



ISSN: 2146-1961

Eren, M.Ö & Atlı, M. (2024). Sporcularda Temel Psikolojik İhtiyaçların Karşılanması İle Spor Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişki, *International Journal of Eurasia Social Sciences (IJOESS)*, 15(56), 488-506.

DOI: <http://dx.doi.org/10.35826/ijoess.4436>

Makale Türü (ArticleType): Araştırma Makalesi

SPORCULARDA TEMEL PSİKOLOJİK İHTİYAÇLARIN KARŞILANMASI İLE SPOR KAYGI DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

Muhammed Ömer EREN

Teacher, Reşit Çifçi Dokuz Eylül Ortaokulu, Balıkesir, Türkiye, momer54@hotmail.com

ORCID:0000-0003-1696-5125

Mustafa ATLI

Prof. Dr., Bitlis Eren University, School of Physical Education and Sports, Bitlis, Türkiye, matli@beu.edu.tr

ORCID:0000-0001-9034-0559

Gönderim tarihi: 15.02.2024

Kabul tarihi: 11.05.2024

Yayın tarihi: 01.06.2024

Öz

Bu araştırma sporcularda temel psikolojik ihtiyaçların karşılanması ile spor kaygı düzeyleri arasındaki ilişki ile demografik değişkenler açısından incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Araştırmaya lise ve lisans eğitimi düzeyinde, aktif olarak spor yapmaya devam eden farklı demografik özelliklere sahip 289 birey katılmıştır. Bu çalışmada verilerin toplanması üç kısımdan oluşmaktadır. Araştırmada ilk bölüm araştırmacı tarafından geliştirilen kişisel bilgi formu, ikinci bölümde katılımcıların Deci ve Ryan (2000) tarafından geliştirilen, Kesici ve diğerleri (2003) tarafından Türkçeye uyarlanan Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği, üçüncü bölümde ise Smith ve diğerleri (1990) tarafından geliştirilen daha sonra revize edilen (Smith vd., 2006), Karadağ ve Aşçı (2020) tarafından Türkçe uyarlanması yapılan Spor Kaygı Ölçeği-2'den oluşmaktadır. IBM SPSS 22.0 programı kullanılarak verilerin analizi yapıldığı bu çalışmada frekans, yüzde, aritmetik ortalama, standart sapma, Cronbach Alpha hesaplamaları yapılmıştır. Verilerin normal dağılıma uygunluğu basıklık çarpıklık katsayılarına bakılarak incelenmiştir. Yapılan analiz sonucunda verilerin normal dağılım göstermediği belirlenmiştir. Bunun sonucunda düzey sayısı iki olan değişkenler için Mann-Whitney U testi, düzey sayısı üç ve daha fazla olan değişkenler için Kruskal-Wallis H ile Spearman Korelasyonu ve Regresyon analizi kullanılmıştır. Sporcularda temel psikolojik ihtiyaçların karşılanması ile kaygı düzeyleri arasındaki ilişki ile birlikte bazı değişkenler açısından etkisi incelenmiş; temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyi genel ortalaması iyi durumda iken ile spor kaygı düzeylerinin ise ortalamasının altında olduğu tespit edilmiştir. Temel psikolojik ihtiyaçlar ile yaş arasında ayrıca spor kaygı durumu, cinsiyet ve lisanslı spor yapma, endişe alt boyutu ile okul türü ve kaç yıldır spor yapıyorsunuz?, somatik kaygı alt boyutu ile lisanslı spor yapma durumu değişkenleri arasında, anlamlı bir farkın olduğu sonucuna varılmıştır ($p<0.05$).

Anahtar kelimeler: Sporcu, temel psikolojik ihtiyaçlar, kaygı.

THE RELATIONSHIP BETWEEN THE MEETING OF BASIC PSYCHOLOGICAL NEEDS AND SPORTS ANXIETY LEVELS IN ATHLETES

ABSTRACT

This research was conducted to examine the relationship between meeting basic psychological needs and sports anxiety levels in athletes in terms of demographic variables. 289 individuals with different demographic characteristics who continued to actively engage in sports at high school and undergraduate education participated in the research. Data collection in this study consists of three parts. In the first part of the study, the personal information form developed by the researcher, in the second part, participants were asked to use the Basic Psychological Needs Scale developed by Deci and Ryan (2000) and adapted into Turkish by Kesici et al. (2003), and in the third part, the participants were asked to use the Basic Psychological Needs Scale developed by Smith et al., it consists of the Sports Anxiety Scale-2 (Smith et al., 2006), adapted into Turkish by Karadağ and Aşçı (2020). In this study, data was analyzed using the IBM SPSS 22.0 program and calculations such as frequency, percentage, arithmetic mean, standard deviation and Cronbach alpha were made. The suitability of the data for normal distribution was examined by looking at the kurtosis and skewness coefficients. As a result of the analysis, it was determined that the data did not show a normal distribution. As a result, Mann-Whitney U test was used for variables with two levels, and Kruskal-Wallis H and Spearman Correlation and Regression analysis were used for variables with three or more levels. The relationship between meeting basic psychological needs and anxiety levels in athletes, as well as its effects in terms of some variables, were examined; It was determined that the general average level of satisfaction of basic psychological needs was good and sports anxiety levels were below average. It was concluded that there was a significant difference between basic psychological needs and age, as well as between the variables of sports anxiety, gender and licensed sports, the anxiety sub-dimension and the type of school and how long have you been doing sports?, and the somatic anxiety sub-dimension and licensed sports activities ($p < 0.05$).

Keywords: Athlete, basic psychological needs, anxiety.

