



SPORMETRE

The Journal of Physical Education and Sport Sciences
Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi



DOI: 10.33689/spormetre.772486

Geliş Tarihi (Received): 21.07.2020

Kabul Tarihi (Accepted): 12.06.2021

Online Yayın Tarihi (Published): 30.06.2021

FUTBOLCULARIN PSİKOLOJİK PERFORMANS PROFİLLERİNİN ANTRENÖRLERİ İLE İLİŞKİLERİNE YÖNELİK KULLANDIKLARI METAFORLAR İLE KARŞILAŞTIRILMASI*

Şeval KAYĞUSUZ^{1**}, Hakan Ramazan ŞENSES¹, Tuna USLU³

¹İstanbul Gedik Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İSTANBUL

²Fenerbahçe Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İSTANBUL

Öz: Egzersiz ve sporda gösterilen performans, bireylerin egzersiz ve spor ortamında göstermiş olduğu fizyolojik, biyomekanik ve psikolojik etmenleri içerir. Bireylerin optimal performansına ulaşması için ise yalnızca fizyolojik yetilerinin değil, psikolojik yetilerinin de geliştirilmesi gereklidir. Bunun için öncelikle bireyin kendini tanıması gerekmektedir, ancak kişinin kendini tanıması çaba isteyen ve derinlemesine bireysel çalışma gerektiren bir süreçtir. İlgili alanyazında, bireylerin kendilerini nasıl algıladıklarını anlamının bir yöntemi performans profillemesidir. Ancak bireyleri sadece bilinçli tutum ve davranışları şekillendirmez. Bunun yanında sosyal kimliğin, kişilik özelliklerinin ve bilinç altının da bireylerin ortaya koydukları performans üzerinde önemli etkileri bulunmaktadır. Arka plandaki bu özellikleri inceleyebilmek için, serbest çağrışımla bireylerin kendilerinin dahi hemen tanımlayamadıkları düşüncelerinin incelenmesi gerekmektedir. Bu çalışma, U17 futbol liginde forma giyen amatör sporcuların kendi performans profilleri ile antrenörlerine yönelik kullandıkları metaforları karşılaştırarak, sporcular hakkında derinlemesine bir betimleme yapmayı amaçlamaktadır. Tasarımda nitel araştırma deseni kullanılmış ve yüz yüze görüşme yöntemi tercih edilmiştir. Araştırmanın çalışma grubu, U17 futbol liginde oynayan ve ortalama 3 yıl deneyime sahip olan amatör futbolculardan oluşmaktadır. Metaforların ve öz değerlendirmelerin analizinde, nitel analiz programı ve performans profili prosedürü kullanılmıştır. Sonuçta, sporculardan elde edilen veriler doğrultusunda ortaya çıkarılan metafor modellemesi ile her katılımcı için ayrı ayrı oluşturulan performans profillerinde bulunan 12 kavram arasında ilişki olup olmadığı tartışılmıştır. Katılımcıların konsantrasyon, kararlılık, stres, cesaret, liderlik, iletişim, kaygı, zihinsel hazırlık, motivasyon, mücadele, özgüven, hedef belirleme kavramlarının; antrenörleri ile olan ilişkileri ve antrenörlerinin kendilerini nasıl yönlendirdiğinden etkilendiği ve bu durumun optimal performanslarına etki ettiğine dair bulgulara ulaşılmıştır. Sporcuların kendilerini algılama biçimleriyle antrenörleri ile aralarındaki ilişkinin psikolojik derinliğinin, etkileşim halinde olduğu görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Performans profillemesi, metafor içerik analizi, antrenör-sporcu ilişkisi, spor psikolojisi

COMPARISON OF PSYCHOLOGICAL PERFORMANCE PROFILES OF FOOTBALL PLAYERS WITH METAPHORS USED FOR THEIR RELATIONSHIP WITH THEIR COACHES

Abstract: Performance in exercise and sports includes physiological, biomechanical and psychological factors shown by individuals in the exercise and sports environment. In order for individuals to achieve optimal performance, it is necessary to improve not only their physiological abilities, but also their psychological abilities. Many applications are made to achieve high performance. However, first of all, the individual needs to know himself, but self-knowledge is a process that requires effort and requires in-depth self-study. In the related literature, one method of understanding how individuals perceive themselves is performance profiling. However, it does not shape individuals only conscious attitudes and behaviours. In addition, social identity, personality traits and subconscious have important effects on the performance of individuals. In order to examine these background features, it is necessary to examine the thoughts that individuals themselves cannot identify immediately. This study aims to make an in-depth conclusion about the athletes by comparing the metaphors with their performance profiles. Qualitative research design was used in the design and face-to-face interview method was preferred. The study group of the research consists of amateur football players who play in the U17 football league with 3 years of experience. As a result, it was determined that the relationship of the players with their coaches and how their coaches guide them affect the athletes. Moreover, it has been found that this interaction affects their optimal performance. It was seen that the relationship between the athletes' perception of themselves and their trainers, interacts and shapes the athletes. These findings support the personal construct theory. Athletes tend to evaluate themselves and their performance indicators, considering their relationship with their coaches.

Key Words: Performance profiling, metaphor content analysis, coach-athlete relationship, sports psychology

*Bu çalışma 13-16 Kasım 2019 tarihleri arasında Antalya' da düzenlenen 17. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresinde sözel sunum olarak sunulmuştur.

GİRİŞ

Egzersiz ve spor yapan herkes, aktivitesi süresince hem fiziksel hem de psikolojik yüklenmelerle karşı karşıya kalmaktadır. Bu yüklenmelerin olumsuz etkilerini en aza indirmek için teknik, taktik, kondisyon antrenmanlarının yanı sıra sporcunun psikolojik faktörleri de algılayabilmesinin gerektiği ancak çoğunlukla bu durumun ihmal edildiği öne sürülmüştür (İkizler ve Karagözoğlu, 1997). Bu yönden bakış açısı, sporcuların kendilerini tanımlarının ve psikolojik becerilerinin farkında olmalarının sportif performanslarını arttırabileceği ve optimal performansa bu şekilde ulaşılacağı yönündedir. Optimal performans, bireylerin belirlenen standartlarda başarı göstermesi olarak tanımlanır (Aşçı ve ark., 2007). Bununla beraber aktivite sırasında çok keyifli oldukları ve kendini iyi hissettikleri, yaptıkları aktiviteden büyük haz duydukları ve hafızalarında yer edinen bu deneyimleri Csikszentmihalyi (1990), optimal deneyim olarak adlandırmıştır. Bu bağlamda duygu-performans ilişkisinin tespit edilmesi, kişiye özgü deneyimlerin ortaya çıkması ile birlikte duygu düzenleme ve başa çıkma stratejileri ortaya çıkan tanımlama-kontrol-düzeltilme ile birlikte performansın arttırılması söz konusudur (Gould ve Udry, 1994; Hanin, 1997; Murphy ve Jowdy, 1992). Sporcuların kendilerini değerlendirmesi ve kendilerini nasıl algıladıklarını anlamının bir yolu performans profilidir.

