

SPORCULARDA BAŞARI VE BAŞARISIZLIĞIN NEDENLERİ*

(Genç Hentbolcularda bir araştırma)

FERUDUN DORAK**

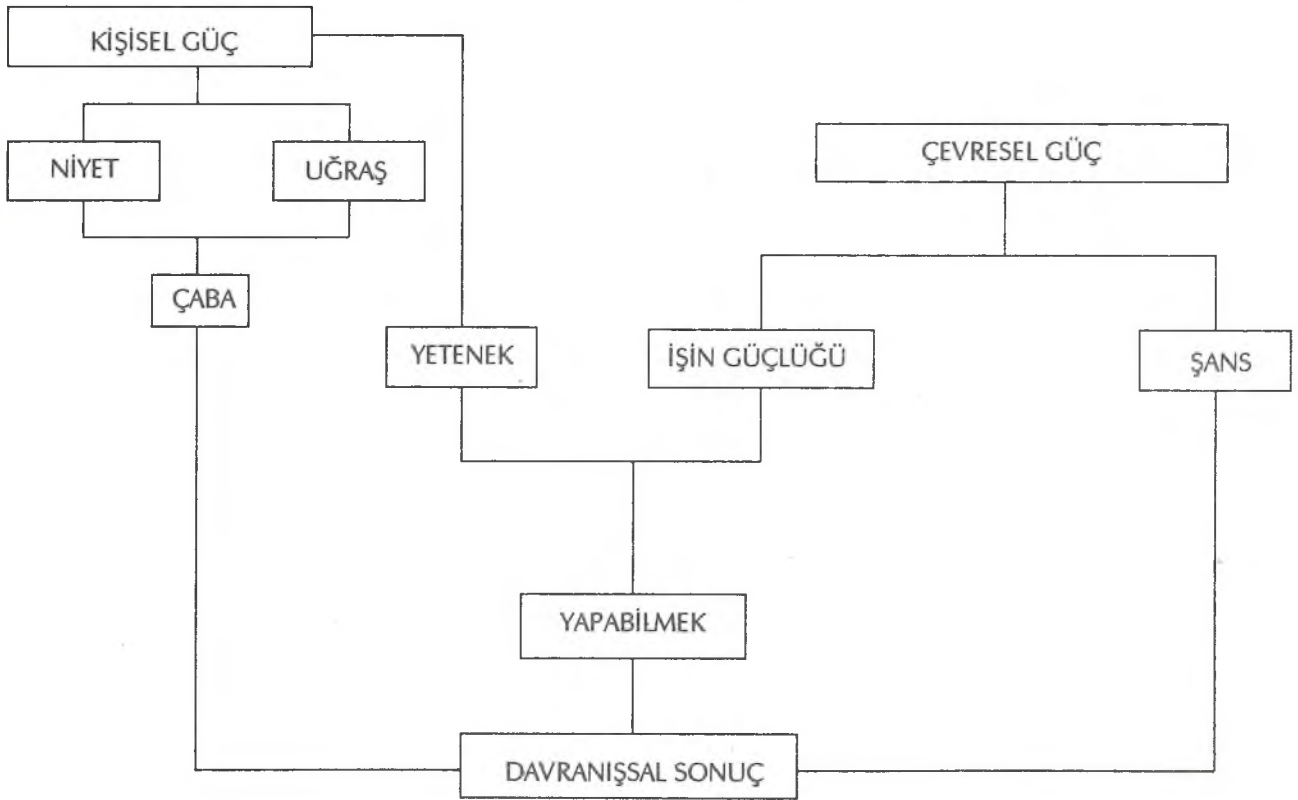
Dr. ŞEFİK TIRYAKI***

Sporun en önemli özelliklerinden birisi doğasında yarışma (rekabet) olgusunun bulunmasıdır. Bir sportif yarışmayı ya da müsabakayı kazanan sporcu veya takımlar başarılı olarak değerlendirilir. Bir yerde yarışmanın veya müsabakanın sonucu önemli olmaktadır. Kazanıyorsa başarılı, kaybediyorsa başarısız demektir (Luschen,1970). Ama, acaba sporcular başarı ya da başarısızlıklarının nedenlerini nasıl açıklamaktadırlar?