GİRİŞ

Günümüzde hem bireysel hem de toplumsal beklentilerin sportif alanda çeşitli sosyal, siyasal, kültürel ve ekonomik nedenlerle artması sporcularda özellikle elit düzeyde spor faaliyetlerinde bulunan bireylerde farklı şekillerde psikolojik durumlar meydana getirebilmektedir. Sporculardan beklentilerin artması ve bu beklentilerin karşılanması fiziksel, teknik ve taktik antrenmanlar ile yalnızca mümkün olmadığı bunlar ile birlikte kaygı, stres, korku, heyecan, gerginlik gibi psikolojik unsurlarında sporcuların performansları üzerinde olumlu ya da olumsuz bir etkiye sahip olduğu bilinmektedir. Müsabakalar esnasında sporcuların, huzursuz, gergin bir ruh hali, telaş içinde olma, ten renginde bir takım kızarma veya solma, sıkıntı içinde olma gibi bir takım psikolojik durumlar görülebilmektedir. Bununla birlikte antrenman zamanlarında rahat bir şekilde gerçekleştirebildikleri hareketleri, müsabaka esnasında gerçekleştirmekten uzak, var olan potansiyellerinin altında bir performans sergiledikleri, takım içerisinde uyum sorunu yaşadıkları görülebilmektedir. Bu nedenle sporcularda oluşan bu kaygı, stres, korku, heyecan, gerginlik gibi durumların müsabaka öncesinde veya müsabaka esnasında oluşmasının bilinmesi ve buna yönelik çalışmaların yapılmasının sporcu performansı üzerinde etkili olacağı düşünülmektedir.

Sporcu performansını etkileyen unsurlardan biri olan kaygı (İkizler, 1994), bireylerin hayatını tehdit etmekte olan veya bu durumu kendisine bir tehdit olarak hissedilen içsel veya dışsal kaynaklı bir tehlike, tehlike olasılığı ya da tehlike olarak algılanıp yorumlanan bir durum karşısında yaşanan duygu şeklinde tanımlanmaktadır (Güleç ve Köroğlu, 1997). Kaygı kendi içerisinde iki şekilde ifade edilmektedir. Sporcuların motivasyon, konsantrasyon, koordinasyon, kendine güven, var olan yeteneklerin sergilenmesi gibi faktörler üzerinde etkili olan durumluk kaygısı; sporcuların veya bireylerin içinde buldukları stresli ortam nedeni ile hissettikleri öznel bir korkudur (Başaran, 2008). Yaşamları boyunca genelde mutlu ve huzurlu olamayan, kendine ait bir takım değerlerin tehdit altında olduğunu düşünen ve bu durum sonucunda da bireylerde oluşan kaygı türüne de sürekli kaygı denilmektedir (Özbaydar, 1983). Kaygı denildiği zaman ilk anda zihnimizde olumsuz bir durum oluşabilmektedir. Ancak kaygının hafif düzeyden yüksek düzeye kadar yaşanabilen duygu durumu olduğu, sporcularda özellikle orta düzeyde meydana gelmesi kaygının bireylerin motivasyon durumuna olumlu yönde katkı sağlayacağı da ifade edilmektedir (Beser ve Öz, 2003).

Bireylerin ihtiyaçlarından olan psikolojik ihtiyaçlar, temel ihtiyaçlardandır. İnşalar temel ya da elzem olan fizyolojik ihtiyaçlarını giderdikten sonra daha sonra ihtiyaç durumlarının devamı niteliğinde olan psikolojik ihtiyaçlarını da gidermek isteğinde olurlar (Glasser, 1999). Temel psikolojik ihtiyaçların karşılanması, bireylerin psikolojik iyi olmaları ile paralel bir şekilde pozitif yönlü olduğu bildirilmiştir (Ntoumanis ve diğerleri, 2009). Bireylerin temel psikolojik ihtiyaçlarını karşılamaları öz belirleme kuramında üç psikolojik durum ile açıklanmıştır.

Bunlardan ilki olan özerklik ihtiyacı; bireylerin içinde buldukları durumlarda ya da yaşamlarında kendi iradeleri ile seçim yapabilmeleri olarak ifade edilmektedir. Yani bireylerin yapacakları davranışları ortaya koyarken herhangi bir duruma ya da başka bir bireye bağlı kalmadan seçim yapma özgürlüğüne sahip

olmalarıdır. Daha sonraki ihtiyaç yeterlilik ihtiyacı olarak ifade edilmekte ve bu ihtiyacında bireylerin var olan kapasitelerini sergileyebilmeleri ve bunu kullanabilmeleri şeklinde ifade edilmektedir. Bireylerde yeterli olma durumu kapasitelerini başarılı bir şekilde kullanmaları ve bunun sonucunda takdir edilmeleri yeterli bir düzeyde olduğunu hissetmesi bu ihtiyacı karşılamalarına neden olduğu düşünülmektedir. Psikolojik ihtiyaçlarımızın sonucusu olan bağıllık ihtiyacı, bireylerin etkileşim durumunda olduğu kişilere yönelik bağıllık duygusunu ifade etmektedir. Bireyler kendilerini bir gruba ya da kişi/kişilere karşı ait olma ihtiyacında hissederler ve bu ihtiyaçlarının karşılanma düzeyi aidiyet duygusunu olumlu ya da olumsuz yönde etkileyebilecektir (Deci ve Ryan, 2000).

Kaygının bir psikolojik duygu durumu olduğu ve bireylerin temel psikolojik ihtiyaçlarını karşılamaları durumunda olumsuz düzeyde oluşabilecek kaygı düzeyleri üzerinde kişiler lehine pozitif yönde katkı sunabileceği ifade edilebilir. Yapılan araştırmalarda da bu yönde bulguların olduğu bildirilmektedir (Sebire vd., 2009; Slotter ve Finkel, 2009). Bireylerde temel psikolojik ihtiyaçların karşılanması ya da hangi düzeyde var olduğu, onların psikolojik durumlarını etkileyebileceği ve bu durumda özellikle sporculardaki karşılanma düzeyinin sporcu performansını etkileyen unsurlardan olan kaygı düzeyine etki edebileceği ifade edilebilir.

Bu bilgiler ışığında yapılan bu çalışmada, sporcularda temel psikolojik ihtiyaçların karşılanması ile spor kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin hangi düzeyde olduğunu inceleyerek temel psikolojik unsurların sporcuların kaygı düzeyine etkisini belirleyerek bu alanda yapılacak olan çalışmalara katkı sağlamaktır. Ayrıca sporcuların, antrenörlerin, spor uzmanlarının çıkan sonuçlar ışığında yapacakları zihinsel antrenmanlara veri desteği sağlamak, bu alanda var olan veri havuzuna katkıda bulunmak, bireylerin demografik özelliklerinin bu durumdan nasıl etkilendiğini belirlemek amacı ile planlanmıştır.

