

Sporcularda Benlik Saygısı ve Tutkunluğun Psikolojik Sağlamlığı Yordama da ki Rolü: Bir Yapısal Eşitlik Modeli Uygulaması

Nazmi Bayköse¹, Selma Civar Yavuz², Pakize Keskin³, Mustafa Kılınç⁴

Özet

Amaç: Bu çalışmanın amacı benlik saygısı ve tutkunluğun, sporcularda psikolojik sağlamlığı yordama da ki rolünün belirlenmesidir.

Materyal ve Yöntem: Çalışmaya bireysel ve takım sporlarıyla uğraşan 105 kadın ($\bar{x}_{yaş}=19,50\pm 1,45$) ve 132 erkek ($\bar{x}_{yaş}=21,27\pm 2,76$) toplam 237 ($\bar{x}_{yaş}=20,49\pm 2,44$) üniversiteli sporcu katılmıştır. Sporculara “Kişisel Bilgi Formu”, “Sporda Tutkunluk Ölçeği”, “Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği” ve “Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği” uygulanmıştır. Sporcularda psikolojik sağlamlık ile benlik saygısı ve tutkunluk düzeyi arasındaki ilişkiyi modellemek amacıyla tanımlayıcı istatistikler ve “Yapısal Eşitlik Modellemesi” (YEM) tekniği kullanılmıştır. Araştırmanın sonuçlarına göre ilgili bulgular aşağıda belirtilmiştir.

Bulgular: AMOS programı kullanılarak oluşturulan yapısal eşitlik modellemesi sonuçlarına göre, psikolojik sağlamlık ile benlik saygısı arasındaki regresyon katsayısı 0,58 ($p<0,001$), psikolojik sağlamlık ile uyumlu tutkunluk arasındaki regresyon katsayısı 0,56 ($p<0,001$), psikolojik sağlamlık ile takıntılı tutkunluk arasındaki regresyon katsayısı -0,34 ($p<0,001$),’tür.

Sonuçlar: Sonuç olarak, psikolojik sağlamlık ile benlik saygısı ve uyumlu tutkunluk arasında anlamlı pozitif bir ilişki olduğunu söyleyebiliriz. Dahası ise psikolojik sağlamlık ile takıntılı tutkunluk arasında anlamlı negatif bir ilişki olduğunu söyleyebiliriz.

Anahtar Kelimeler

Psikolojik sağlamlık,
Benlik saygısı,
Tutkunluk,

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 07.07.2017
Kabul Tarihi: 27.11.2017
Online Yayın Tarihi: 20.12.2017

DOI: 10.18826/useeabd.327186

The Role of Self-Esteem and Passion in Determining Resilience in Athletes: An Application of Structural Equation Modelling

Abstract

Aim: The aim of this study was to investigate the role of self-esteem and passion in determining resilience in athletes.

Material and Methods: 105 females ($\bar{x}_{age}=19.50\pm 1.45$) and 132 males ($\bar{x}_{age}=21.27\pm 2.76$) totally 237 ($\bar{x}_{age}=20.49\pm 2.44$) university athletes voluntarily participated in this study. “Personal Information Form”, “Sport Passion scale”, “Rosenberg Self-Esteem Scale” and “Brief Resilience Scale” were administered to athletes. Descriptive analysis and “Structural Equation Modelling (SEM)” were used to test the relationships among resilience with self-esteem, obsessive and harmony passion level in athletes. According to the research results, concerned findings are listed below.

Results: According to the results of modelling which was conducted by structural equation modelling (SEM) using AMOS, regression coefficient were 0.58 ($p<0.001$) for resilience and self-esteem, 0.56 ($p<0.001$) for resilience and harmony passion, -0.34 ($p<0.001$) for resilience and obsessive passion.

Conclusion: In conclusion, there was a significant positive relationship among resilience, self-esteem and harmony passion. Furthermore, in conclusion, there was a significant negative relationship among resilience and obsessive passion.

Keywords

Resilience,
Self-esteem,
Passion,

Article Info

Received: 07.07.2017
Accepted: 27.11.2017
Online Published: 20.12.2017

DOI: 10.18826/useeabd.327186

GİRİŞ

Günümüzde spor ortamlarında performansın psikolojik etkenleri merak uyandırmaktadır. Çünkü spor psikolojisi alanında araştırma yapan birçok araştırmacı iyi performansın önündeki engellerin belirlenmesi (Altıntaş & Akalan, 2008; Bilge, 1992; Civan, Arı, Görücü, & Özdemir, 2010) ya da kaldırılması üzerine araştırmalar yaparken, diğer yandan birçok araştırmacı da iyi performansı kolaylaştıran ve artıran psikolojik faktörler üzerine araştırmalar yapmaktadır (Adiloğulları ve Gencay, 2016; Altıntaş, Kelecek, & Aşçı 2013; Baştuğ, Özcan, Gültekin, ve Günay, 2016; Bayköse, Civar

The role and contributions of each authors as in the section of IJSETS Writing Rules “Criteria for Authorship” is reported that: 1. Author: 3,4,5,6,7,8; 2. Author: 1,2, 4,5,6,7,8; 3. Author: 1,2,4,5; 4. Author: 2,4,5

¹Corresponding Author: Akdeniz Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Antalya/Türkiye, nazmibaykose@akdeniz.edu.tr

²Akdeniz Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Antalya/Türkiye, s.civar@akdeniz.edu.tr

³Akdeniz Üniversitesi Edebiyat Fakültesi, Antalya/Türkiye, pakizekeskin97@gmail.com

⁴Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Fakültesi, Burdur/Türkiye, mkilinc@maku.edu.tr

Yavuz, Çoban, Şahan ve Certel, 2016; Nergiz, Bayköse ve Yıldız, 2015; Soytürk, Tepeköylü Öztürk, Topuz ve Yetim, 2015).