Sporcuların başarılı ya da başarısız oldukları zaman ileri sürebilecekleri nedenler de farklı olabilir. Bazı sporcular başarı ya da başarısızlıklarını içsel nedenlere (yetenek ve çaba) yüklemelerken, bazı sporcularda dışsal nedenlere (işin güçlüğü, şans) yüklemeye-

bilirler. Psikolojide bu konu denetim odağı ve yüklemleme kuramı ile açıklanır.

Rotter (1966) denetim odağına temel sayılan makalesinde iç ve dış kontrol kavramları sosyal öğrenme kuramı çerçevesine de sokmuştur. Sosyal öğrenme kuramcıları davranış ile davranışın pekiştiricileri arasında bağ kurmanın önemini vurgulamaktadırlar. Böylece bazı bireyler pekiştirmeleri kendi yaptıkları ya da nasıl bir insan olduklarından kaynaklandığını düşünme eğilimindeyken, diğer bazı bireyler bu pekiştirmelerin tamamen dış konulara bağlı olduğunu düşünme eğilimindedirler. Bu durumda genellikle şans, kader, olayların karmaşıklığı, çeşitli güçlükler dile getirilmektedir.



ŞEKİL 1 Fritz Heider'in Temel Model Şeması (Fritz Heider, psychology of interpersonal Relations, New Jersey, Laurence bilbaum. Associatesinc.)

* Bu araştırma 11 - 12 Kasım 1990 tarihlerinde İ.Ü. tarafından düzenlenen "Spor Ahlakı ve Spor Felsefesine Yeni yaklaşımlar" sempozyumunda sunulmuştur.

** *** E.Ü. Bed. Eğt. Böl. Öğr. Görevlileri

Rotter, içsellik ve dışsallığı buna dayanarak tanımlamaktadır. Pekleştirici dışa bağlı olarak yorumlandığında bireyin dış kontrole inandığını, aksine birey, olayın kendi davranışına ya da kişisel özelliklerine bağlı olduğunu düşünüyorsa iç kontrole inandığını söyleyebiliriz. Eğer birey kendi davranışı ile pekleştirici arasında bağ kuruyorsa, pekiştirme; bu davranışın benzer bir durumda yeniden ortaya çıkma olasılığını arttıracaktır. Aksine pekiştirme rastlantıya, şansa vb. etmenlere bağlanıyorsa bu durumda söz konusu olasılık değişmeyecektir.

Rotter bu görüşleri ileri sürmekle birlikte yüklemleme kuramının kanıtlanmış kurucusu Fritz Heider dir. Şekil 1 de görüldüğü gibi sonuçlar ya kişiye (kişisel güç) ya çevreye (çevresel güç) ya da her ikisinde yüklenir. Kişisel güç; yetenek ve çaba faktörlerin-

den oluşurken, çevresel güç; işin güçlüğü ve şans faktörlerinden oluşmaktadır. Heider'e göre davranışsal sonuç kişisel güç ve davranışsal güc'ün toplamıdır.

Weiner, Heider'in 4 ana faktörünü alıp bunları 2 ana nedensel boyutta yeniden yapılandırmıştır. Bu iki boyut; istikrarlılık ve denetim odağıdır. Şekil 2'de görüldüğü gibi istikrarlılık; istikrarlı ve istikrarsız yüklemelerden oluşurken, denetim odağı; içsel ve dışsal denetim odağından oluşmaktadır. Denetim odağı; kişilerin kendilerine neler olduğunu kişisel olarak kontrol edip edemedikleriyle ilgili inançlarını ifade eden psikolojik bir yapıdır. İçsel kontrol sahibi olan bireyler kendi davranışlarının sonucu etkilediğine inanırken, dışsal kontrollü olanlar ise sonuçları şans, kader, zor rakip, yanlış yönetim vb. dış güçlere bağlanmaktadır.