YÖNTEM

Araştırmanın bu kısmında araştırmanın modeli, örnekleme, veri toplama araçları, verilerin analizinde kullanılan istatistik yöntemler hakkında bilgi verilmektedir.

Araştırmanın Modeli

Bu araştırmada betimsel ve ilişkisel tarama modeli uygulanmıştır. Betimsel tarama modelleri bir değişkenle ilgili sayısal değerlerin belirlenmesi, toplanması ve sunulmasına fırsat veren istatistiksel işlemlerdir (Büyüköztürk vd., 2014). İlişkisel tarama modelinde ise iki ve daha çok olan değişkenler arasındaki değişimleri ya da derecesini ortaya çıkarmaya yönelik işlemlerdir (Karasar, 2011).

Araştırmanın Çalışma Grubu

Araştırmaya farklı bölgelerde olup aktif spor ve eğitim yaşantısına devam edip lise ve lisans düzeyinde olan toplam 289 katılımcı ile yapılmıştır. Katılımcıların araştırmaya katılımı Google form üzerinden sağlanmış ve gönüllük esasına göre katılım göstermeleri esas alınmıştır. Çalışmaya katılan bireylerin istedikleri zaman formu tamamlamadan sonlandırabileceği bildirilmiştir.

Veri Toplama Araçları

Yapılan araştırmada veri toplama “ Kişisel Bilgiler Formu, Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği (TPIÖ), Spor Kaygı Ölçeği-2 (SAS-2)” toplam üç bölümden meydana gelmektedir.

Kişisel Bilgiler

İlk kısımda araştırmacının geliştirmiş olduğu kişisel bilgileri (cinsiyet, yaş, öğrenim düzeyi, lisanslı sporcu durumu, okul türü, kaç yıldır spor yapıyorsunuz?, maddi gelir düzeyi) ölçek sorular kullanılmıştır.

Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği (TPIÖ)

Deci ve Ryan (2000) tarafından geliştirilen, Kesici vd., (2003) tarafından Türkçeye uyarlanan ölçek 21 madde ve üç alt boyuttan (Özerklik İhtiyacı “1, 4, 17, 20, 8, 11, 14”, Yeterlik İhtiyacı “3, 5, 10, 19, 13, 15”, İlişki İhtiyaçları “2, 12, 16, 18, 21, 6, 7, 9”) oluşmaktadır. Ölçek kapsamındaki ifadelerle ilgili seçenekler beşli likert tipinde olup; “1: Hiç Doğru Değil ile 5: Çok Doğru” ölçekten alınan puan yükseldikçe (En Düşük: 5 ile En Yüksek: 110) temel psikolojik ihtiyaçların karşılandığı anlamına gelmektedir. Ölçeğin Cronbach alpha güvenilirlik analizinde; özerklik ihtiyacı için (0.73), yeterlik ihtiyacı için (0.60) ve ilişki ihtiyacı için (0.72) ve ölçeğin tamamı için ise güvenilirlik katsayısı (0.76) olduğu sonucuna varılmıştır.

Spor Kaygı Ölçeği-2 (SAS-2)

Smith vd., (1990) tarafından geliştirilen daha sonra revize edilen (Smith vd., 2006), Karadağ ve Aşçı (2020) tarafından Türkçeye uyarlanan ölçek 15 madde ve üç alt boyuttan (Somatik Kaygı “2, 6, 10, 12, 14”, Endişe “3, 5, 8, 9, 11”, Konsantrasyon Bozukluğu “1, 4, 7, 13, 15”) oluşmaktadır. Ölçek kapsamındaki ifadelerle ilgili seçenekler 4’li likert tipinde olup; “1: Hiç ile 4: Çok Fazla” ölçekten alınan puan yükseldikçe (En Düşük: 5 ile En Yüksek: 60) temel psikolojik ihtiyaçların karşılandığı anlamına gelmektedir. Ölçeğin Cronbach alpha güvenilirlik analizinde; somatik kaygı için (0.94), endişe için (0.93), konsantrasyon bozukluğu için (0.89) ve ölçeğin tamamı için ise güvenilirlik katsayısı (0.89) olduğu sonucuna varılmıştır.

Verilerin Analizi

IBM SPSS 22.0 programı kullanılarak verilerin analizi yapıldığı bu çalışmada frekans, yüzde, aritmetik ortalama, standart sapma, Cronbach alpha gibi hesaplamalar yapılmıştır. Verilerin basıklık çarpıklık katsayıları +2, -2 arasında olması nedeni ile normal dağılım göstermediği sonucuna varılmıştır (George ve Mallery, 2016). Bunun sonucunda ikili değişkenler için Mann Whitney U, düzey sayısı üç ve daha fazla olan değişkenler için Kruskal-Wallis H, aralarındaki ilişkiyi belirlemek amacı ile Spearman Korelasyonu ve Regresyon analizi kullanılmıştır. Uygulanan analizlerde %95 güven aralığı referans alınmıştır.

BULGULAR

Tablo 1. Araştırmaya Katılan Bireylere İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler.

Değişkenler		n	%
Cinsiyet	Kadın	148	51,2
	Erkek	141	48,8
Yaş	14 Yaş	69	23,9
	15 Yaş	46	15,9
	16 Yaş	77	26,6
	17 Yaş	37	12,8
	18 Yaş ve Üzeri	60	20,8
Eğitim Düzeyi	Lise	226	78,2
	Lisans	63	21,8
Okul Türü	Spor Liseleri İle Spor Bilimleri Fakülteleri	84	29,1
	Diğer	205	70,9
Maddi Gelir Düzeyi	Düşük	55	19,0
	Orta	149	51,6
	İyi	73	25,3
	Çok İyi	12	4,2
Lisanslı Spor Yapma Durumu	Evet	178	61,6
	Hayır	111	38,4
Kaç Yıldır Spor Yapıyorsunuz?	0-3 Yıl Arası	91	31,5
	4-6 Yıl Arası	105	36,3
	7 Yıl ve Üzeri	93	32,2