Son dönemlerde özellikle psikoloji alanında pozitif psikoloji yaklaşımının araştırmacılar ve uygulamacılar tarafından benimsenmesi ve elde edilen olumlu kanıtsal bulgular bu araştırmanın tasarlanmasına öncülük etmiştir. Bu çerçevede bu araştırmanın amacı sporcularda benlik saygısı ve tutkunluğun psikolojik sağlamlığı yordamada ki rolünün incelenmesi olarak belirlenmiştir. Bu araştırmanın temel alanı olan spor psikolojisi alanında da pozitif psikoloji temelli araştırmalara gerek duyulmaktadır. Özellikle ülkemizde pozitif psikoloji farkındalığı ile yapılan sınırlı araştırmaların olması bu araştırmayı daha da önemli kılmaktadır. Bu bağlamda birçok araştırmacı performansın artırılması için pozitif psikoloji yaklaşımını tercih etmekte ve bu kapsamda araştırmalarına devam etmektedirler.

Araştırmamıza konu olan ilk ve belki de araştırmamızın temel bağımlı değişkeni olan psikolojik sağlamlık kavramı psikoloji literatürün de sıklıkla araştırmalara konu olmuş bir kavramdır (Gizir, 2016; Kararımak ve Çetinkaya, 2016; Şahin, Yetim ve Çelik, 2012). Psikolojik sağlamlık Murphy (1987) tarafından “bir çocuğun stresle nasıl baş ettiği ve travmadan nasıl kurtulduğu/iyileştiği ile ilgilenen genel bir kavram” olarak tanımlanmaktadır. Ayrıca psikolojik sağlamlık, “stresle pozitif başa çıkmanın sonuçları olarak ortaya çıkan uyum (adaptation), yeterlik (competence), pozitif gelişme, geleceğe yönelme ve umut ile ilgilidir”. Fraser, Richman ve Galinsky (1999) ise psikolojik sağlamlığı “zor koşullarda sıra dışı şartlara ve durumlara uyum sağlama becerisi” olarak tanımlamaktadır. Bu bağlamda psikolojik sağlamlığın araştırmamızın bağımsız değişkenlerinden birisi olan benlik saygısı ile ilişkili olduğu düşünülmektedir. Benlik saygısı kavramının işlevlerine bakıldığında pozitif benlik saygısı; kişinin bir birey olarak kendini onaylaması, kendisine değer vermesi ve aynı zamanda da kendisine güvenmesi olarak tanımlanmaktadır (Salmivalli, Kaukiainen, Lagerspetz, 1999). Aynı zamanda bireylerin sahip oldukları yüksek benlik saygısı, kendilerini olumlu olarak değerlendirdiklerine ve güçlü yönleri hakkında kendilerini iyi hissettiklerini vurgulamaktadır. Kendine güvenen kişinin zayıf ya da güçlü olduğu yönlerde kendini geliştirmeye çalışır (Pope ve McHale, 1988).

Araştırmamıza konu olan bir diğer kavram ise tutkunluktur. Sporda tutkunluk; Vallerand, Blanchard, Mageau, Koestner, Ratelle, Leonard, Gagne ve Marsolais, 2008; Vallerand, Mageau, Elliot, Dumais, Demers ve Rousseau, 2008) tarafından bireyin yapmakta olduğu spora beslediği iki tip tutkunluk kavramını içerisinde barındıran bir yapı olarak tanımlanmıştır. Bunlar uyumlu tutkunluk ve takıntılı tutkunluk yapılarıdır (Vallerand ve ark., 2003; Vallerand ve ark., 2008). Spora katılımın uyumlu bir tutkuyla desteklendiği durumlarda, katılım eylemi, eylemi gerçekleştiren sporcunun kişisel değerleri ve hayatının diğer alanları ile tamamen uyumludur yani, "oynamak isterim, çünkü etkinlik yapmaktan hoşlandığım nitelikleri yansıtır" Vallerand ve ark., (2003). Sonuç olarak, uyumlu tutkunluğun, daha kişisel bir nedensellik duygusu sağladığı söylene bilir (Vallerand ve ark., 2003; Vallerand ve ark., 2008). Takıntılı tutkunluk ise bunun tam aksine negatif psikolojik olgularla daha yakın ilişkili gibi görünmektedir (Vallerand, Rousseau, Grouzet, Dumais, Grenier ve Blanchard, 2006). Kişiliğin, birbirinden bağımsız, fakat bir bütünün iki ayrı parçası olan açık ve örtük benlik sistemlerinden oluştuğu düşüncesi son yıllarda yapılan birçok araştırmada belirtilmiştir (Buhrmester, Blanton ve Swann, 2011; Johnson ve Saboe, 2011; Lafrenière, Bélanger, Sedikides ve Vallerand, 2011; McClelland, Koestner ve Weinberger, 1989; Mischel ve Shoda, 1995; Winter, John, Stewart, Klohnen ve Duncan, 1998; Yu, Chen, Zhang ve Jin, 2015). Bu araştırmalarda araştırmacılar tarafından belirtildiği üzere, kişilerin açıkça ve örtük bir şekilde deneyimledikleri benlik algılarının hem niteliksel hem de istatistiksel olarak ayrıştığı, farklı davranışlarla ilişkili olduğu ve insan gelişiminin farklı evrelerinde farklı şekillerde edinildiği gösterilmiştir. McClelland ve diğerleri, açık benlik sistemini “kişinin kendine yüklediği ihtiyaçlar” (self-attributed needs), örtük benlik sistemini ise “örtük ihtiyaçlar” (implicit needs) olarak adlandırmıştır. Bu iki sistem yapısı itibariyle farklı ve birbirini tamamlayıcı niteliklere de sahiptir. Kişinin kendine yüklediği ihtiyaçlar kişinin kendisi ile ilgili algısını yansıtmakta olup bireyin kendini tanımlarken ve davranışlarını açıklarken başvurduğu ihtiyaç ve güdülerini kapsamaktadır. Bu bağlamda bu araştırma kapsamında yalnızca açık benlik sistemi değerlendirilmiştir. İlgili alan yazın incelendiğinde benlik saygısının psikolojik sağlamlığın pozitif yönlü bir yordayıcısı olduğuna dair birçok araştırmada görgül bulgular elde edilmiştir (Kararımak ve Çetinkaya, 2016). Lafrenière ve ark. (2011) tarafından ise açık benlik saygısının uyumlu tutkunlukla pozitif yönlü bir ilişki içerisinde olduğu yapılmış oldukları araştırma bulguları arasında yer almaktadır.