Performans profili oluşturma prosedürü, sporcuyu performans geliştirmenin temeline yerleştirmeyi amaçlayan bir değerlendirme stratejisi olduğu belirtilmiştir (Butler ve Hardy, 1992). Sporcuları, sporlarında başarılı olmaları için gereken nitelikleri belirleme ile yansıtmaya ve bu niteliklerdeki yeteneklerini derecelendirmeye teşvik ettiği (Kelly, 1955); bu sürecin, sporcu odaklı hedef belirleme ve gelecekteki antrenman programlarını geliştirmek için yararlı bir platform sağlamakla beraber performanslarının güçlü ve zayıf yönleriyle ilgili olarak da sporcuların farkındalığının arttırılmasında pozitif yönlü değişiklikler sağladığı ortaya konmuştur (Butler, 1997).

Kişisel Yapılandırma Kuramı insan davranışlarına yönelik bir psikoloji modeli olup, insanların dünyayı nasıl yorumladıklarını ve dolayısıyla davranış biçimlerini açıklamaya çalışır. Kelly (1955), insanların sürekli olarak kişisel teoriler geliştirerek dünyayı anlamaya çalıştıklarını, bu teorilerin ya da daha sonra onları tanımlayan yapıların, bireylerin hayatlarındaki olayları tahmin etmelerine yardımcı olduğu ve zaman içinde bu olaylarla ilgili deneyimlerine dayanarak gözden geçirileceklerini savunmuştur. Performans profili yaklaşımı, “Her sporcunun kendi spor deneyimlerini algılamada kendine özgü bir yolu vardır.” ve “Sporcunun bakış açısını anlamak için antrenörler sporcunun gözünden görebilmelidir.” şeklinde olmak üzere iki önermeyi içermektedir (Butler, 1997). Bu durumun spor ortamıyla ilişkilendirilmesi ise, sporcuların kariyerleri boyunca, sporları ve çeşitli spor ortamlarında yetenekleri hakkında birtakım varsayımlar (teoriler) geliştirmelerini ve zamanla bunu yaşamaya devam ettikleri şeklinde ortaya konulmuştur (Weston ve ark., 2011). Performans profili oluşturma prosedürü, Kişisel Yapılandırma Kuramı'nın sporda doğal bir uygulamasını sağladığından, yorumlamanın bireysel yapısını kabul eder ve sporcuları algıladıkları güçlü yönlerine ve zayıflıklarına ek olarak başarılı performans için gerekli olan performans nitelikleri hakkında daha fazla bilinçli olmalarını sağlar. Böylelikle kendilerini daha bilinçli hale getirmelerini teşvik eder. Ayrıca, antrenör yorumlarını görmelerini sağlamada, sporcular kendileri ve performans uzmanları arasındaki sosyal etkileşimi geliştirebildiği de belirtilmiştir (Weston ve ark., 2011). Performans profili prosedürünün yararları literatürle de desteklenmiş; spordaki rolünün anlaşılmasını kolaylaştırıcı araştırmalar görülmüştür. Sporcunun başarılı performans için gerekli nitelikler ve sporcunun algıladığı güçlü ve zayıf yönleri konusunda farkındalık kazanması, performans profillemesinin birincil faydalarından biri olarak belirtilmiştir (Butler, 1997; Butler ve Hardy, 1992; Butler ve ark., 1993; Jones, 1993). Yine sporcu öz farkındalığının arttırılmasında

performans profillemesinin yararlı olduğu (Weston ve ark. 2010); sporcuların performanslarını kolaylaştırabilecek nitelikler olduğuna inandığı konusunda farkındalık yaratmada da faydalı olduğu ileri sürülmüştür (Butler, 1997). Profilleme çalışmalarının ayrıca, sporcunun performans ve başarı motivasyonuna bağlılığını arttırmaya yardımcı olduğunu ortaya koymuştur (Jones, 1993; D'urso ve ark., 2002).

Bireylerin haz almayı, iyi oluş halini ve bir işle ilgilenmeleri akış deneyimi adıyla tanımlamıştır (Aşçı, Çağlar, Eklund, Altıntaş ve Jackson, 2007). Akış deneyimi, bireylerin aktivite süresi boyunca faaliyetin zorluk düzeyi ile kişisel yeterliliklerinin dengede olduğu zihinsel boyut, içsel haz alma olarak tanımlanır (Asakawa, 2004). Ayrıca akış deneyimi aktiviteye odaklanma veya bir işle ilgilenmekten keyif alırken o iş içerisinde kaybolma, bilişsel yeterliği ve kontrolü kendisinde hissederek zamanı hissetmeme olarak da tarif edilmektedir (Kivikanvas, 2006; Moneta, 2004). Bu bağlamda bilimsel çalışmalar, performans profillemesinin sporcunun kendi performans algısı konusundaki farkındalığını, antrenörlerin ve psikologların sporcunun performans algısı konusundaki farkındalığını ve son olarak da sporcuların takım arkadaşlarının talepleriyle ilgili farkındalıklarını artırdığını göstermekte; sportif öz farkındalığının gelişiminde ve sporcu profilinin ortaya konulmasında önemli bir uygulama olmasına rağmen performans profillemesi araştırmalarının az olmasının dikkat çektiği belirtilmiştir (Ravizza, 2010).

Performans profillemesinin kendine referans ve spesifik performans niteliği odağı, spor psikologlarını, performansla ilgili hedef belirleme temeline dayandırmak için yararlı bir prosedür olarak önerme yoluna girmiştir (Butler, 1997; Dale ve Wrisberg, 1996; Doyle ve Parfitt, 1997; D'urso ve ark., 2002; Weston ve ark., 2010). Bununla birlikte, örneğin duygu durumlarını değerlendirmek için standart duygu ölçekleri kullanılırsa, bir sporcunun kendini değerlendirme yaklaşımı genellikle yakalanamayabilir. Bu durumu gidermek için, metafor oluşturma yöntemi kullanılarak kişiselleştirilmiş bir yaklaşım önerilmektedir (Hanin, 1997, 2000; Hanin, Stambulova, Lukkarila ve Tummavuori, 2000). Ancak metafor analizi alandaki araştırmacılar tarafından fazla kullanılmayan bir yöntemdir. Oysa sporda, metaforlar sporcuların kendilerini ve çevre ile etkileşimlerini anlamalarının bir parçasıdır ve bu nedenle sporcular düşüncelerini, duygularını, bedensel hislerini, davranışlarını ve eylemlerini tanımlamak için metaforları kullanırlar. Ayrıca, metaforlar bir sporcunun durumunun kişisel bir anlamını sembolik olarak tanımlayabilir (Hanin ve Stambulova, 2002).