İSTİKRARLILIK	DENETİM ODAĞI	
	İÇSEL	DIŞSAL
İSTİKRARLI	YETENEK	İŞİN GÜÇLÜĞÜ
İSTİKRARSIZ	ÇABA	ŞANS

ŞEKİL 2: Weiner'm nedensel yüklemeleri sınıflandırma şeması (Bernard Weiner, Theories of Motivation: From mechanism to cognition. Chicago: Rand Mc Nally, 1972)

Weiner, kişiliklerin başarı ya da başarısızlıklarını şekil 2'de gösterilen 4 faktörden birine bağladıklarını söylemiştir. Eğer bir güreşçi yenildikten, ya da bir futbolcu, takımı kaybettikten sonra yenilme veya maç kaybetme nedenini şansa bağladığını söylerse gerçekte söylemek istediği, nedenini dışsal ve istikrarsız olduğu, bir daha karşılaştıklarında yenebileceklerdir. Yenilginin yetenek eksikliğinden kaynaklandığını söylerse, gerçekte nedeni içsel olduğu, değişmeyeceğini, ikinci kez karşılaştıklarında da yenileceğini söylemektedir.

Başarıya gereksinme durumunda bazı sporcular başarısızlığın kaçınılmaz olduğuna inanmaktadır. Yarışma sırasında bu özelliği gösteren bir sporcu öğrenilmiş çaresizlikten şikayetçiydi. Başarısızlık korkusu altında performans bozukluğu gösteren, öğrenilmiş çaresizliğe sahip sporcular başarısızlıklarını yetenek eksikliği gibi istikrarlı faktöre yüklemeye eğilimlidir. Başarıyı, istikrarlı faktörlere yüklemek sporcu ya, başarının gelecek için gerçekçi bir beklenti olduğunu öğretir. Fakat başarısızlığı istikrarlı faktörlere yüklemek gelecek için başarısızlığın gerçekçi bir beklenti olabileceğini söyler.

Bir teknik direktör, bir (coach) ya da bir antrenör sporcularına başarı ve başarısızlığa uygulanmaya yüklemeler yapmaları için isteklendirerek onların kendine güven ve kendine yeterli duygularını arttırmalıdır (Valle Frieze, 1976). Başarılı olan sporcular ba-