Kararırmak ve Çetinkaya, tarafından elde edilen sonuçlar kapsamında ise benlik saygısının psikolojik sağlamlığı yordamasında duygularında aracı rolünün olduğu bilgisi, bizleri araştırmamızda sınanması düşünülen modelin sınanmasına yöneltmiştir. Bu teorik temeller ile bu araştırmanın amacı; sporcularda benlik saygısı ve tutkunluğun, psikolojik sağlamlığı yordamada ki rolünün incelenmesi olarak belirlenmiştir. Araştırma amacına bağlı olarak şu hipotezler oluşturulmuştur;

Hipotez 1: Sporcuların benlik saygıları arttıkça psikolojik sağlamlıkları da artacaktır.

Hipotez 2: Sporcuların uyumlu tutkunluk düzeyleri arttıkça psikolojik sağlamlıkları da artacaktır.

Aynı zamanda araştırmamızın öneminden söz etmek gerekirse ulusal spor psikolojisi alan yazının da benlik saygısı ve tutkunluk kavramlarının psikolojik sağlamlıkla olan ilişkisini konu alan bir çalışmanın bulunmaması, bu çalışmanın önemini son derece artırmaktadır. Modelde, benlik saygısı bilişsel bir süreci temsil ederken, tutkunluk ise duygusal bir sürecin temsilcisi olarak ele alınmıştır. Yapısalcı yaklaşıma göre bireyin zihinsel yapılarının oluşumunda duygu, biliş ve davranışın önemli bir rolü vardır. Model benlik saygısı ve tutkunluğun psikolojik sağlamlığa etki ettiğini savunmaktadır.

MATERYAL ve YÖNTEM

Araştırma Grubu

Araştırma, 2016-2017 sezonunda farklı illerde düzenlenen üniversiteler arası spor müsabakalarına katılan üniversiteli sporcular örnekleminde gerçekleştirilmiştir. Araştırmaya 79'u bireysel (Güreş, Atletizm, Tekvando vb.) ve 158'i takım sporlarıyla (Voleybol, Hentbol, Basketbol vb. uğraşan, 105 kadın ($\bar{x}_{yaş}=19,50\pm 1,45$ yıl) ve 132 erkek ($\bar{x}_{yaş}=21,27\pm 2,76$ yıl) toplam 237 ($\bar{x}_{yaş}=20,49\pm 2,44$ yıl) üniversiteli sporcu katılmıştır. Sporcular farklı üniversitelerde eğitim görmekte olan ve aktif olarak spor hayatını sürdüren sporculardır. Araştırmaya katılan sporcuların spor deneyimleri 87, $27\pm 26,33$ ay olarak hesaplanmıştır. Araştırma grubunda yer alan sporcular araştırmaya gönüllü olarak katılım göstermişlerdir.

Veri Toplama Araçları

Araştırma kapsamında, sporculara, sırasıyla, “Kişisel Bilgi Formu”, “Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği”, “Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği” ve “Sporda Tutkunluk Ölçeği” uygulanmıştır.

Kişisel Bilgi Formu: Araştırmacılar tarafından sporculara ilişkin kişisel bilgilerin toplanması amacıyla oluşturulmuş olan Kişisel Bilgi Formu, sporcuların doğum tarihi ve cinsiyeti ile ilgili soruları içermektedir.

Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği: Benlik saygısı ölçeği Rosenberg (1965) tarafından geliştirilen ve Türk kültürüne adaptasyonu Çuhadaroğlu (1986) tarafından yapılan bir ölçme aracıdır. Ölçek, çoktan seçmeli 63 sorudan oluşan öz bildirim tarzı bir ölçektir. Ölçek, on iki alt boyuttan oluşmaktadır. Araştırmanın amacı doğrultusunda benlik saygısını ölçmeye yönelik olarak, ölçeğin ilk “10” maddesi kullanılmıştır. Ölçeğin kendi içindeki değerlendirme sistemine göre katılımcılar, 0 ile 6 puan arasında bir puan almaktadır. Ölçekten alınan puanın yükselmesi, benlik saygısı düzeyinin düşmesine işaret etmektedir. Bu çalışmamız için ölçeğin geçerliliği kapsamında doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Elde edilen uyum indeksi değerleri ölçeğin geçerliliği için son derece yeterli bir kanıt sağlamaktadır ($\chi^2/sd=2,28$, RMSEA=0,037, TLI=0,95, CFI=0,96).