Bu araştırmada sporcuların performansları üzerindeki öz farkındalığının artırılması ve antrenman periyotlarında kullanılmak üzere, kendilerine özel metotların geliştirilmesine yönelik ortaya konulacak olan psikolojik performans profillerinin oluşturulması, oluşturulan bu profillerin ise sporcuların antrenörlerine yönelik kullandıkları metaforlar ile ilişkilendirilmesi amaç olarak belirlenmiştir. Böylece sporcunun duygu-durumu ile iç dünyası arasında bir köprü kurulması hedeflenmektedir.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Araştırmada nitel araştırma deseni kullanılmış ve görüşme yöntemi tercih edilmiştir. Nitel araştırma, birden fazla disiplini bütüncül yaklaşımla ele alarak, araştırma problemini yorumlayıcı bir perspektiften inceleyen; sosyal gerçekliğin ve insan davranışlarının altında yatan sebeplerin anlaşılmasını sağlayan bir yöntemdir (Altunışık ve ark., 2010; Gürbüz ve Şahin, 2018). Nitel araştırma yöntemi, araştırma yapılan olgu ve olayların kendi içinde ele alarak, insanların bu olgu ve olaylara yükledikleri anlamların ve kendi kendilerine ortaya koydukları toplumsal sistemlerin derinlemesine anlaşılmasına yönelik geliştirilmiştir.

(Altunışık ve ark., 2010; Özdemir, 2010). Niteliksel araştırmalar, katılımcılardan alınan görüşlerin derinlemesine incelenmesine yardımcı olurken, doğası gereği objektif ve ölçülebilir davranışlar ile değil, duygusal ve kavramsal cevaplar ile ilgilenir (Karataş, 2015). Nitel yöntemlerden en sık kullanılan olarak bilinen görüşme tekniği, sözlü iletişim yoluyla insanları ve onlarla ilişkili durumları anlamaya çalışan, öznel deneyimlerini, duygu ve algılarını ortaya koymada kullanılan güçlü bir tekniktir (Yıldırım ve Şimşek, 2008; Gürbüz ve Şahin, 2018). Bu araştırmada görüşme tekniklerinden biri olan yapılandırılmış görüşme kullanılmıştır. Yapılandırılmış görüşmede, tüm katılımcılara araştırma konusuna ilişkin önceden belirlenmiş aynı sorular, aynı sırada ve aynı biçimde sorulmaktadır (Gürbüz ve Şahin, 2018). Katılımcılar amaçlı örnekleme yöntemi ile seçilmiştir. İstanbul Gedik Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Etik Kurulundan 107-E-165850 numaralı etik onay alınmıştır. Etik onay ve izinleri sonrası görüşmeler yapılmış ve araştırma süresince gönüllü katılımcılarla, sessiz ve dikkatlerini dağıtmayacak alanlarda yapılmıştır.

Araştırma Grubu

Araştırma grubunu, 16 ve 17 yaşlarında (U16 ve U17) futbol liginde forma giyen ortalama 3 yıl tecrübeye sahip olan 5 amatör futbolcu oluşturmuştur. Bu araştırmada, katılımcı seçiminde takım başarısını etkileyen faktörleri belirleyebilmek için en verimli bilgiyi yansıtabilmesi amacıyla, örneklem seçiminde amaçlı örnekleme yöntemi ile seçilmiştir.

Veri Toplama Araçları

Veri toplama araçları olarak sporcuların psikolojik durumlarını ortaya koymak için nitel araştırma yöntemlerinden görüşme ile performans profillemesi (Butler ve Hardy, 1992) ve antrenör-sporcu ilişkisinde sporcunun antrenörüne yönelik algılarını ortaya koymak için metafor analizinden yararlanılmıştır. Metafor ifadeleri araştırmacılar tarafından alan uzmanlarına danışılarak geliştirilmiştir.

Verilerin Analizi

Performans profili oluşturma, sporcu performans geliştirme temeline oturtmayı amaç edinen bir değerlendirme stratejisi olduğu belirtilmiştir (Butler ve Hardy, 1992). Bu araştırmada yapılan performans profillemesinin de bu tanımdan destek alarak izlediği yol ilk olarak performans profilinin ne olduğu ve bu duruma uygun kavramlar, birebir görüşmeler ile sporculara açıklanmıştır. Kavramların anlaşılmasından sonra ilk uygulamada belirlenen kavramlar, performans profili diyagramına yerleştirilmiştir. Daha sonra katılımcılardan sorulan kavramın performans üzerinde ne kadar önemli olduğu ve bu kavramların kendileri üzerinde ne kadarının var olduğuna yönelik 1 ile 10 puanları arasında değerlendirilmesi istenmiştir. Son olarak sporcu ve antrenörler tarafından antrenman metotlarının tartışılabileceği, öncelik sırasına koyabileceği algılanan güçlü ve zayıf yönleri hakkında yararlı bir görsel görüntünün oluşturulabileceği bir ölçüm olan performans profilleri ortaya çıkarılmıştır. Araştırmada U16-U17 seviyesinde futbol oynayan sporcuların performans profili diyagramı oluşturulduktan sonra 1-10 arası verilen puanlama sisteminde sporculardan alınan puanlar doğrultusunda tutarsızlık puanları bulunmuştur. Bu puanlama belirlenen özelliklere yönelik, Sporcu tarafından algılanan önem seviyesi (AÖS)- Sporcunun kendini değerlendirmesi (SKD) şeklinde bulunmaktadır (Mackenzie, 2003). Hesaplanan tutarsızlık puanlarının düşük olması olumludur, tutarsızlığın az olduğunu gösterir.

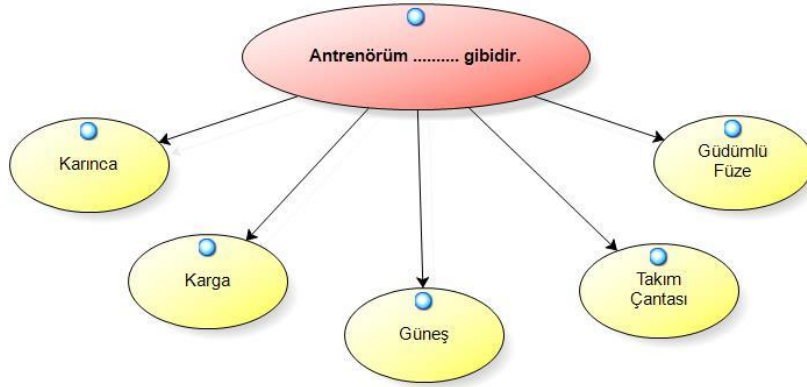
Katılımcıların antrenör-sporcu ilişkisine yönelik algılarının belirlenmesi için nitel yöntemlerden olan metafor içerik analizinden yararlanılmıştır. İçerik analizinde asıl amaç, elde edilen verileri açıklayabilecek kavramlar ve ilişkileri belirlemektir (Yıldırım ve Şimşek, 2005). Araştırmacılar bu amaç doğrultusunda, elde edilen verilerin ilk olarak kavramların