Tablo 1’de araştırmamıza katılan bireylerin demografik bilgilerine göre; cinsiyet değişkeninde kadınların 148, erkeklerin 141; 14 yaş grubunda 69, 15 yaş grubunda 46, 16 yaş grubunda 77, 17 yaş grubunda 37, 18 yaş ve üzeri yaş grub ise 60; eğitim düzeyi değişkeninde lise 226, lisans 63; okul türü değişkeninde spor liseleri ile spor bilimleri fakülteleri 84, diğer okul türleri 205; aylık maddi gelir değişkeninde düşük gelir durumunda 55, orta gelir durumunda 149, iyi gelir durumunda 73, çok iyi gelir durumunda 12; lisanslı spor yapma durumu değişkeninde evet 178, hayır 111; kaç yıldır spor yapıyorsunuz? Değişkeninde; 0-3 yıl arası 91, 4-6 yıl arası 105, 7 yıl ve üzeri 93 bireyden oluştuğu görülmektedir

Tablo 2. Güvenirlilik Analizi Sonuçları.

Ölçekler ve Alt Boyutları	Cronbach Alpha Katsayısı
Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği	.70
Özerklik İhtiyacı Alt Boyutu	.64
Yeterlik İhtiyacı Alt Boyutu	.67
İlişki İhtiyacı Alt Boyutu	.68
Spor Kaygı Ölçeği-2	.88
Somatik Kaygı Alt Boyutu	.75
Endişe Alt Boyutu	.84
Konsantrasyon Bozukluğu Alt Boyutu	.74

Tablo 2’de kullanılan ölçek ve alt boyutlarına yönelik iç tutarlılıklarının belirlenmesi amacıyla gerçekleştirilen güvenilirlik analizlerinde; Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği için (.70), alt boyutlarından olan Özerklik İhtiyacı Alt Boyutu (.64), Yeterlik İhtiyacı Alt Boyutu (.67), ilişki İhtiyacı Alt Boyutu (.68), Spor Kaygı Ölçeği-2 için (.88), alt

boyutlarından olan Somatik Kaygı Alt Boyutu (.75), Endişe Alt Boyutu (.84), Konsantrasyon Bozukluğu Alt Boyutu (.74) olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Değerler kullanılan ölçeklerin güvenilir olduğunu göstermektedir.

Tablo 3. Normallik Analizi Sonuçları.

Ölçekler	Minimum	Maksimum	\bar{X}	Ss	Basıklık	Çarpıklık
Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği	1	5	2,92	,428	2,820	-,010
Spor Kaygı Ölçeği-2	1	4	1,79	,491	,408	,789

Tablo 3’de veri setinde basıklık çarpıklık kat sayıları +2, -2 arasında olmadığından verilerin de normal dağılıma uygun olmadığı bu nedenle analiz için parametrik olmayan testler uygun bulunmuştur. Düzey sayısı iki olan değişkenler için Mann-Whitney U testi, düzey sayısı üç ve daha fazla olan değişkenler için Kruskal-Wallis H analizi kullanılmıştır. Aralarındaki ilişkiyi belirlemek amacı ile Spearman Korelasyonu ve Regresyon analizi kullanılmıştır. Analizler en az %95 güven aralığı hesaplanarak yapılmıştır.

Tablo 4. Cinsiyet Değişkenine Göre Mann Witney U Testi Sonuçları.

Ölçekler	Cinsiyet	n	Sıra Ort.	Sıra Toplamı	U Değeri	z	p
Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği	Kadın	148	144,25	21349,0	10323,0	-,156	,87
	Erkek	141	145,79	20556,0			
Özerklik İhtiyacı Alt Boyutu	Kadın	148	139,39	20629,5	9603,5	-1,175	,24
	Erkek	141	150,89	21275,50			
Yeterlik İhtiyacı Alt Boyutu	Kadın	148	144,17	21337,50	10311,5	-,173	,86
	Erkek	141	145,87	20567,50			
İlişki İhtiyacı Alt Boyutu	Kadın	148	149,06	22061,00	9833,0	-,850	,39
	Erkek	141	140,74	19844,00			
Spor Kaygı Ölçeği-2	Kadın	148	161,78	23944,0	7950,0	-3,502	,00
	Erkek	141	146,51	29449,00			
Somatik Kaygı Alt Boyutu	Kadın	148	165,66	24518,00	7376,0	-4,342	,00
	Erkek	141	123,31	17287,00			
Endişe Alt Boyutu	Kadın	148	157,65	23332,50	8561,5	-2,651	,00
	Erkek	141	131,72	18572,50			
Konsantrasyon Bozukluğu Alt Boyutu	Kadın	148	153,52	22721,50	9172,5	-1,794	,07
	Erkek	141	136,05	19183,50			

p<.05

Tablo 4’te Temel psikolojik ihtiyaçlar ve alt boyutları ile cinsiyet değişkeni arasında yapılan Mann Witney U Testi sonucu istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa ulaşılamamıştır (p>0.05). Spor kaygı durumu, somatik kaygı alt boyutu, endişe alt boyutu ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir farklılık olduğu sonucuna varılmıştır (p<0,05). Kadın katılımcıların erkek katılımcılara göre kaygı durumlarının anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir. Fakat konsantrasyon bozukluğu alt boyutunda ise anlamlı bir farklılığa ulaşılamamıştır.

Tablo 5. Yaş Değişkenine Göre Kruskal Wallis H Testi Sonuçları.