Sporda Tutkunluk Ölçeği: Türk kültürüne adaptasyonu Keleş ve Aşçı (2013) tarafından yapılan Sporda Tutkunluk Ölçeği, Vallerand ve ark. (2003) tarafından ilgi duyulan ve katılımı sağlanan aktiviteye olan iki tip tutkunluğu (uyumlu tutkunluk ve takıntılı tutkunluk) belirlemek için geliştirilmiştir. Ölçek birbirinden farklı birçok alanda farklı aktivitelere olan tutkunluğu değerlendirmek amacı ile geliştirilmiş ve günümüzde bu kapsamda kullanılmaktadır. Tutkunluk ölçeği, uyumlu tutkunluk düzeyini belirlemek için 6 ve takıntılı tutkunluk düzeyini belirlemek için 6 madde, bireylerin yaptıkları aktiviteye olan tutkunluk düzeyini belirlemek için de 4 madde olmak üzere toplamda 16 maddeden oluşmaktadır ve 7’li Likert tipi bir ölçektir. Sporda Tutkunluk Ölçeği’nin Takıntılı tutkunluk alt boyutuna ait iç tutarlılık katsayısı 0,78 iken Uyumlu tutkunluk alt boyutuna ait iç tutarlılık katsayısı ise 0,83 olarak hesaplanmıştır. Araştırmamız kapsamında bu ölçeğin geçerliliğinin saptanması amacı ile doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Elde edilen uyum indeksi değerlerine bakıldığında ölçek geçerliliği için yeterli kanıt/kanıtların sağlandığı söylenebilir ($\chi^2/sd=2,83$, RMSEA=0,046, TLI=0,94, CFI=0,93).

Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (Kısa Versiyon): Smith, Dalen, Wiggins, Tooley, Cristopher ve Jennifer Bernard (2008) tarafından geliştirilen ölçek, bireylerin psikolojik sağlamlığını ölçebilmek amacıyla geliştirilmiştir. Türk kültürüne adaptasyonu Doğan (2015) tarafından yapılan ölçeğin, 5’li likert

tipinde, 6 maddelik, öz bildirim tarzı bir ölçme aracı olduğu söylenebilir. Ölçekte bulunan ve tersten kodlanan maddeler çevrildikten sonra, alınan yüksek puanlar, yüksek psikolojik sağlamlığa, düşük puanlar ise düşük psikolojik sağlamlığa işaret etmektedir. Doğan, tarafından gerçekleştirilen analiz sonucu, tek faktörlü bir yapıya sahip olan ölçeğin maddelerine ilişkin faktör yükleri ise, 0,63 ile 0,79 arasında bulunmuştur. Bu çalışmada ise ölçeğin geçerliliği için doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Elde edilen uyum indeksi değerleri ölçeğin geçerliliği için yeterli kanıt sağladığı söylenebilir ($\chi^2/sd=2,12$, RMSEA=0,033, TLI=0,97, CFI=0,98).

Verilerin Analizi

Sporcularda psikolojik sağlamlık ile benlik saygısı ve tutkunluk düzeyi arasındaki ilişkiyi modellemek amacıyla tanımlayıcı istatistikler ve “Yapısal Eşitlik Modellemesi” (YEM) tekniği ve tanımlayıcı istatistiksel yöntemler kullanılmıştır. YEM son yıllarda dünyada olduğu gibi ülkemizde de son derece popüler bir hale gelmiştir. Özellikle araştırmacılara sunduğu kolaylıklar bakımından ele alındığında araştırmacıların zihinlerindeki modellerin/değişkenlerin ilişkisel bağlamda gerçek dünya ile ne kadar benzer bir durumda olduğunu, zihinlerindeki ilişkisel modellerin gerçekte var olup olmadığını test etmesini sağlayan YEM son derece kullanışlı bir analiz yöntemidir. YEM’ de araştırmacı tarafından belirlenen modelin sahadan toplanan veriler ile sınanması temel amaç niteliği taşımaktadır (Meydan ve Şeşen, 2011). Bu bağlamda araştırmacı ilgilendiği değişkenlere yönelik olarak ilişkisel bir fikre sahiptir ve bu fikir genel anlamda model olarak isimlendirilebilir. YEM araştırmacının bu modelini sınamasına olanak sunan istatistiksel bir yöntemdir. YEM, kuramsal olarak oluşturularak denence ile çalışılan modelin, o model için toplanmış olan veriler için ne derecede uygun olduğuna dair değerlendirme ölçütleri, başka bir deyişle uyum indeksleri sunar (Hoyle, 1995; Raykov ve Marcoulides, 2000). Bir modelin veri uyum ya da uyumsuzluğu test sonucu ortaya konulan çeşitli uyum indeksleri değerlendirilerek yapılır (Meydan ve Şeşen, 2011). Kuramsal olarak oluşturulan modelin sınanmasıyla elde edilen uyum indeksleri oluşturulan model ile veri arasında uyum olduğunu gösteriyorsa, yapısal olarak kurulan hipotezler kabul edilmekte; uyum indeksleri böyle bir uyumun var olmadığını ortaya koyuyorsa kurulan hipotezler reddedilmektedir (Meydan ve Şeşen, 2011).