oluşturulması, daha sonra da oluşturulan kavramlara göre veriyi açıklayan temaların ortaya konulması gerektiğini belirtmektedirler (Karaçam ve Aydın, 2014). Böylelikle bu çalışmada verilerin analizinde öncelikli olarak metaforik yapıya uymayan ya da boş bırakılan verileri elemek için metaforlar incelenmiştir. Asıl kodlama ise ikinci aşamada yapılmıştır. Bu aşamada literatürde antrenör kavramına yönelik tanımlanmış kavramsal kategoriler ele alınmıştır. Bu kategoriler doğrultusunda bir kodlama listesi oluşturulmuştur. Üçüncü aşamada ise ulaşılan bulguların geçerlik ve güvenilirliği incelenmiştir. Güvenirlik boyutuna yönelik araştırmada kodlama yapanlar arasında verilen kodların tutarlılığına bakılmıştır. Bu bakımdan iki kodlayıcının verdiği kodlar, spor bilimleri alanında çalışan ve nitel araştırma deneyimine sahip akademisyenler tarafından değerlendirilmiştir. Kodların tutarlılığını hesaplamak için Miles ve Huberman (1994) tarafından tanımlanan yaklaşım ele alınmıştır. Bu yaklaşıma göre kodlayıcılar arasındaki tutarlık=ortak kod sayısı/ (ortak kod sayısı + farklı kod sayısı) formülü ile hesaplanmaktadır. Bu çalışmada kodlayıcılar arasındaki tutarlık katsayısı %95 olarak bulunmuştur. Miles ve Huberman (1994), nitel çalışmalarda kodlayıcıların verdikleri kodlar arasında %90 ile üzerinde tutarlılığın olması durumunda araştırma sonuçlarının güvenilir olduğunu belirtmişlerdir. Metafor algılarının modellenmesi ise Nvivo10 nitel araştırma analiz programı kullanılmıştır.

BULGULAR

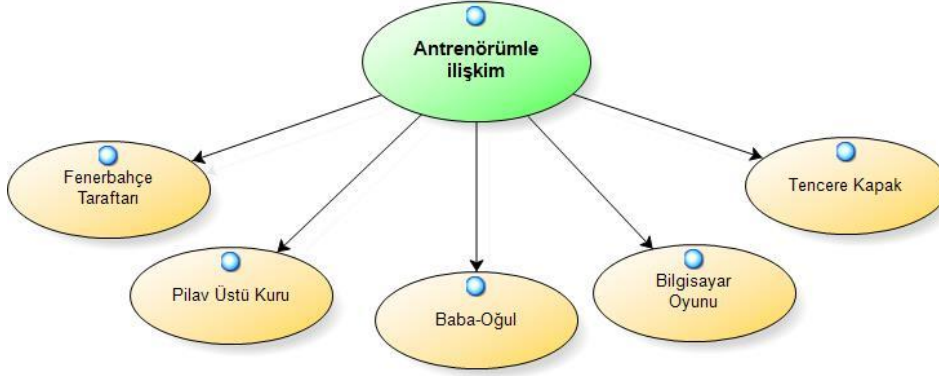
Bu araştırmanın örneklem grubunu; biri 16 ve dördü 17 yaşında olmak üzere toplam beş sporcu oluşturmuştur. Araştırmanın bulgularına bakıldığında ise sporcular tarafından verilen cevapların metafor modellemesi ve performans profilleri ortaya konulmuştur.

Şekil 1. Sporcuların antrenörlerine yönelik vermiş oldukları cevaplara göre metafor modellemesi



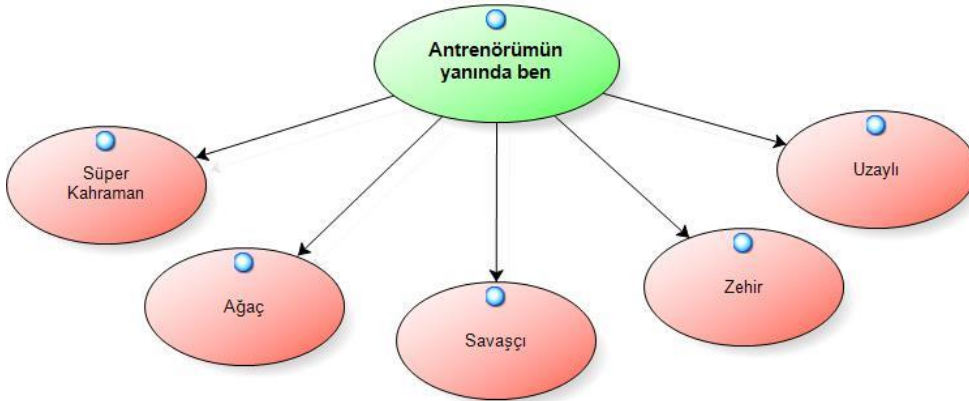
Katılımcıların antrenörlerini benzettikleri metaforik algıları Şekil 1.'de gösterilmiştir. Katılımcı görüşlerine göre: Karıncı: Bizi çok çalıştırır (K1). Karga: O çok akıllı ve yaşlıdır (K4). Güneş: Bize çok faydalıdır (K2). Takım Çantası: Her şey onda mevcuttur (K3). Güdümlü Füze: Hedeflerimize ulaştırır (K5).

Şekil 2. Sporcuların antrenörleri ile ilişkilerine yönelik algılarına vermiş oldukları cevaplara göre metafor modellemesi



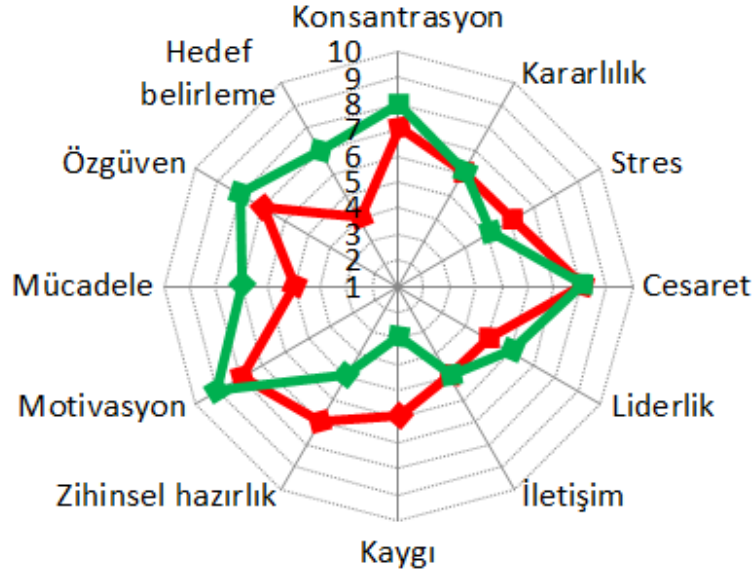
Katılımcıların antrenörleri ile ilişkilerini benzettikleri metaforik algıları Şekil 2.'de gösterilmiştir. Katılımcı görüşlerine göre: Fenerbahçe Taraftarı: Her koşulda sever ve destekler (K3). Pilav Üstü Kuru: Birbirlerini tamamlar (K5). Baba-Oğul: Birbirini anlar ve ona göre davranır (K2). Bilgisayar Oyunu: Ben oynamayı severim (K1). Tencere Kapak: Birbirimizi tamamlarız (K4).

Şekil 3. Sporcuların antrenörlerinin yanında kendilerine ilişkin algılarına yönelik vermiş oldukları cevaplara göre metafor modellemesi



Katılımcıların antrenörlerinin yanında kendilerini benzettikleri metaforik algıları Şekil 3.'te gösterilmiştir. Katılımcı görüşlerine göre: Süper Kahraman: Kendimi özel hissederim (K4). Ağaç: Suladıkça büyür ve gelişir (K2). Savaşçı: Savaşır ve zafer kazanır (K3). Zehir: En etkili silahtır (K5). Uzaylı: Antrenörümünden bir şey anlamıyorum (K1).

