyebilmesi için yapılan etkinliklerin oyun, eğlence ve yarışma hedefine dönüştürülmesi şeklindedir. Spor; birçok farklı etkinlik ve değişen tanımlar olmasına karşın içerisinde ortak unsurlara sahip özellikler barındırmaktadır. Özetle spor; ilk odağı fiziksel gayret ve beceri olan, belli kuralları ve davranışları gruplar aracılığıyla yönetilen etkinliktir (Tekin ve ark., 2017).

Sporun kişisel, toplumsal ve ekonomik yönden birçok önemi vardır. İnsanların spor yaparken kazandıkları özellikleri gündelik yaşamlarında uygulayabilirler. Bireyin fiziksel görünümünü düzeltir, hastalıklara karşı dayanıklılık sağlayarak hayatın tüm alanlarında yeterli bir birey olmasını sağlayabilir. Spor, kişisel olduğu kadar toplumsal yönden de kişiye katkıları vardır. Kendini tanımayı neler yapabileceğini bilme, olumlu davranışlar edinme, disiplinli ve düzenli çalışma, ülkesine hizmet etme, çevresiyle sürekli iletişimde olarak ortak paylaşımda bulunma gibi katkıları vardır. Bunlarla birlikte sporun ekonomi üzerindeki etkisi de azımsanmayacak kadar yüksektir (İnal, 2000).

Türk Dil Kurumu’na (TDK) göre bağlılık, “birine karşı, sevgi, saygı ile yakınlık duyma ve gösterme, sadakat” olarak tanımlanmaktadır (www.tdk.gov.tr, 2019). Bağlılık, iş ile ilgili sürekli olarak hissedilen, ısrar edilen, doyum sağlayan olumlu anlamda zihinsel bir durumdur (Scahaufeli, Salanova, Gonzalez-Roma ve Bakker, 2002). Spor alanının içerisinde sporcuların bağlılıkları ise; sporcunun kendine güvenleri, çaba ve gayretleri ile hareketli durumları ile birlikte sporun içinde tamamen bulunma, pozitif olarak tamamen zihinsel bir durumu yaşama olarak tanımlanır (Lonsdale, ve ark., 2007).

Sporcuların en yüksek performansa çıkmak için çetin ve zor bir süreçten geçtiği bilinmektedir. Bu süreçlerde sporcular çeşitli durumlar ile karşı karşıya kalabilmektedirler. Yaşanılan bu durumlar sporcularda hem fiziksel hem de zihinsel yıpranmaya sebep olabilmektedir. Sporcuda bu yıpranma tükenmişlik kavramı olarak tanımlanabilir (Keleş ve Göktürk, 2017). Araştırmacılar kavramsal açıdan bağlılığın tükenmişliğin tersi olduğunu açıklamaktadırlar (Lonsdale ve ark., 2007). Geniş çaplı bağlılık – tükenmişlik ilişkisinin, hem teorik hem de pratik nedenlerden dolayı dikkate değer olduğu düşünülmektedir (DeFreese ve Smith, 2013). Çünkü araştırmalar tükenmişliği önlemede bağlılığın önemli bir unsur olarak ortaya çıkarmıştır (Keleş ve Göktürk, 2017).

Yapılan çalışmalar, genç sporcuların spor ortamlarında kalmaları ya da ilerlemeleri, üst düzey sportif başarı elde etmeleri, uzun vadede sporu bırakmamaları için bağlılık düzeylerinin araştırılmasının gelecek çalışmalara ve antrenörlere yol göstermek adına yararlı olacağı düşünülmektedir (Keleş ve Göktürk, 2017). Bu noktadan hareketle bu çalışmada da bireysel ve takım sporu yapan sporcuların spor