BULGULAR

Bu araştırmanın amacı, psikolojik sağlamlık faktörünün, sporsal başarının ve performansın artırılmasında etkili olan, sporcuların benlik saygısı ve tutkunluk düzeylerinin belirlenmesinde etkin/belirleyici bir rolünün olup olmadığının ortaya konmasıdır. Bu amaç doğrultusunda araştırmamızda psikolojik sağlamlık faktörü bağımsız değişken, benlik saygısı ve tutkunluk faktörleri ise bağımlı değişkenler olarak değerlendirilmiştir. Bu kapsamda bağımsız değişkenin bağımlı değişkenlere olan etkilerinin ortaya konması için bir yapısal eşitlik modelinin oluşturulması kararlaştırılmıştır. Özellikle Sosyal Bilimler alanında giderek artan yapısal eşitlik modelleri, kuramsal bir çerçeve doğrultusunda oluşturulan yapısal ilişki denklemleri ile değişkenler arasındaki ilişkilerin, yapısal olarak doğru olup olmadığının sınanmasında yaygın olarak kullanılmaktadır.

Bu çerçevede oluşturulan model ile elde edilen verilerin ne kadar uyumluluk gösterdiği, çeşitli uyum indekslerine göre değerlendirilmektedir. Yazında kabul edilen uyum indeksleri Tablo 1’de görülmektedir (Byrne, 2001; Meydan ve Şeşen, 2011; Şimşek, 2007).

Tablo 1. Yapısal Eşitlik Modelleri Uyum İndeksleri

	İyi uyum	Yeterli uyum
χ^2/sd	$0 \leq \chi^2/sd \leq 2$	$2 \leq \chi^2/sd \leq 3$
CFI	$0,95 \leq CFI \leq 1,00$	$0,90 \leq CFI \leq 0,95$
GFI	$0,95 \leq GFI \leq 1,00$	$0,90 \leq GFI \leq 0,95$
RMSEA	$0,00 \leq RMSEA \leq 0,05$	$0,05 \leq RMSEA \leq 0,08$
IFI	$0,95 \leq IFI \leq 1,00$	$0,90 \leq IFI \leq 0,95$
AGFI	$0,95 \leq AGFI \leq 1,00$	$0,90 \leq AGFI \leq 0,95$

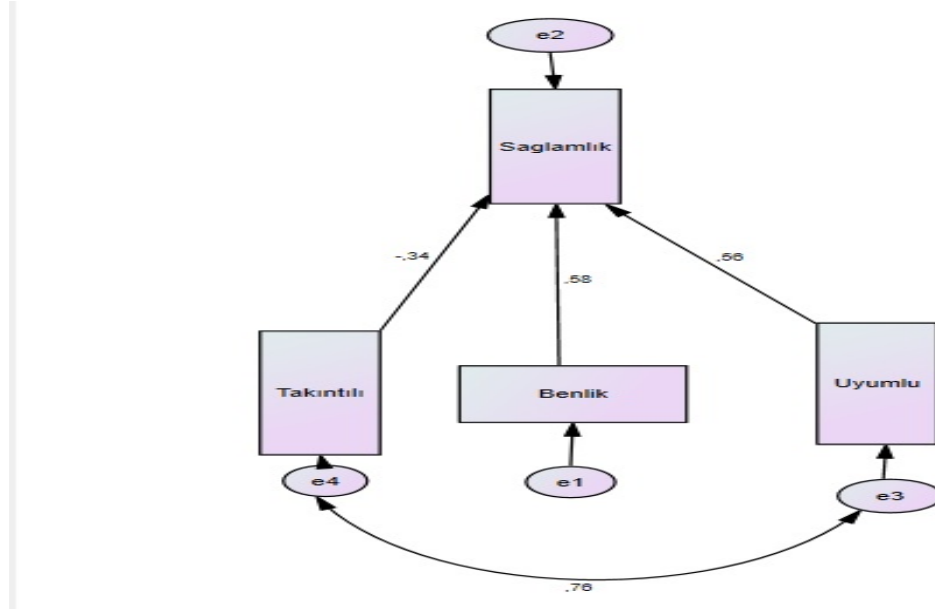
Oluşturulan model ile sahadan toplanan verilerin uyumluluğu teorik olarak kurulan model ile olan uyumluluğuna ilişkin uyum iyiliği indeksleri Tablo 2’de yer almaktadır.

Tablo 2. Yapısal Eşitlik Modeli Uyum İyiliği İndeksleri Tablosu

χ^2	Sd	χ^2/ Sd	CFI	GFI	RMSEA	IFI	AGFI
4,145	2	2,072	0,99	0,97	0,06	0,98	0,96

AMOS paket programı yardımı ile kurulan yapısal eşitlik modeli sonuçları bizlere, psikolojik sağlamlık ile benlik saygısı arasındaki regresyon katsayısının 0,58 ($p<0,001$; $t=12,399$), psikolojik sağlamlık ile uyumlu tutkunluk arasındaki regresyon katsayısının 0,56 ($p<0,001$; $t=7,863$), psikolojik sağlamlık ile takıntılı tutkunluk arasındaki regresyon katsayısının ise -0,34 ($p<0,001$; $t=-4,764$) olduğunu göstermektedir.

Modelde, Psikolojik sağlamlık bağımlı, Takıntılı tutkunluk, Uyumlu tutkunluk ve Benlik saygısı ise bağımsız değişken olarak alınmıştır. Böylece araştırmamızın birincil amacı olarak belirttiğimiz etki modeli araştırılmıştır.