Şekil 4. Katılımcı 1'in performans profil diyagramı



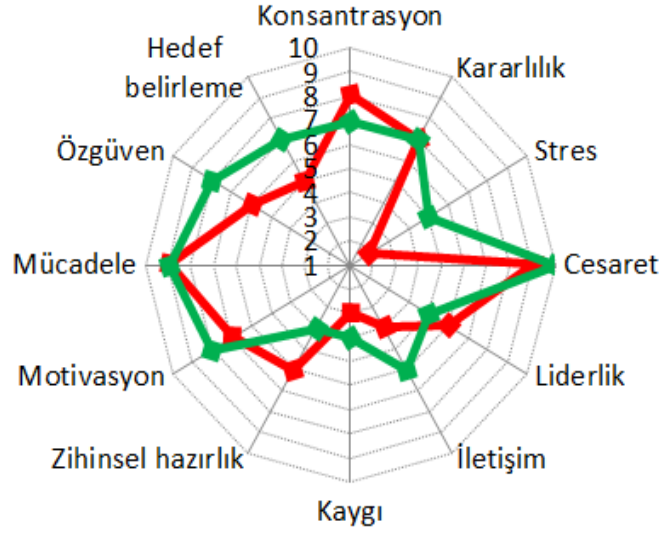
Yeşil ile belirtilen sporcunun kavrama vermiş olduğu değer, kırmızı ise kendisinde görmüş olduğu puanı belirtmektedir.

Katılımcı 1'e sorulan psikolojik kavramların sportif performans üzerinde ne kadar önemli olduğu ve bu kavramların kendileri üzerinde ne kadarının var olduğuna yönelik 1 ile 10 puanları arasında değerlendirilmesi istenmiştir (Şekil 4). Verdiği cevaplar Tablo 1'deki gibidir. K1'in tutarsızlık puanlarına bakıldığında ise en yüksek puanın kaygı yönünde olduğu görülmüştür.

Tablo 1. K1'in performans profiline verdiği cevap tablosu

Belirlenen Özellikler	Sporcu Tarafından Algılanan Seviyesi (AÖS)	Sporcunun Kendini Değerlendirmesi (SKD)	Tutarsızlık (10-SKD)xAÖS
Konsantrasyon	7	8	14
Kararlılık	6	6	24
Stres	6	5	30
Cesaret	8	8	16
Liderlik	5	6	20
İletişim	5	3	35
Kaygı	6	3	42
Zihinsel Hazırlık	7	5	35
Motivasyon	8	9	8
Mücadele	5	7	15
Özgüven	7	8	14
Hedef Belirleme	4	3	28

Şekil 5. Katılımcı 2'in performans profil diyagramı

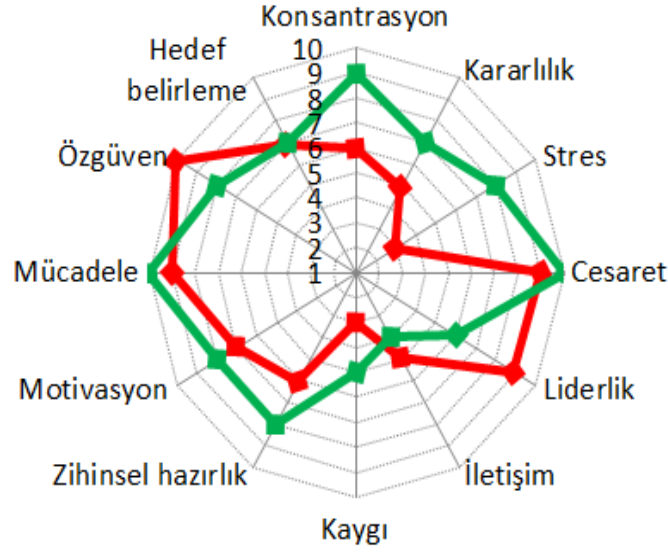


Katılımcı 2'ye sorulan psikolojik kavramların sportif performans üzerinde ne kadar önemli olduğu ve bu kavramların kendileri üzerinde ne kadarının var olduğuna yönelik 1 ile 10 puanları arasında değerlendirilmesi istenmiştir (Şekil 5). Verdiği cevaplar Tablo 2'deki gibidir. K2'nin tutarsızlık puanlarına bakıldığında ise en yüksek puanın zihinsel hazırlık yönünde olduğu görülmüştür.

Tablo 2. K2'nin performans profiline verdiği cevap tablosu

Belirlenen Özellikler	Sporcu Algılanan Seviyesi (AÖS)	Tarafından Önem	Sporunun Kendini Değerlendirmesi (SKD)	Tutarsızlık (10-SKD)xAÖS
Konsantrasyon	7		8	14
Kararlılık	7		7	21
Stres	2		5	10
Cesaret	9		10	0
Liderlik	6		5	30
İletişim	4		6	16
Kaygı	3		4	18
Zihinsel Hazırlık	6		4	36
Motivasyon	7		8	14
Mücadele	9		9	9
Özgüven	6		8	12
Hedef Belirleme	5		4	30

Şekil 6. Katılımcı 3'ün performans profil diyagramı

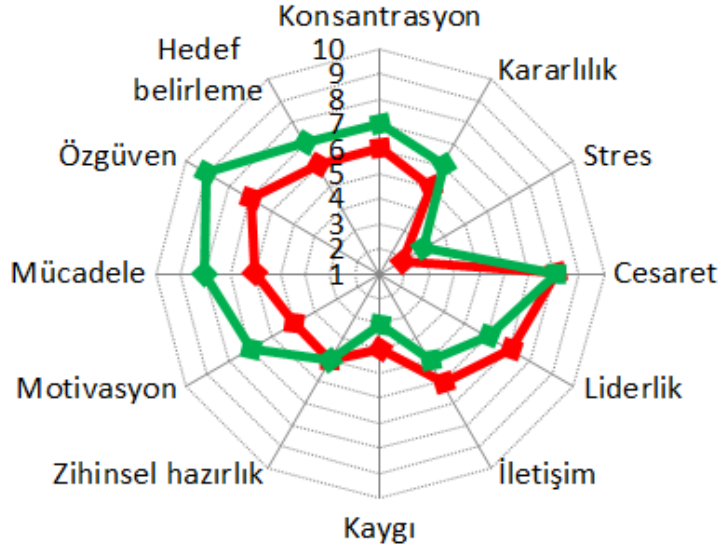


Katılımcı 3'e sorulan psikolojik kavramların sportif performans üzerinde ne kadar önemli olduğu ve bu kavramların kendileri üzerinde ne kadarının var olduğuna yönelik 1 ile 10 puanları arasında değerlendirilmesi istenmiştir (Şekil 6). Verdiği cevaplar Tablo 3'teki gibidir. K3'ün tutarsızlık puanlarına bakıldığında ise en yüksek puanın liderlik yönünde olduğu görülmüştür.