Ölçekler	Yaş	n	Sıra Ort.	X ²	Df	p	Post Hoc
Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği	(1)14 Yaş	69	122,62	9,91	4	,06	4>1
	(2)15 Yaş	46	152,42				
	(3)16 Yaş	77	142,42				
	(4)17 Yaş	37	173,22				
	(5)18 Yaş ve Üzeri	60	151,13				
Özerklik İhtiyacı Alt Boyutu	(1)14 Yaş	69	121,43	15,59	4	,04	4>1
	(2)15 Yaş	46	156,53				
	(3)16 Yaş	77	140,57				
	(4)17 Yaş	37	185,88				
	(5)18 Yaş ve Üzeri	60	143,74				
Yeterlik İhtiyacı Alt Boyutu	(1)14 Yaş	69	130,42	5,20	4	,26	-
	(2)15 Yaş	46	152,79				
	(3)16 Yaş	77	138,18				
	(4)17 Yaş	37	160,69				
	(5)18 Yaş ve Üzeri	60	154,88				
İlişki İhtiyacı Alt Boyutu	(1)14 Yaş	69	137,72	1,42	4	,84	-
	(2)15 Yaş	46	145,54				
	(3)16 Yaş	77	141,84				
	(4)17 Yaş	37	153,64				
	(5)18 Yaş ve Üzeri	60	151,68				
Spor Kaygı Ölçeği-2	(1)14 Yaş	69	136,29	7,23	4	,12	-
	(2)15 Yaş	46	162,80				
	(3)16 Yaş	77	147,53				
	(4)17 Yaş	37	137,07				
	(5)18 Yaş ve Üzeri	60	143,02				
Somatik Kaygı Alt Boyutu	(1)14 Yaş	69	134,12	3,02	4	,55	-
	(2)15 Yaş	46	154,60				
	(3)16 Yaş	77	144,11				
	(4)17 Yaş	37	138,19				
	(5)18 Yaş ve Üzeri	60	155,49				
Endişe Alt Boyutu	(1)14 Yaş	69	145,25	4,11	4	,39	-
	(2)15 Yaş	46	161,49				
	(3)16 Yaş	77	147,49				
	(4)17 Yaş	37	144,89				
	(5)18 Yaş ve Üzeri	60	128,94				
Konsantrasyon Bozukluğu Alt Boyutu	(1)14 Yaş	69	133,09	5,70	4	,22	-
	(2)15 Yaş	46	162,68				
	(3)16 Yaş	77	148,07				
	(4)17 Yaş	37	127,55				
	(5)18 Yaş ve Üzeri	60	151,96				

p<.05

Tablo 5'te Temel psikolojik ihtiyaçlar ve özerklik ihtiyacı alt boyutu ile yaş değişkeni arasında yapılan Kruskal Wallis H Testi sonucu istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu sonucuna varılmış(p<0.05) diğer alt boyutlarda ise anlamlı farklılık olmadığı sonucuna varılmıştır. Anlamlı farklılığın hangi yönde olduğunu belirlemek amacı ile yapılan Post Hoc analizi sonucunda 17 yaş katılımcılarının özerklik ihtiyacını karşılama düzeylerinin 14 yaş katılımcılarından anlamlı şekilde daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. Spor kaygı durumu ve tüm alt

boyutları ile yaş değişkeni arasında yapılan Kruskal Wallis H Testi sonucu istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı sonucuna varılmıştır ($p>0.05$).

Tablo 6. Eğitim Düzeyi Değişkenine Göre Mann Witney U Testi Sonuçları.

Ölçekler	Eğitim Düzeyi	n	Sıra Ort.	Sıra Toplamı	U Değeri	z	p
Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği	Lise	226	143,93	32529,00	6878,00	-,411	,68
	Lisans	63	148,83	9376,00			
Özerklik İhtiyacı Alt Boyutu	Lise	226	146,30	33064,50	6824,50	-,504	,61
	Lisans	63	140,33	8840,50			
Yeterlik İhtiyacı Alt Boyutu	Lise	226	142,45	32193,00	6542,00	-,989	,32
	Lisans	63	154,16	9712,00			
İlişki İhtiyacı Alt Boyutu	Lise	226	143,51	32434,00	6783,00	-,575	,56
	Lisans	63	150,33	9471,00			
Spor Kaygı Ölçeği-2	Lise	226	144,75	32714,00	7063,00	-,096	,92
	Lisans	63	145,89	9191,00			
Somatik Kaygı Alt Boyutu	Lise	226	141,68	32019,00	6368,00	-1,29	,19
	Lisans	63	156,92	9886,00			
Endişe Alt Boyutu	Lise	226	148,65	33595,50	6293,50	-1,41	,57
	Lisans	63	131,90	8309,50			
Konsantrasyon Bozukluğu Alt Boyutu	Lise	226	142,72	32255,00	6604,00	-,887	,37
	Lisans	63	153,17	9650,00			

$p<.05$

Tablo 6'da Temel psikolojik ihtiyaçlar ve spor kaygı durumu ile tüm alt boyutlar dahil eğitim düzeyi değişkeni arasında yapılan Mann Witney U Testi sonucu istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa ulaşılamamıştır ($p>0.05$).

Tablo 7. Okul Türü Değişkenine Göre Mann Witney U Testi Sonuçları.

Ölçekler	Okul Türü	n	Sıra Ort.	Sıra Top.	U Değeri	z	p
Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği	Spor Liseleri ile Spor Bilimleri Fakülteleri	84	150,36	12630,50	8159,50	-,699	,48
	Diğer	205	142,80	29274,50			
Özerklik İhtiyacı Alt Boyutu	Spor Liseleri ile Spor Bilimleri Fakülteleri	84	144,13	12107,00	8537,00	-,114	,90
	Diğer	205	145,36	29798,00			
Yeterlik İhtiyacı Alt Boyutu	Spor Liseleri ile Spor Bilimleri Fakülteleri	84	151,95	12763,50	8026,50	-,909	,36
	Diğer	205	142,15	29141,50			
İlişki İhtiyacı Alt Boyutu	Spor Liseleri ile Spor Bilimleri Fakülteleri	84	155,85	13091,00	7699,00	-1,418	,15
	Diğer	205	140,56	28814,00			
Spor Kaygı Ölçeği-2	Spor Liseleri ile Spor Bilimleri Fakülteleri	84	133,43	11208,50	7638,50	-1,508	,13
	Diğer	205	149,74	30696,50			
Somatik Kaygı Alt Boyutu	Spor Liseleri ile Spor Bilimleri Fakülteleri	84	145,04	12183,00	8607,00	-,005	,99
	Diğer	205	144,99	29722,00			
Endişe Alt Boyutu	Spor Liseleri ile Spor Bilimleri Fakülteleri	84	126,10	10592,00	7022,00	-2,474	,01
	Diğer	205	152,75	31313,00			
Konsantrasyon Bozukluğu Alt Boyutu	Spor Liseleri ile Spor Bilimleri Fakülteleri	84	141,83	11914,00	8344,00	-,416	,67
	Diğer	205	146,30	29991,00			