Şekil 1: Sporcuların Psikolojik Sağlamlık Düzeylerinin Belirlenmesinde Benlik saygısı ve Tutkunluğun Rolüne İlişkin Diyagram

Şekil 1’de gösterilen model, SPSS AMOS 22 (Raykov & Marcoulides, 2000; Byrne, 2001) programı aracılığı ile analiz edilmiştir. Modelin sınanması sonucu elde edilen uyum indeksleri, oluşturulan modele ilişkin elde edilen değerlerim kabul edilebilir sınırlar içinde olduğu ($\chi^2=4,145$; $sd=2$); uyum iyiliği indeksi (GFI; goodness Fit Index)=0.99; karşılaştırmalı Uyum İndeksi (CFI; Comparative Fit index) =0.99; ortalama hata karakök yaklaşımı (RMSEA; root mean square error of approx)=0.06; düzeltilmiş uyum iyiliği indeksi (AGFI; adjusted goodness fit index)=0,96; fazlalık uyum indeksi (IFI; Incremental Fit Index)= 0,98) söylenebilir. Elde edilen bulgulara göre, uyumlu tutkunluk ve benlik saygısı psikolojik sağlamlık üzerinde pozitif yönlü olarak etkiliyken, takıntılı tutkunluk ise psikolojik sağlamlık üzerinde negatif yönlü bir etkiye sahiptir.

TARTIŞMA

Çalışmanın amacı, psikolojik sağlamlık faktörünün, özellikle sporsal başarının ve performansın artırılmasında etkili olan, sporcuların benlik saygısı ve tutkunluk düzeylerinin belirlenmesinde bir rolünün olup olmadığının ortaya konmasıdır.

YEM analizi ile oluşturulan modelin görünen veya görünmeyen tüm değişkenlerin birlikte test edilmesi ile elde edilen sonucun, elde edilen verilerle ne derece uyumlu olduğu ortaya konulmaktadır (Meydan ve Şeşen, 2011). Bu doğrultuda, modelin uyum iyiliği endeksleri incelendiğinde, χ^2/sd değerinin 2,072 olduğu görülmektedir. İlgili alan yazında hesaplanan ki-kare istatistik değerinin anlamlı olması ve 5’ten küçük olması modelin uyumunun kabul edilebilir, 3’ten küçük olması ise iyi uyumun olduğunu göstermektedir (Meydan ve Şeşen, 2011). Bu bağlamda elde edilen bu bulguya göre modelin uyumlu olduğu söylenebilir.

Aynı zamanda elde edilen bulgular incelendiğinde model uyumunun önemli bir göstergesi olan ve kabul edilebilir bir model için en az 0,90 seviyesinde değer göstermesi beklenen GFI değeri 0,97 olarak bulunmuştur. Bulunan GFI değerinin standart değer üzerinde olması modelin kabul edilebilir

olduğu anlamını taşımaktadır ve bu da verinin modele uyumunun genel derecesini göstermektedir (Kline, 2005). Veriler aracılığı ile elde edilen gözlemlerin modele uyumu hakkında bilgi sağlayan RMSEA, araştırmamızda 0.06 değeri ile kabul edilebilir bir uyum göstergesi olarak kabul edilebilir. Araştırma bulgularımızdan yola çıkarak sonuçların diğer uyum indekslerinden CFI için 0.99 ile iyi uyum; GFI için 0.99 ile mükemmel uyum değerlerini ortaya koymuştur. Öte yandan, 0.95 ve üzerinin iyi uyumu gösterdiği AGFI değeri 0.97, IFI ise 0.99 bulunmuştur.

Araştırma bulgularına göre, psikolojik sağlık ile benlik saygısı arasındaki regresyon katsayısı 0.58, psikolojik sağlık ile uyumlu tutkunluk arasındaki regresyon katsayısı 0.56 ve psikolojik sağlık ile takıntılı tutkunluk arasındaki regresyon katsayısı -0.34 olarak gözlemlenmiştir.

Psikolojik sağlık, bireyin olumsuz durumlar karşısında gösterdiği uyum ve başa çıkabilme becerisi olarak tanımlanmaktadır (Block ve Kremen, 1996). Bireylerde de psikolojik sağlığı ne gibi faktörlerin harekete geçirdiği ise hala araştırmacılar tarafından tartışılan ve bu kapsamda araştırmacıların ilgisini çekmeye devam eden bir konudur. İlgili alan yazın incelendiğinde yüksek düzeyde benlik saygısı, psikolojik sağlığın önemli göstergelerinden biri olarak kabul edildiği bilinmektedir (Crocker ve Park, 2004). Psikoloji alan yazınına bakıldığında psikolojik sağlık kavramının benlik saygısı (Fergusson ve Lynskey, 1996) ile ilişkili olduğu vurgulanmaktadır. Bu bağlamda bu bilgiler araştırmamızın bulgularını desteklediği söylenebilir. Diğer taraftan araştırma bulgularımız incelendiğinde psikolojik sağlık ve uyumlu tutkunluk arasında pozitif bir ilişki bulunmaktadır.

İlgili alan yazın incelendiğinde uyumlu tutkuların konsantrasyonu ve pozitif duyguları kolaylaştırdığı belirtilmektedir (Vallerand ve ark. 2003). Bu bağlamda uyumlu tutkunluk ve psikolojik sağlık arasındaki pozitif yönlü bir ilişkinin desteklediği söylenebilir. Fisher, (2011) tarafından yapılan araştırma bulguları uyumlu tutkunluk bulguları bağlamında araştırmamızı destekler niteliktedir. Diğer taraftan Fisher, (2011) tarafından takıntılı tutkunluk ile psikolojik sağlık arasında pozitif bir ilişki olduğu gözlemlenmiştir. Oysa araştırma bulgularımıza göre takıntılı tutkunluk ile psikolojik sağlık arasında negatif yönlü bir ilişki olduğu gözlemlenmiştir. Bu bilgiler ışığında Fisher, (2011) tarafından yapılan araştırma sonuçları takıntılı tutkunluk bağlamında araştırma bulgularımızla çelişmektedir. Lafrenière ve ark. (2011) tarafından yapılan araştırma bulguları incelendiğinde açık benlik saygısı ve uyumlu tutkunluğun pozitif yönlü bir ilişki içinde olduğu belirtilmektedir. Araştırma bulgularımıza bakıldığında uyumlu tutkunluk ve benlik saygısının, psikolojik sağlığın pozitif yordayıcıları olması Lafrenière ve ark. (2011) tarafından yapılan araştırma bulguları ile örtüşmektedir.