Tablo 3. K3'ün performans profiline verdiği cevap tablosu

Belirlenen Özellikler	Sporcu Tarafından Algılanan Önem (AÖS)	Sporcunun Kendini Değerlendirmesi (AKD)	Tutarsızlık (10-AKD)xAÖS
Konsantrasyon	6	9	6
Kararlılık	5	7	15
Stres	3	8	6
Cesaret	9	10	0
Liderlik	9	6	36
İletişim	5	4	30
Kaygı	3	5	15
Zihinsel Hazırlık	6	6	24
Motivasyon	7	8	14
Mücadele	9	10	0
Özgüven	10	8	20
Hedef Belirleme	7	5	35

Şekil 7. Katılımcı 4'ün performans profil diyagramı

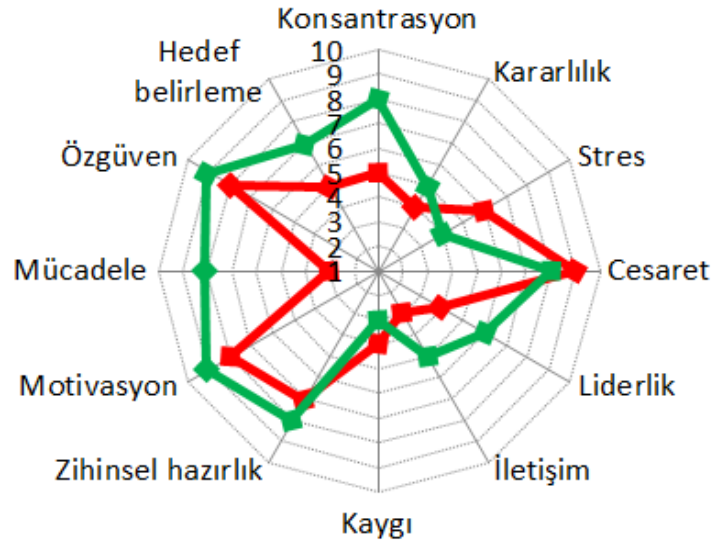


Katılımcı 4'e sorulan psikolojik kavramların sportif performans üzerinde ne kadar önemli olduğu ve bu kavramların kendileri üzerinde ne kadarının var olduğuna yönelik 1 ile 10 puanları arasında değerlendirilmesi istenmiştir (Şekil 7). Verdiği cevaplar Tablo 4'teki gibidir. K4'ün tutarsızlık puanlarına bakıldığında ise en yüksek iletişim yönünde olduğu görülmüştür.

Tablo 4. K4'ün performans profiline verdiği cevap tablosu

Belirlenen Özellikler	Sporcu Tarafından Algılanan Seviyesi (AÖS)	Sporcunun Kendini Değerlendirmesi (AKD)	Tutarsızlık (10-AKD)xAÖS
Konsantrasyon	6	7	18
Kararlılık	5	6	20
Stres	2	3	14
Cesaret	8	8	16
Liderlik	7	6	28
İletişim	6	5	30
Kaygı	4	3	28
Zihinsel Hazırlık	5	5	25
Motivasyon	5	7	15
Mücadele	6	8	12
Özgüven	7	9	7
Hedef Belirleme	6	7	18

Şekil 8. Katılımcı 5'in performans profil diyagramı



Katılımcı 5'e sorulan psikolojik kavramların sportif performans üzerinde ne kadar önemli olduğu ve bu kavramların kendileri üzerinde ne kadarının var olduğuna yönelik 1 ile 10 puanları arasında değerlendirilmesi istenmiştir (Şekil 8). Verdiği cevaplar Tablo 5'teki gibidir. K5'in tutarsızlık puanlarına bakıldığında ise en yüksek puanın stres yönünde olduğu görülmüştür.

Tablo 5. K5'in performans profiline verdiği cevap tablosu

Belirlenen Özellikler	Sporcu Tarafından Algılanan Seviyesi (AÖS)	Tarafından Önem	Sporcunun Kendini Değerlendirmesi (SKD)	Tutarsızlık (10-SKD)xAÖS
Konsantrasyon	5		8	10
Kararlılık	4		5	20
Stres	6		4	36
Cesaret	9		8	18
Liderlik	4		6	16
İletişim	3		5	15
Kaygı	4		3	28
Zihinsel Hazırlık	7		8	14
Motivasyon	9		8	18
Mücadele	3		8	6
Özgüven	8		9	8
Hedef Belirleme	5		7	15

TARTIŞMA VE SONUÇ

Araştırmaya katılan U17 takımı sporcularının belirtilen 3 farklı ifadeye yönelik metaforik algıları; “antrenörüm gibidir.” cümlesine karşılık karınca, karga, güneş, güdümlü füze, takım çantası olarak belirtilmiştir. Buradan da katılımcıların antrenörlerine güvendikleri, yol gösterici, işlevsel olmayı, sorun çözmeye yardımcı oldukları sonucuna ulaşılabilir. “Antrenörümle aramdaki ilişki gibidir.” ifadesine katılımcılar Fenerbahçe taraftarı, pilav üstü kuru, baba-oğul, bilgisayar oyunu, tencere kapak olarak cevap vermişlerdir. Buradan da katılımcıların antrenörleri ile aralarındaki ilişkiyi düzenli, destekleyici, uyumlu ve samimi gördükleri sonucuna ulaşılabilir. “Antrenörüm yanında ben gibiyimdir.” ifadesine karşılık katılımcılar savaşı, zehir, uzaylı, ağaç ve süper kahraman olarak cevap vermişlerdir.

Buradan da antrenörlerinin yanında kendilerini özgüvenli, geliştirilebilir, hedef odaklı ve yabancı gördükleri sonucuna ulaşılabilir.

Katılımcıların performans profillerinin incelemesi sonucunda konsantrasyon duygusuna yönelik değerlendirmelerinde K1'in kendisinde görmüş olduğu değer 7 ve bu duygu için vermiş olduğu önem derecesi 8; kaygı duygusuna yönelik değerlendirmelerinde kendisinde görmüş olduğu değer 6 ve bu duyguya yönelik vermiş olduğu önem derecesi 3; stres duygusuna yönelik değerlendirmelerinde ise kendisinde görmüş olduğu değer 6 ve bu duyguya vermiş olduğu önem derecesi 5'tir. Metaforik algılarına yönelik sorular incelendiğinde K1'in "uzaylı" metaforunu belirtmesi; spor ortamında ve antrenörünün yanında görevleri ve kavramları anlamadığı; konsantrasyonunun, kaygı ve stres düzeyinin olumsuz yönde etkilendiği sonucunu doğurabilir. Bu yönde bu katılımcının bu konsantrasyon, kaygı ve stres duygu durumlarının optimal seviyeye getirilip dengelenmesi gerekebilir.

Katılımcıların performans profillerinin ve tutarsızlık puanlarının incelenmesi sonucunda K1'in en yüksek puana kaygı yönünden sahip olduğu görülmüştür. Kaygı puanından sonra puanlara bakıldığında ise iletişim ve zihinsel hazırlık peşinden gelir. Bu bağlamda K1'in vermiş olduğu metafor ifadeleri incelendiğinde "Antrenörümün yanında ben uzaylı gibiyim. Antrenörümden bir şey anlamıyorum." ifadesi, K1'in kendisini antrenörünün yanında yabancı hissettiği, kendisini ifade edemeyeceği düşüncesini tetikleyebileceği ve performansının düşebileceği endişesi, kaygı duygusunu yaşamasına sebep olabilir.