Tablo 7’de Temel psikolojik ihtiyaçlar ve tüm alt boyutları ile okul türü değişkeni arasında yapılan Mann Witney U Testi sonucu istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa ulaşılammıştır ($p>0.05$). Spor kaygı durumu, somatik kaygı alt boyutu, konsantrasyon bozukluğu alt boyutu ile okul türü değişkeni arasında anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna varılmıştır ($p>0,05$). Fakat endişe alt boyutunda ise anlamlı bir farklılığa ulaşılmıştır ($p<0.05$). Spor liseleri ile spor bilimleri fakültelerinde olan katılımcıların diğer okul türlerinde olan katılımcılara göre endişe düzeyleri anlamlı düzeyde daha düşük olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 8. Maddi Gelir Durumu Değişkenine Göre Kruskal Wallis H Testi Sonuçları.

Ölçekler	Gelir durumu	n	Sıra Ort.	X ²	df	p
Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği	⁽¹⁾ Düşük	55	160,46	3,13	3	,37
	⁽²⁾ Orta	149	139,26			
	⁽³⁾ İyi	73	142,37			
	⁽⁴⁾ Çok İyi	12	161,46			
Özerklik İhtiyacı Alt Boyutu	⁽¹⁾ Düşük	55	158,75	3,63	3	,30
	⁽²⁾ Orta	149	137,11			
	⁽³⁾ İyi	73	147,35			
	⁽⁴⁾ Çok İyi	12	165,58			
Yeterlik İhtiyacı Alt Boyutu	⁽¹⁾ Düşük	55	164,83	8,53	3	,07
	⁽²⁾ Orta	149	147,09			
	⁽³⁾ İyi	73	123,37			
	⁽⁴⁾ Çok İyi	12	159,75			
İlişki İhtiyacı Alt Boyutu	⁽¹⁾ Düşük	55	154,05	2,59	3	,45
	⁽²⁾ Orta	149	137,50			
	⁽³⁾ İyi	73	153,29			
	⁽⁴⁾ Çok İyi	12	146,17			
Spor Kaygı Ölçeği-2	⁽¹⁾ Düşük	55	147,68	4,90	3	,17
	⁽²⁾ Orta	149	149,62			
	⁽³⁾ İyi	73	141,75			
	⁽⁴⁾ Çok İyi	12	95,17			
Somatik Kaygı Alt Boyutu	⁽¹⁾ Düşük	55	143,45	3,66	3	,30
	⁽²⁾ Orta	149	152,66			
	⁽³⁾ İyi	73	135,05			
	⁽⁴⁾ Çok İyi	12	117,54			
Endişe Alt Boyutu	⁽¹⁾ Düşük	55	143,42	4,49	3	,21
	⁽²⁾ Orta	149	148,47			
	⁽³⁾ İyi	73	147,16			
	⁽⁴⁾ Çok İyi	12	96,04			
Konsantrasyon Bozukluğu Alt Boyutu	⁽¹⁾ Düşük	55	153,76	2,80	3	,42
	⁽²⁾ Orta	149	145,44			
	⁽³⁾ İyi	73	143,27			
	⁽⁴⁾ Çok İyi	12	109,92			

$p<.05$

Tablo 8’de Temel psikolojik ihtiyaçlar, spor kaygı durumu ve tüm alt boyutları ile maddi gelir değişkeni arasında yapılan Kruskal Wallis H Testi sonucunda, istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı sonucuna varılmıştır ($p>0.05$).

Tablo 9. Lisanslı Spor Yapma Durumu Değişkenine Göre Mann Witney U Testi Sonuçları.

Ölçekler	Lisanslı Spor Yapma Durumu	n	Sıra Ort.	Sıra Toplamı	U Değeri	z	p
Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği	Evet	178	146,15	26015,50	9673,50	-,298	,76
	Hayır	111	143,15	15889,50			
Özerklik İhtiyacı Alt Boyutu	Evet	178	148,33	26403,00	9289,00	-,862	,38
	Hayır	111	139,66	15502,00			
Yeterlik İhtiyacı Alt Boyutu	Evet	178	146,19	26022,00	9667,00	-,308	,75
	Hayır	111	143,09	15883,00			
İlişki İhtiyacı Alt Boyutu	Evet	178	144,33	25690,50	9759,50	-,174	,86
	Hayır	111	146,08	16214,50			
Spor Kaygı Ölçeği-2	Evet	178	135,40	24102,00	8171,00	-2,475	,01
	Hayır	111	160,39	17803,00			
Somatik Kaygı Alt Boyutu	Evet	178	129,93	23128,00	7197,00	-3,914	,00
	Hayır	111	169,16	18777,00			
Endişe Alt Boyutu	Evet	178	142,30	25329,50	9398,50	-,699	,48
	Hayır	111	149,33	16575,50			
Konsantrasyon Bozukluğu Alt Boyutu	Evet	178	139,79	24882,00	8951,00	-1,356	,17
	Hayır	111	153,36	17023,00			

p<.05

Tablo 9'da Temel psikolojik ihtiyaçlar, spor kaygı düzeyi ile lisanslı spor yapma durumu değişkeni arasında yapılan Mann Witney U Testi sonucu istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı (p>0.05), ancak diğer değişkenler arasında ise anlamlı olarak evet cevabını veren katılımcıların kaygı düzeyi hayır cevabını veren katılımcılardan daha düşük bulunmuştur.

Tablo 10. Kaç Yıldır Spor Yapıyorsunuz? Değişkenine Göre Kruskal Wallis H Testi Sonuçları.