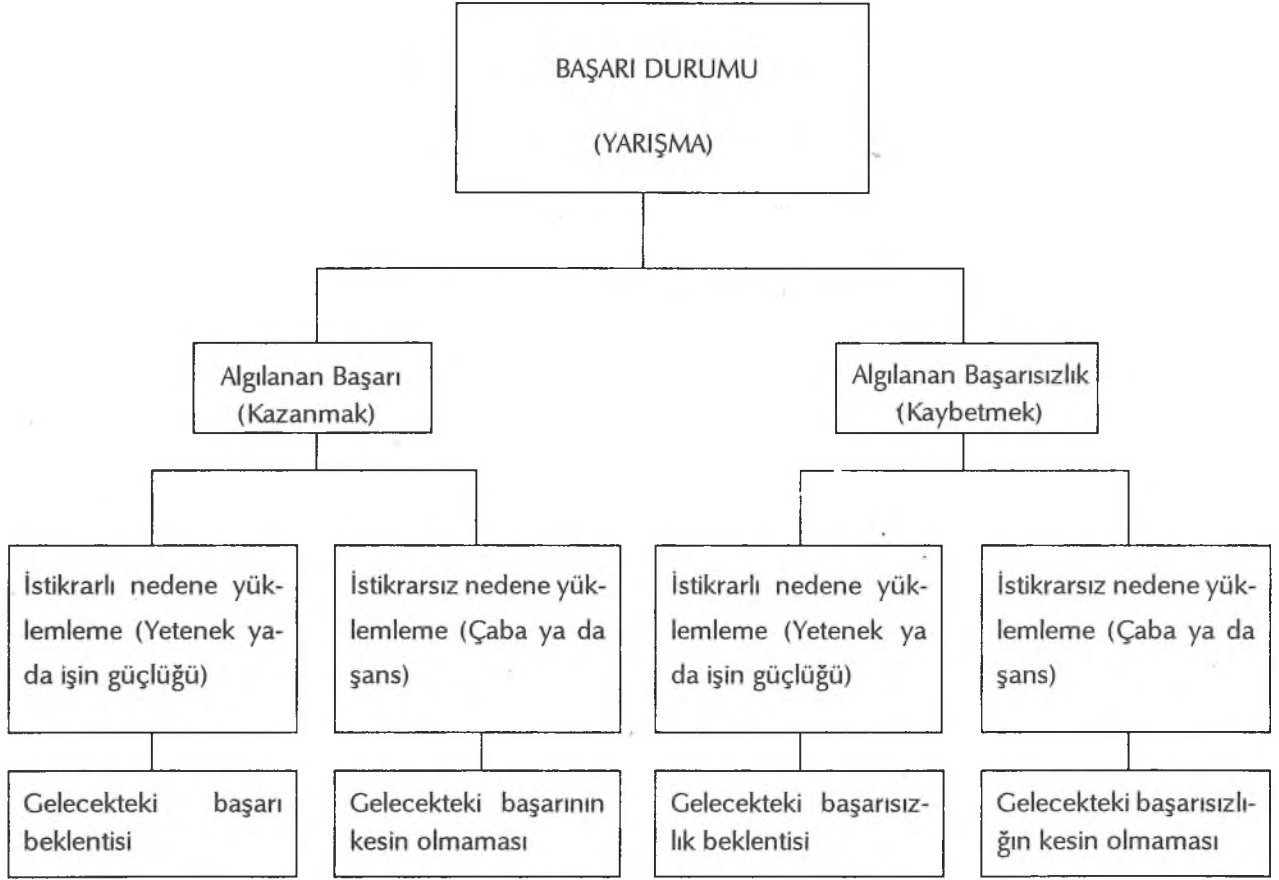
şarıyı hem istikrarlı hem içsel olarak görmeye isteklendirilmelidirler. Çünkü sporcunun gurur duymaya gereksinimi vardır, istikrarlı çünkü sporcu, başarının tekrar edeceğini hissetmelidir. Tekrarlanmış başarısızlığı yaşayan sporcular istikrarsız ve içsel yüklemeyi seçmeye isteklendirilmelidirler. Böyle bir yüklemleme sporcuya başarısızlığın tekrarlanmayacağını gösterebilecektir. Başarısızlık için sürekli olarak dışsal - istikrarsız (şans) yüklemeyi desteklemek akıllıca değildir. Çünkü, sporcu kötü şansın ya da kötü yönetimin (müسابakanın yönetimi) bütün düş kırıklıklarının nedeni olduğunu sanabilir. Yüklemleme yargıları şekil 3'te gösterilmiştir.

Spor ortamındaki denetim odağı konusunda bazı ilginç bulgulardan söz edilmiştir. Hutchinson (1972) ve Diguiseppe (1973) tarafından yapılan çalışmalar takım sporu ve bireysel spor yapan sporcuların denetim odağı yönünden farklılık göstermediklerini ortaya koymuştur. Chalip (1980), stres altında içsel denetimli olanların dışsal denetimli olanlara göre daha az performans bozukluğu gösterdiklerini ve daha iyi işe yönelik davranışlar sergilediklerini öne sürmüştür. Yine yapılan araştırmalar erkek ve kadın sporcular arasında nedensel yüklemeler bakımından bir farklılığı olmadığını ortaya koymuştur (Cill 1980, Spink/Robert 1980, Kliber/Duda 1981, Scanlan/Passer 1978, 1979).