Performans profilleri liderlik kavramı yönündeki değerlendirmeler incelendiğinde K2'nin kendisinde görmüş olduğu değer 6 ve bu kavram için vermiş olduğu önem derecesi 5'tir. Bu yönde belirtmiş olduğu "güneş" metaforu; ışık yayıcı, yön gösterici olarak değerlendirdiği sonucuna ulaşılabilir. Bu yönde katılımcının liderlik kavramına yönelik duygu durumlarının optimal seviyeye getirilip dengelenmesi gerekebilir.

Performans profilleri zihinsel hazırlık kavramı yönündeki değerlendirmeler incelendiğinde K2'nin kendisinde görmüş olduğu değer 6 ve bu kavram için vermiş olduğu önem derecesi 8'dir. Bu yönde belirtmiş olduğu "ağaç" metaforunu belirtmiş olması; büyüme ve gelişme olarak değerlendirmiş olduğu sonucunu doğurabilir. Bu yönde katılımcının zihinsel hazırlık kavramını geliştirebilme, bunun farkında olmasına yönelik duygu durumlarının optimal seviyeye getirilip dengelenmesi gerekebilir.

K2'nin performans profili ve tutarsızlık puanları incelendiğinde zihinsel hazırlık yönünden en yüksek puana ulaşıldığı görülmüştür. Zihinsel hazırlığı, liderlik ve hedef belirleme takip etmiştir. K2'nin vermiş olduğu metafor cevaplarına bakıldığında "Antrenörümle ilişkim baba-oğul gibidir. Ona göre davranırız." ifadesi, K2'nin antrenörünü baba olarak gördüğü ve baba rolünün korumacı, hataları çözümleyici bir kalkan görevinde olması düşüncesi nedeniyle zihinsel hazırlık ve başa çıkma stratejileri sürecini arka plana atmış olabileceği düşünülebilir.

Yine performans profilleri açısından kararlılık, mücadele, cesaret ve özgüven duygusuna yönelik değerlendirmeler incelendiğinde K3'ün kararlılık duygusuna yönelik kendisinde görmüş olduğu değer 5 ve bu duygu için vermiş olduğu önem derecesi 7; mücadele duygusuna yönelik kendisine görmüş olduğu değer 9 ve bu duygu için vermiş olduğu değer 10; cesaret duygusuna yönelik kendisinde görmüş olduğu değer 9 ve bu duyguya vermiş olduğu önem derecesi 10; özgüven duygusuna yönelik kendisinde görmüş olduğu değer 10 ve bu duyguya vermiş olduğu değer 8 olarak görülmüştür. Vermiş olduğu "savaşçı" metaforu; kararlılık, mücadele ve özgüven duyguları kendisinde barındırdığı sonucunu doğurabilir. Bu yönde

katılımcının kararlılık, mücadele ve özgüven duygu durumlarının optimal seviyeye getirilip dengelenmesi gerekebilir.

K3'ün performans profili ve tutarsızlık puanları incelendiğinde liderlik yönünden en yüksek puana ulaşıldığı görülmüştür. Liderliği, hedef belirleme takip etmiştir. Bu bağlamda K3'ün belirttiği metaforlar incelendiğinde “Antrenörümle aramdaki ilişki Fenerbahçe Taraftarı gibidir. Her koşulda sever ve hatalı da olsam destekler.” ifadesi antrenörünün hatalı oyunlarında belirli bir hedef yaratmadığı ve yine K3'ün “Antrenörümün yanında ben savaşçı gibiyimdir. Savaşır ve zafer kazanırım.” metaforu bu hedefin olmamasına rağmen antrenöründeki liderliği ele geçirip savaştığı durumunu ortaya koyabilir.

Performans profilinde, özgüven kavramı yönündeki değerlendirilmeler incelendiğinde K4'ün kendisinde görmüş olduğu değer 7 ve bu kavram için vermiş olduğu önem derecesi 9 şeklinde görülmüştür. Bu bağlamda bakıldığında K4'ün “süper kahraman” metaforu kendini özel, kararlarından emin ve hedef odaklı olduğu sonucunu doğurabilir. Bu yönde katılımcının özgüven kavramını geliştirebilme, bunun farkında olmasına yönelik duygu durumlarının optimal seviyeye getirilip dengelenmesi gerekebilir.

K4'ün performans profili ve tutarsızlık puanları incelendiğinde iletişim yönünden en yüksek puana ulaşıldığı görülmüştür. İletişimi, kaygı ve liderlik takip eder. K4'ün vermiş olduğu metaforlar incelendiğinde “Antrenörüm karga gibidir. O çok akıllı ancak o yaşlıdır.” ifadesi K4'ün antrenörüyle olan iletişiminin düşük olmasının sebebinin yaş farkından kaynaklanabileceği sonucunu doğurabilir.

Hedef belirleme kavramı yönündeki değerlendirmeler incelendiğinde K5'in kendisinde görmüş olduğu değer 5 ve bu kavram için vermiş olduğu önem derecesi 7 şeklindedir. Bu bağlamda bakıldığında K5'in “güdümlü füze” metaforu hedef belirleme, belirlenen hedefe ulaşma ve bu yönde yapılan çalışmalara yön verme olarak anlamlandırdığı sonucuna ulaşılabilir.

K5'in performans profili ve tutarsızlık puanları incelendiğinde stres yönünden en yüksek puana sahip ulaşıldığı görülmüştür. Stresi, kaygı ve liderlik takip eder. K5'in vermiş olduğu metaforlara bakıldığında “Antrenörüm güdümlü füze gibidir.” ifadesi, K5'in antrenörünü son derece hedef odaklı, “Antrenörümün yanında ben zehir gibiyim.” ifadesi ile de antrenörünün yanında kendini güçlü bir silah olarak gördüğünü göstermektedir. Bu durum sporcuda doğal olarak aşırı strese ve kaygıya, kendini antrenörüne yetismeye ve tamamlamaya çalışıyor gibi hissetmesine neden olabilir. Hatta bu benzetmelerde antrenörün yönlendirici rolü yerine, güçlü bir rakip gibi görülmesi oyuncuya liderlik edilmesi açısından da eksiklik yaşadığını düşündürmektedir.

Bulgular, kişisel yapılandırma kuramını destekler niteliktedir. Sporcular, antrenörleri ile ilişkilerini göz önünde tutarak, kendilerini ve performans göstergelerini değerlendirme eğilimindedirler.

Bu çalışmada, performans geliştirme temeline kişisel olarak sporcuyu yerleştirmeyi amaçlayan bir değerlendirme stratejisi şeklinde belirtilmiş olan performans profillemeye prosedürü, antrenmanlarda ve saha uygulamalarında bu yöntemin çıktıları performans geliştirmeye yönelik bir veri olarak değerlendirilmelidir. Böylelikle sporcu profillerinin antrenör tarafından değerlendirilmesinin sağlanacağı bir veri kaynağı olarak kullanılması

sağlanacak, antrenör-sporcu ilişkisinde kuvvetlendirici bir bağ olabileceği düşünülmektedir. İletişim aracı olarak kullanılacak bir araç halinde sunulacaktır.