Ölçekler	Kaç Yıldır Spor Yapıyorsunuz?	n	Sıra Ort.	χ ²	Df	P	Post Hoc
Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği	(1)0-3 Yıl Arası	91	135,24	1,98	2	,37	
	(2)4-6 Yıl Arası	105	147,18				
	(3)7 Yıl Ve Üzeri	93	152,10				
Özerklik İhtiyacı Alt Boyutu	(1)0-3 Yıl Arası	91	135,08	3,33	2	,18	
	(2)4-6 Yıl Arası	105	142,87				
	(3)7 Yıl Ve Üzeri	93	157,11				
Yeterlik İhtiyacı Alt Boyutu	(1)0-3 Yıl Arası	91	138,91	,972	2	,61	
	(2)4-6 Yıl Arası	105	150,63				
	(3)7 Yıl Ve Üzeri	93	144,61				
İlişki İhtiyacı Alt Boyutu	(1)0-3 Yıl Arası	91	140,19	,472	2	,79	
	(2)4-6 Yıl Arası	105	146,40				
	(3)7 Yıl Ve Üzeri	93	148,26				
Spor Kaygı Ölçeği-2	(1)0-3 Yıl Arası	91	154,52	5,19	2	,07	
	(2)4-6 Yıl Arası	105	151,03				
	(3)7 Yıl Ve Üzeri	93	128,88				
Somatik Kaygı Alt Boyutu	(1)0-3 Yıl Arası	91	146,40	1,50	2	,47	
	(2)4-6 Yıl Arası	105	151,07				
	(3)7 Yıl Ve Üzeri	93	136,78				
Endişe Alt Boyutu	(1)0-3 Yıl Arası	91	154,65	8,16	2	,01	2>3
	(2)4-6 Yıl Arası	105	154,60				
	(3)7 Yıl Ve Üzeri	93	124,71				
Konsantrasyon Bozukluğu Alt Boyutu	(1)0-3 Yıl Arası	91	151,63	1,60	2	,44	
	(2)4-6 Yıl Arası	105	146,74				
	(3)7 Yıl Ve Üzeri	93	136,55				

Tablo 10'da Temel psikolojik ihtiyaçlar ve tüm alt boyutları ile kaç yıldır spor yapıyorsunuz? değişkeni arasında yapılan Kruskal Wallis H Testi sonucu istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı sonucuna varılmıştır ($p>0.05$). Spor kaygı durumu ve tüm alt boyutları ile kaç yıldır spor yapıyorsunuz? değişkeni arasında yapılan Kruskal Wallis H Testi sonucunda endişe alt boyutu dışında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı sonucuna varılmıştır ($p>0.05$). Farklılığın hangi yönde olduğunu belirlemek amacı ile endişe alt boyutuna yönelik yapılan Post Hoc analizi sonucunda 4-6 yıl arası spor geçmişine sahip katılımcıların 7 yıl ve üzeri olan katılımcılardan endişe düzeyleri anlamlı şekilde daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır ($p<0.05$).

Tablo 11. Temel Psikolojik İhtiyaçlar İle Spor Kaygı Düzeyine Yönelik Spearman Korelasyon Analizi.

Ölçekler	n	Ort.	ss	1	2
1-Temel Psikolojik İhtiyaçlar	289	2,92	,42879	-	.088**
					.135**
2- Spor Kaygı Düzeyi	289	1,79	,49127		-

$p<.01^{**}$, $p<.05^*$

Tablo 11'de katılımcıların Temel Psikolojik İhtiyaçlar ile Spor kaygı düzeyleri arasında yapılan spearson korelasyon analizi sonucuna göre aralarındaki ilişkinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmektedir ($r=.088$, $p>0.05$).

Tablo 12. Temel Psikolojik İhtiyaçlar ile Spor Kaygı Düzeyine Yönelik Regresyon Analizi.

Bağımsız Değişken	Bağımlı Değişken	B	St. Hata	(β)	T	P	R	R ²	F	P
Temel Psikolojik İhtiyaçlar	Spor Kaygı Düzeyi	2,78	,096	,088	29,14	,135	,088	,008	2,250	,13

$p<.05$

Tablo 12'de anlamlılık düzeyi ($p>0.05$) olduğu için yapılan regresyon analizi anlamlı değildir. Aralarındaki ilişkinin yordalanmasına yönelik regresyon analizine göre; modelin açıklama gücü olarak ifade edilen değerleri R² değerleri ,008 olarak hesaplanmıştır ($R=.088$; $R^2=.008$; $p>.05$). Bu değerler temel psikolojik ihtiyaçların; spor kaygı düzeyi ile % 0,8 düzeyinde etkisini göstermektedir. Regresyon modeline dahil edilen bağımsız değişkenlerin beta katsayıları = 088 ;'dır ($p>.05$). Buna göre temel psikolojik ihtiyaçların ($p>.05$) olduğu için spor kaygı düzeyi üzerinde anlamlı bir etkiye sahip değildir.

TARTIŞMA ve SONUÇ

Temel psikolojik ihtiyaçlar ve alt boyutları ile cinsiyet değişkeni arasında yapılan analiz sonucunda anlamlı bir farklılığa ulaşılamamıştır. Gürer (2019) cinsiyete göre temel psikolojik ihtiyaçlarda istatistiksel olarak bir fark olmadığını bildirmiştir. Arslanoğlu vd., (2010) voleybol hakemlerine yönelik yaptıkları çalışmada temel psikolojik ihtiyaçlardan özerklik ve yeterli ihtiyacı ile cinsiyet arasında anlamlı bir farklılığın olduğunu bununda kadın katılımcıların lehine olduğu fakat ilişki ihtiyacı alt boyutu arasında anlamlı bir farklılığın olmadığını ifade etmişlerdir. Aynı şekilde Kesici vd., (2003) ve Öztürk (1983) yaptıkları çalışmalarında benzer sonuçlar elde etmişlerdir. Özmaden vd., (2022) cinsiyet değişkeninde özerklik alt boyutu dışında anlamlı düzeyde bir farkın