Bizim yaptığımız araştırmanın amacı da, kazanan ve kaybeden (bir başka ifade ile yenen ve yenilen ya da derceye giren ve girmeyen) genç hentbolcuların kazanma ve kaybetme nedenlerini bir diğer deyişle başarı ya da başarısızlıklarını neye bağladıklarını, yine başarılı kız ve başarılı erkek hentbolcuların denetim odağı yönünden başarı ya da başarısızlık nedenle-

ri arasında bir farkın olup olmadığını belirlemektedir.

Başarılı erkek hentbolcularla, başarılı kız hentbolcular başarılarını içsel nedenlere (yetenek ve çaba'ya) yüklemelerken, başarısız erkek hentbolcularla, başarısız kız hentbolcular da başarısızlıklarını yine içsel nedenlere yüklemişlerdir.



ŞEKİL 3 Başarılı ve Başarısız İstikrarlı ve İstikrarsız Yüklememe sonuçlarını Gösterir Şema.

4-5 yıldır hentbol oynayan bu sporcuların denetim odaklarının içsel çıkması sporun sporculardaki denetim odağını dıştan içe doğru değiştirdiğini düşündürmüştür. Eğer başarılı olanlar dışsal çıkarsalardı yani işin kolay olduğunu (rakibin zayıf olduğunu) ya da şanslarının yardım ettiğini belirtselerdi o zaman gelecekteki başarılarından emin olamayacaklardı. Başarı için az sorumluluk aldıklarını daha az öğünç payı çıkartarak açıklamış olurlardı. Başarısız olanlarda dışsal çıkabilir. O zaman işin güç olduğunu (rakibin güçlü olduğunu), şanslarının olmadığını söyleyerek bütün yenilgilerinin nedeninin bunlar olduğunu sanabilirlerdi. Ancak başarısız hentbolcuların başarısızlık nedenlerini yalnızca yetenek faktörüne bağlamaları onlarda başarısızlığın kaçınılmaz olduğuna ilişkin bir inancın yerleşmesine neden olabilir. Sanki öğrenilmiş çaresizliğe sahip gözükürler. Bundan dolayı başarısız hentbolcuların başarılı olanlarla yeniden karşılaşmaları durumunda yine kaybedeceklerini kestirmek olasıdır. Eğer başarısız hentbolcuların içsel denetimin istikrarsız faktörüne (çaba'ya) yüklememe yapması, eğitimci ve antrenörler tarafından sağlanabilirse, o zaman başarısız hentbolcular daha fazla çalışıp, daha çok çaba harcadıklarında durumun değişebileceğini, yenildikleri bir takım ile tekrar karşılaştıklarında sonucun belirlenmesinin güç olabileceğini düşünebileceklerdir. Yukarıda belirtildiği gibi hentbolcunun başarısızlık nedenini istikrarlı faktör olarak yeteneğe yüklemlediğini belirler ve bu yüklememesi değiştirilemezse, sporcu ne kadar çaba harcarsa harcasın başarılı olmasının mümkün olmadığı pekişecek ve yarışma sporlarına katılmayacaktır. Aslında böyle sporcuların performans sporu yapmalarında düşünülmez. Spink (1978), Iso-Ahola (1977), Spink/Roberts (1980) da sporcuların gerçek ba-

ri başarılı olanlarla yeniden karşılaşmaları durumunda yine kaybedeceklerini kestirmek olasıdır. Eğer başarısız hentbolcuların içsel denetimin istikrarsız faktörüne (çaba'ya) yüklememe yapması, eğitimci ve antrenörler tarafından sağlanabilirse, o zaman başarısız hentbolcular daha fazla çalışıp, daha çok çaba harcadıklarında durumun değişebileceğini, yenildikleri bir takım ile tekrar karşılaştıklarında sonucun belirlenmesinin güç olabileceğini düşünebileceklerdir. Yukarıda belirtildiği gibi hentbolcunun başarısızlık nedenini istikrarlı faktör olarak yeteneğe yüklemlediğini belirler ve bu yüklememesi değiştirilemezse, sporcu ne kadar çaba harcarsa harcasın başarılı olmasının mümkün olmadığı pekişecek ve yarışma sporlarına katılmayacaktır. Aslında böyle sporcuların performans sporu yapmalarında düşünülmez. Spink (1978), Iso-Ahola (1977), Spink/Roberts (1980) da sporcuların gerçek ba-