Performans profilleri ile sporcuların performans takipleri sağlanabilir. Kulüplerin sporcu dosyalarında elde edecekleri bu profiller ile verilerin toplanmasında kolaylık sağlanacak, geçmiş veriler ile karşılaştırılıp şimdiki profilleri ve algılarına yönelik antrenman modellerinin oluşturulmasına katkı sağlanacak bu yönde spor bilimleri alanında önemli bir araç olabileceği söylenebilir. Maliyetinin düşük olması sebebiyle yaygınlaştırılmasıyla beraber spor kulüpleri ve federasyonlara ekonomik olarak etkisinin olumlu olacağı düşünülmektedir.

İleride yapılacak araştırmalara öneri olarak katılımcı sayısının artırılması, sporculara sorulan metaforik ve psikolojik performansla yönelik duygu durumlarını antrenöre de sorarak daha kapsamlı bir hale getirilmesi ve elde edilen sonuçlara yönelik spor psikologları ile fikir alışverişlerinin yapılması sunulabilir. Çalışmalarda metafor analizleriyle birlikte performans profillerinin kullanılması, sporcunun kendisini değerlendirmesini sağlarken aynı zamanda öz-farkındalığı arttırabilir. Sporcunun gelişimi için sporcu motive ederken hedef belirlemelerinde yardımcı olabilir. Sporcuların kendi performanslarının değerlendirmesini sağlayarak optimal performansla ulaşmasında yardımcı olabilir.

KAYNAKLAR

Altunışık, R., Coşkun, R., Bayraktaroğlu, S., Yıldırım, E. (2010). *Sosyal bilimlerde araştırma yöntemleri SPSS uygulamalı*. Sakarya: Sakarya Yayıncılık.

Asakawa, K. (2004). Flow experience and autotelic personality in Japanese college students: How do they experience challenges in daily life? *Journal of Happiness studies*, 5(2), 123-154. doi: 10.1023/B:JOHS.0000035915.97836.89

Aşçı, F. H., Çağlar, E., Eklund, R. C., Altıntaş, A., Jackson, S. (2007). Durumluk ve sürekli optimal performans duygu durum-2 ölçekleri'nin uyarlama çalışması. *Spor Bilimleri Dergisi*, 18(4), 182-196.

Butler, R.J., Hardy, L. (1992). The performance profile: Theory and application. *The Sport Psychologist*, 6, 253-264. doi: 10.1123/tsp.6.3.253

Butler, R. (1997). Performance profiling: Assessing the way forward. *Sports Psychology in Performance*, 33-48.

Butler, R. J., Smith, M., Irwin, I. (1993). The performance profile in practice. *Journal of Applied Sport Psychology*, 5, 48-63. doi: 10.1080/10413209308411304

Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The psychology of optimal experience*. New York: Harper & Row, 1st ed, s: 71-95.

Dale, G.A., Wrisberg, C.A. (1996). The use of a performance profile technique in a team setting: Getting the athletes and coach on the 'Same Page'. *The Sport Psychologist*, 10, 26-277. doi:10.1123/tsp.10.3.261

Doyle, J., Parfitt, G. (1997). Performance profiling and construct validity. *The Sport Psychologist*, 11, 411-425. doi: 10.1123/tsp.11.4.411

D'Urso, V., Petrosso, A., Robazza, C. (2002). Emotions, perceived qualities, and performance of rugby players. *The Sport Psychologist*, 16, 173-199.

Erkal, M. (1992). *Sociological view of sport*. Istanbul: Filiz Publisher; 97-130.

Gould, D., Udry, E. (1994). Psychological skills for enhancing performance: Arousal regulation strategies. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 26, 478-485. doi: 10.1249/00005768-199404000-00013

- Gürbüz, S., Şahin, F. (2018). *Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri Felsefe-Yöntem-Analiz*. Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Hanin, Y. L. (1997). Emotions and athletic performance: Individual Zones of Optimal Functioning model. *European Yearbook of Sport Psychology, 1*, 29-72.
- Hanin, Y. L. (2000). *Emotions in sport*. Champaign, Illinois: Human Kinetics.
- Hanin, Y. L., Stambulova, N. B., Lukkarila, J., Tummavuori, M. (2000). Performance related states: A metaphoric description. *A paper presented at the 5th Annual Congress of the European College of Sport Science*, Finland, Jyväskylä.
- Hanin, Y. L., Stambulova, N. B. (2002). Metaphoric description of performance states: An application of the IZOF model. *Sport Psychologist, 16*(4), 396-415.
- İkizler, C., Karagözoğlu, C. (1997). *Sporda başarının psikolojisi*. İstanbul: Alfa Basın Yayın Dağıtım.
- Jones, G. (1993). The Role of performance profiling in cognitive behavioral interventions in sport. *The Sport Psychologist, 7*, 160-172.
- Karaçam, S., Aydın, F. (2014). Ortaokul öğrencilerinin teknoloji kavramına ilişkin algılarının metafor analizi. *Gaziantep University Journal of Social Sciences, 13*(2), 545-572.
- Karataş, Z. (2015). Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri. *Manevi Temelli Sosyal Hizmet Araştırmaları Dergisi, 1*(1), 62-80.
- Kelly, G.A. (1955). *The psychology of personal constructs*. Vols. I ve II. New York: Norton.
- Kivikanvas J.M. (2006). *Psychophysiology of flow experience: an explorative study*. Yüksek lisans tezi, Helsinki Üniversitesi, Spor Psikolojisi Bölümü.
- Mackenzie, B. (2003). Performance profiling. (WWW) Erişim adresi: <https://www.brainmac.co.uk/perprofil.htm> (13/05/2019).
- Miles, M.B., Huberman, A.M. (1994). *Qualitative data analysis* (2. baskı). Thousand Oaks, CA: SAGE.
- Moneta GB. (2004). The flow experience across cultures. *Journal of Happiness Studies, 5*(2), 115–121.
- Murphy, S. M., Jowdy, D. P. (1992). Imagery and mental practice. In T. S. Horn (Ed.), *Advances in sport psychology*, 221–250.
- Özdemir, M. (2010). Nitel veri analizi: sosyal bilimlerde yöntem bilim sorunsalı üzerine bir çalışma. *Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 11*(1), 323- 343.
- Ravizza, K. (2010). Increasing awareness for sport performance. In J.M. Williams (Ed.), *Applied sport psychology: Personal growth to peak performance 6*, 189-200.
- Vanak, M. J. (1970). *Brajit; Psychology and the superior athlete*. London.
- Weston, N.J.V., Greenlees, I.A., Thelwell, R.C. (2010). Applied sport psychology consultant perceptions of the usefulness and impacts of performance profiling. *International Journal of Sport Psychology, 41*, 360-368.
- Weston, N.J.V., Greenlees, I.A., Thelwell, R.C. (2011). Athlete perceptions of the impacts of performance profiling. *International Journal of Sport and Exercise Psychology, 9*, 173-188.
- Yıldırım, A., Şimşek, H. (2005). *Qualitative research methods in social sciences*. Ankara: Seçkin Publishing.