SONUÇ ve ÖNERİLER

Daha önce yapılmış olan çalışmalar da araştırmamıza konu olan psikolojik sağlık, benlik saygısı ve tutkunluk yapıları arasındaki ilişkiye çok fazla odaklanılmamış olması ve bu araştırmalarda da sadece üç değişken arasındaki doğrusal ilişkinin ele alınması, önemli bir eksiklik olarak göze çarpmaktadır. Araştırmamızda geçmişteki çalışmalardan farklı olarak, benlik saygısı ve tutkunluk düzeylerinin psikolojik sağlık düzeylerine etkisine odaklanılarak hem ilgili literatüre katkı sağlanmaya hem de spor ortamlarında alanda çalışan antrenör ve araştırmacılar kolaylık sağlayacak bulgulara ulaşmaya çalışılmıştır. Bu bağlamda elde edilen bulgular; sporcularda psikolojik sağlığın benlik saygısı ve uyumlu tutkunlukla anlamlı aynı zamanda da pozitif bir ilişki içerisinde olduğunu göstermektedir. Dahası ise psikolojik sağlık ile takıntılı tutkunluk arasında anlamlı ve negatif bir ilişki olduğu söylenebilir.

Elde edilen sonuçlar ışığında; psikolojik sağlığa ilişkin uygulama alanında geliştirilmesi muhtemel eğitim ya da benzeri uygulamaların tasarlanmasında araştırmamızın sonucunda ortaya konan modelin dikkate alınması bir öneri olarak sunulabilir. Psikolojik sağlığa ilişkin spor psikolojisi alanında, özellikle ülkemizde son derece sınırlı olan yapısal eşitlik modellerinin farklı teorik tasarımlarla test edilerek sporda psikolojik sağlığın açılanmasına katkıda bulunulabilir. Ayrıca sporcularda psikolojik sağlık olgusu pozitif psikoloji bağlamında yeniden ele alınarak tutkunluk ve benlik saygısının yanı sıra pozitif duygu durum, olumlu davranış ve düşünce gibi olgularla birlikte yeni araştırma tasarımları oluşturulabilir.

KAYNAKÇA

- Adiloğulları, G., & Gencay, S. (2016). Beden Eğitimi ve Spor öğretmenlerinin duygusal zekâ ile mesleki tükenmişlik düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *International Journal of Sport, Exercise & Training Science*, 2(1), 7-21.
- Altıntaş, A., Kelecek, S., & Aşçı, F. H. (2013). Elit sporcularda durumsal güdülenme ve optimal performans duygu durumu arasındaki ilişki. *Pamukkale Journal of Sport Sciences*, 4(4), 14-21.
- Altıntaş, A., & Akalan, C. (2008). Zihinsel antrenman ve yüksek performans. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 6 (1) 39-43.
- Baştuğ, G., Özcan, R., Gültekin, D., & Günay, Ö. (2016). The effects of cross-fit, pilates and zumba exercise on body composition and body image of women. *International Journal of Sports, Exercise and Training Science*, 2(1), 22-29
- Bayköse, N., Civar, Yavuz, S., Çoban, M., Şahan, H. & Certel, Z. (2016). "Role of self talk in prediction of passion level in physical education class environment", *Turkish Online Journal Of Educational Technology*, vol.2016, pp.445-452.
- Bilge, F. (1992). Sporcuların Psikolojik İhtiyaçları. *Spor Bilimleri Dergisi*, 3(2), 10-17.
- Block, J., & Kremen, A. M. (1996). IQ and ego-resiliency: conceptual and empirical connections and separateness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(2), 349.
- Buhrmester, M. D., Blanton, H. ve Swann, W. B., Jr. (2011). Implicit self-esteem: Nature, measurement, and a New way forward. *Journal of Personality and Social Psychology*, 100(2), 365-385.
- Byrne, B. M. (2001). Structural equation modeling: Perspectives on the present and the future. *International Journal of Testing*, 1(3-4), 327-334.
- Civan, A., Arı, R., Görücü, A., & Özdemir, M. (2010). Bireysel ve takım sporcularının müsabaka öncesi ve sonrası durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin karşılaştırılması. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 7(1), 193-206.
- Crocker, J., & Park, L. E. (2004). The costly pursuit of self-esteem. *Psychological bulletin*, 130(3), 392.
- Çuhadaroğlu, F. (1986), "Adolesanlarda Benlik Saygısı", Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Psikiyatri Bölümü, Ankara.
- Doğan, T. (2015). Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği'nin Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 3(1), 93-102.
- Fergusson, D. M., & Lynskey, M. T. (1996). Adolescent resiliency to family adversity. *Journal of child psychology and psychiatry*, 37(3), 281-292.
- Fisher, R. (2011). Passion, resilience, obsession & sustained entrepreneurial action: The path to entrepreneurial success. *Faculty of Business and Enterprise. Melbourne, VIC: Swinburne University of Technology*.
- Fraser, M. W., Richman, J. M. & Galinsky, M. J. (1999). Risk, protection and resilience: toward a conceptual framework for social work practice. *Social Work Research*, 23, 129-208.
- Gizir, C. A. (2016). Psikolojik Sağlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler üzerine bir derleme çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(28).
- Hoyle, R. H. (1995). *Structural equation modeling: Concepts, issues, and applications*. Sage.
- Johnson, R. E. & Saboe, K. N. (2011). Measuring implicit traits in organizational research: Development of an indirect measure of employee implicit self-concept. *Organizational Research Methods*, 14(3), 530-547.
- Kararımak, Ö., & Çetinkaya, R. S. (2016). Benlik saygısının ve denetim odağının psikolojik sağlık üzerine etkisi: Duyguların aracı rolü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(35).
- Kelecek S. & Aşçı H., (2013). "Tutkunluk Ölçeği"nin üniversite sporcuları için geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türkiye Klinikleri Spor Bilimleri Dergisi*, 5(2):80-85.
- Kline, R.B. (2005). *Principles and Practice of Structural Equation Modeling* (2nd Edition ed.). New York: The Guilford Press