şarı ve başarısızlığın içsel nedenlere, tartışmalı sonuçları ise dışsal nedenlere yüklemlediklerini göstermiştir.

Araştırmamızda başarılı erkek ve kız hentbolcular arasında nedensel yüklemlemeler açısından bir farkın olmadığı ortaya çıkmıştır. Benzer sonuçlar Gill (1980), Gill/Gross (1977), Spink/Roberts (1980) tarafından yapılan araştırmalarda da bulunmuştur. Kız sporcuların başarı ve başarısızlıklarını içsel nedenlere yüklemlemeleri olumludur. Kızlarda erkeler gibi içsel denetimli olduklarını ve dışsal kontrollü kişiler olmadıklarını belirtmektedirler. Kızlar da kendi güçlerine inandıklarını herhangi bir sonucun sorumluluğunu üstlenebileceklerini söylemektedirler.

YÖNTEM

Denekler: Dernekler, 1988 yılında İstanbul'da yapılan Enka Kupası Hentbol Turnuvasına katılan erkek ve kız takımların sporcularından oluşmaktadır. Araştırmamıza yaşları 14-17 arasında değişen 43 erkek ve yaşları yine 14-17 arasında değişen 26 kız olmak üzere toplam 69 denek katılmıştır. Denekler 4-5 yıllık hentbolculardır. Turnuvaya katılan 13 erkek takımından 1. ve 2. olan takımların sporcuları (n=24) ile 12. ve 13. olan takımların sporcuları ve kızlarda 1. (n=14) ve sonuncu olan takımın sporcuları (n=12) araştırma-ya dahil edilmiştir.

Veri toplam aracı: Deneklere "Tel-Aviv denetim odağı" ölçeği uygulanmıştır. Bu ölçek 1975 yılında N.A. Milgram ve R.M. Milgram tarafından geliştirilmiş, ölçeğin Türkiye'deki güvenilirlik ve geçerlik çalışması ise E.Ü. Ede. Fak. Psi. Bölümü'nden Uzm. Candan Kurt tarafından yapılmıştır. Bu ölçekte 24 soru bulunmaktadır. Bu 24 sorunun 12'si pozitif, 12'si negatif itemlerden oluşmaktadır. Ölçeğin yanıt seçenekleri 5 tanedir. Denek, bu 5'li ölçek üzerinde seçeneklerden hangisini tercih ettiğini işaretleyerek gösterir.

İstatistiksel dizayn: Deneklerden elde edilen verilerin istatistiksel analizi E.Ü. Bil. Araş. ve Uyg. Merkezi'nde yapılmış, verilere aşağıda belirtilen amaçlar için "t" testi uygulanmıştır.

1- Başarılı erkek hentbolcularda (n=24), başarısız erkek hentbolcular (n=19) arasında "denetim odağı" yönünden bir farkın olup olmadığının belirlenmesi.

2- Başarılı kız hentbolcularda (n=14), başarısız kız hentbolcular (n=12) arasında denetim odağı yönünden bir farklılığın olup olmadığının belirlenmesi.

3- Başarılı erkek hentbolcularla, başarılı kız hentbolcular arasında "denetim odağı" yönünden aralarında bir fark olup olmadığının belirlenmesi.

SONUÇ VE TARTIŞMA

İstatistiksel sonuçlar yukarıda araştırıldığı belirtilen her üç durumda da denekler arasında anlamlı bir farklılığın olmadığını ortaya koymuştur.

Başarılı-Başarısız erkek hentbolcularda

$$t = 0.81 \quad p > 0.05$$

Başarılı-Başarısız kız hentbolcularda

$$t = -0.02 \quad p > 0.05$$

Başarılı erkek-başarılı kız hentbolcularda

$$t = 1.05 \quad p > 0.05$$

Konuya ilişkin yapılan literatür taraması ve yaptığımız araştırma sonuçunda belirginleşen ilkeleri şu şekilde sıralayabiliriz:

1- Sporcuların başarı ya da başarısızlığa ilişkin sonuçları açıklamak için seçtikleri yüklemlemeler, onların motivasyon yapılarıyla ilgili sonuçları da açığa çıkarır.

2- İçsel denetim odağı dışsal denetim odağına tercih edilmelidir.

3- Sporcular; beklenen sonuçlara yanıt olarak, istikrarlı yüklemlemeleri, beklenmeyen sonuçlara ise istikrarsız yüklemlemeleri göstermeye eğilimlidirler.

4- Başarıyı, yetenek gibi içsel - istikrarlı neden yüklemek sporcunun kendine güveni için yararlıdır.

5- Başarısızlığı içsel - istikrarlı nedene yüklemek sporcunun kendisine olan saygısını zedeler.

KAYNAKLAR

BİLGİN, N. (Ed.) (1988) *Sosyal Psikolojiye Giriş*. İzmir: E.Ü. Ede. Fak. Yay. No 48, s. 151-173

CHARLIP, L. (1980) "Social learning theory and sport success: Evidence and implications". *J. Sport Behav.* No 3, s.76-85

DIGUISEPPE, R.A. (1973) "Internal - external control of reinforcement and participation in team, individual and intramural sports". *J. Percep. Motor Skills.* No 36, s.33-34

GILL, D. L. (1980) "Success - failure attributions in comtitive groups: An exception to egocentrism". *J. Sport Psyc.* No 2, s.106 - 114

HEIDER, F. (1958) *The Psychology of Interpersonal Relations*. New York Wiley.

HUTCHINSON, B. (1972) "Locus of participation in intercollegiate athletics". *Doc. Disser... Springfield College. Springfield MA.*

ISO - AHOLA, S.E. (1977) "Immediate attributional effects of sucess and failure in the field: Testing some laboratory hypotheses". *Euro. J. Social Psyc.* No 7, s. 275-296.

KLÉBER, D. A., DUDA, J. L., ROBERTS, G.C.(1981) "An analysis of motivation in children's sports: The role of perceived competence in participation". *J. Sport Psyc.* No 3, s. 206-216.

LUSCHEN, G. (1970) "Cooperation, association contest". *J. Confil. Resol.* No 14, s.21-34

ROTTER, J. B. (1966) "Generalized expectancies for internal vs. external control of reinforcement". *Psyc. Monog.* Vol 81, No 1.

SCANLAN, T. K., PASSER, M. W. (1978) "Factors related to competitive stress among youth participants". *J. Med. Sci. in Sport.* No 10, s. 103-108.

SCANLAN, T. K., PASSER, M. W. (1979) "Sources of competitive stress in young famele athletes". *J. Sport Psyc.* No 1, s. 151-159.

SPINK, K.S. (1978) "Correlation between two methods of assessing causal attributions". *Percep. Motor Skills.* No 46, s. 173-174.

SPINK, K. S., ROBERTS, G. C. (1980) "Ambiguity of outcome and causal attributions". *J. Sport Psyc.* No 2, s. 237-244

VALLE, V.A., FRIEZE, I. H. (1976) "The Stability of causal attributions as a mediator in changing expectations for success". *J. Perso. Social Psyc.* No 33, s. 579-587.

WEINER, B. (1972) *Theories of Motivation: From mechanism to cognition*. Chicago: Rand Mc Nally.