- Lafrenière M.K., Bélanger J.J., Sedikides, C., & Vallerand, R.J. (2011). Self-esteem and passion for activities. *Personality and Individual Differences*, 51, 541–544.
- McClelland, D. C., Koestner, R. & Weinberger, J. (1989). How do self-attributed and implicit motives differ? *Psychological Review*, 96, 690-702.
- Meydan, C. H., & Şeşen, H. (2011). *Yapısal eşitlik modellemesi AMOS uygulamaları*. Detay Yayıncılık.
- Mischel, W. & Shoda, Y. (1995). A cognitive-affective system theory of personality: Reconceptualizing situations, dispositions, dynamics, and the invariance in personality structure. *Psychological Review*, 102, 246-268.
- Murphy, L. B. (1987). *Further reflections on resilience*. (Ed: E. J. Anthony ve B. J. Cohler) The Invulnerable Child. New York: The Guilford Press.
- Nergiz S., Bayköse N. & Yıldız M. (2015). "Kendinle Konuşma: Modern Ve Halk Dansları Yapan Bireylerin Kendileriyle Konuşma Durumları", *Niğde University Journal of Physical Education and Sport Sciences*, 9, 40-49.
- Pope, A.M., & McHale, S.M. (1988) "Self-Esteem Enhancement with Children and Adolescents". New York: Pergamon Press.
- Raykov, T., & Marcoulides, G. A. (2000). A method for comparing completely standardized solutions in multiple groups. *Structural equation modeling*, 7(2), 292-308.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and Adolescent Self-image*. Princeton University Pres, New Jersey.
- Salmivalli, C., Kaukiainen, L., & Lagerspetz, K.M.J. (1999). "Self-evaluated self-esteem, peereducated self-esteem and defensive egoism as predictors of adolescents participation in bullying situation". *PSPB*, 25, 1268-1278.
- Smith, B. W., Dalen, J., Wiggins, K., Tooley, E., Christopher, P., & Jennifer Bernard, J. (2008). The brief resilience scale: Assessing the ability to bounce back. *International Journal of Behavioral Medicine*, 15, 194–200.
- Soytürk, M., Tepeköylü Öztürk, Ö., Topuz, E., & Yetim, H. (2015). The investigation of the relationship between self-esteem and attitudes toward cheating of the Physical Education and Sports prospective teachers' (CBU, PES Teachers'). *International Journal of Sport, Exercise & Training Science*, 1 (1), 20-30
- Şahin, M., Yetim, A. A., & Çelik, A. (2012). Psikolojik sağlamlığın gelişiminde koruyucu bir faktör olarak spor ve fiziksel aktivite. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 5(8), 373-380.
- Şimşek, Ö.F. (2007). *Yapısal eşitlik modellemesine giriş: Temel ilkeler ve LISREL uygulamaları*. Ankara: Ekinoks.
- Vallerand, R.J., Mageau, G.A., Elliot, A., Dumais, M.A., Demers, M., & Rousseau, F.L. (2008). Passion and performance attainment in sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 9, 373–392.
- Vallerand, R.J., Rousseau, F.L., Grouzet, F.M.E., Dumais, A., Grenier, S., & Blanchard, C.M. (2006). Passion in sport: A look at determinants and affective experiences. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 28, 455–478.
- Vallerand, R.J., Blanchard, C., Mageau, G., Koestner, R., Ratelle, C., Leonard, M., Gagne, M & Marsolais, J. (2003). Les Passions De L'ame: On obsessive and harmonious passion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85: 4, 756-767.
- Vallerand, R.J., Blanchard, C., Mageau, G.A., Koestner, R., Ratelle, C., Leonard, M., et al. (2003). Les Passions De L'ame: On obsessive and harmonious passion. *J Pers Soc Psychol*. 85(4):756-67.
- Winter, D. G., John, O. P., Stewart, A. J., Klohnen, E. C. & Duncan, L. E. (1998). Traits and motives: toward an integration of two traditions in personality research. *Psychological Review*, 105, 230-250.
- Yu, Q., Chen, J., Zhang, Q. & Jin, S. (2015). Implicit and explicit self-esteem: The moderating effect of individualism. *Social Behavior and Personality*, 43(3), 519-528.

CITATION OF THIS ARTICLE

Bayköse, N., Yavuz, S.C., Keskin, P., & Kılınç, M. (2017) The attitudes of classroom teacher candidates towards physical education lesson. *Int J Sport Exer & Train Sci*, 3 (4), 169-177. DOI: 10.18826/useeabd.327186