olmadığı sonucuna varmışlardır. Oluşan bu farkın ise kadın katılımcıların lehine bir durum olduğunu bildirmişlerdir. Spor kaygı durumu, somatik kaygı alt boyutu, endişe alt boyutu ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir farklılık olduğu sonucuna varılmıştır. Kadın katılımcıların erkek katılımcılara göre kaygı durumlarının anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir. Fakat konsantrasyon bozukluğu alt boyutunda ise anlamlı bir farklılığa ulaşılamamıştır. Kahya (2019) çalışmamıza benzer şekilde somatik ve endişe alt boyutlarında kadın katılımcıların ortalama kaygı düzeylerinin erkek katılımcılara göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu sonucuna varmıştır. Ünver vd., (2020) lisans düzeyindeki sporculara yönelik çalışmalarında, kadın sporcuların erkek sporculara göre kaygı düzeylerinin puan ortalamalarının daha yüksek olduğunu bildirmişlerdir. Sporculara yönelik yapmış olduğu çalışmada cinsiyet değişkeni açısından farklılık olmadığını bildirmişler (Karacabey vd.,2017; Bingöl vd., 2021). Çalışmalarda temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyi cinsiyet açısından farklılaşmamasına rağmen kadın bireylerin spor aktivitelerinde bulunmalarının getirmiş olduğu pozitif durumun etkisi ile sosyalleşme düzeylerinin artması ve bununda bireylerin psikolojik ihtiyaçlarına erkek bireylerden daha fazla etki edeceği söylenebilir. Ayrıca çalışmada sporcuların kaygı düzeylerinin kadın bireylerde daha yüksek çıkması kendilerinden beklenen toplumsal rollerin psikolojik bir baskı unsuru oluşturabileceği ve bununda kaygı düzeyinin kadın bireylerde daha yüksek çıkmasına neden olduğu söylenebilir.

Temel psikolojik ihtiyaçlar ve özerklik ihtiyacı alt boyutu ile yaş değişkeni arasında yapılan analizde anlamlı farklılık olduğu sonucuna varılmış, diğer alt boyutlarda ise anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Farklılığın 17 yaş katılımcılarının temel psikolojik ihtiyaçlar ve özerklik ihtiyacını karşılama düzeylerinin 14 yaş katılımcılarınkinden anlamlı şekilde daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. Gürer (2019) sporcular ile ilgili yaptığı çalışmasında özerklik alt boyutunun ilerleyen yaş ile birlikte daha fazla karşıladıklarını tespit etmiştir. Bayraktar (2007) güreşçilere yönelik yapmış olduğu çalışmaya baktığımızda sporcuların yaşları ilerledikçe ilişki ihtiyacının karşılanma düzeyinin arttığı sonucuna ulaşmıştır. Sarı vd., (2011) üniversitede eğitime devam edip spor bilimleri fakültesinde okuyan öğrenciler arasında yapmış oldukları araştırmada ise yaş durumunun ilişki ihtiyacı bakımından anlamlı bir değişken olmadığına ulaşmışlardır. Özmeden vd., (2022) çalışmalarında yaş değişkeni ile psikolojik ihtiyaçlar ve alt boyutlarına yönelik sonuçlarda anlamlı düzeyde bir durumun oluşmadığı sonucuna varılmışlardır . Spor kaygı durumu ve tüm alt boyutları ile yaş değişkeni arasında yapılan analizde anlamlı farklılık olmadığı sonucuna varılmıştır. Dorak vd., (1991) hentbolcuların yaşları ve kaygı puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulamamıştır. Benzer şekilde yapılan çalışmalar da yaş değişkeni açısından farklılık olmadığını ifade etmişlerdir (Türkçapar, 2012; Alpertonga vd., 2016). Takım içi ilişkileri ve kaygı düzeylerini değerlendirirken yaş durumunun kaygı düzeyleri arasında zıt yönlü bir durum olduğunu bildirmiştir (McNally, 2002). Kayaklı koşu sporcuları ile yapılan bir başka çalışmada ise endişe alt boyutunda 12-15 yaş arasında olanlar 16-20 yaş ve 21 yaş ve üzerindekiplerden, ölçek toplam puanlarında ise 12-15 yaş arasında olanlar ile 21 yaş ve üzeri olanlardan daha yüksek ortalama düzeyinde bir duruma sahip olduklarını bulmuştur (Yılmaz, 2022). Çalışmamızda farklı bir sonuç çıkmış olsa da küçük yaş gruplarında kaygı düzeyinin üst yaş gruplarına göre daha yüksek çıkması beklenen bir durum olarak düşünülebilir. Bireylerde temel ihtiyaçların karşılanmasında özellikle özerklik alt boyutunda ilerleyen yaş gruplarında bağımsız hareket etme, ebeveyn

destek ihtiyacında azalma, ergenlik dönemi oluşan bir takım psikolojik zorlukların sonraki dönemlerde azalması gibi faktörlerden dolayı temel psikolojik ihtiyaçlarda ve kaygı düzeyin de pozitif yönde etki ettiği ifade edilebilir.

Temel psikolojik ihtiyaçlar ve spor kaygı durumu ile tüm alt boyutlar dâhil eğitim düzeyi değişkeni arasında yapılan analizde anlamlı bir farklılığa ulaşılamamıştır. Şeker (2017) katılımcıların TPIÖ'nin yeterlik ihtiyacı alt boyutunda eğitim seviyesine göre anlamlı bir farklılık olduğu sonucuna varmıştır. Lise düzeyinde eğitim seviyesine sahip katılımcıların yeterlik ihtiyacı düzeyleri, lisans seviyesinde olan katılımcılara göre anlamlı şekilde daha düşük düzeyde olduğu sonucuna varmıştır. Duyan (2014) sporculara yönelik yaptığı çalışmada sporcuların almış olduğu eğitim seviyesinin temel psikolojik ihtiyaçlar alt boyutları bakımından anlamlı bir durum olmadığını bildirmiştir. Kayaklı koşu sporcularına yönelik yapılan bir başka çalışmada ise endişe alt boyutu ile ölçek toplam puanlarında eğitim seviyesi ilköğretim olan bireylerin eğitim seviyesi lisans olan bireylere göre kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır (Yılmaz, 2022). Eğitim seviyesinin kaygı durumu ve temel psikolojik ihtiyaçları karşılamada bireylere zihinsel bir farkındalık oluşturduğu, olaylar ve durumlar karşısında daha bilinçli hareket etmelerine katkı sağladığı ve bu durumda bireylerde pozitif yönde destek sağlayacağı düşünülebilir.

Temel psikolojik ihtiyaçlar ve tüm alt boyutları, spor kaygı durumu, somatik kaygı alt boyutu, konsantrasyon bozukluğu alt boyutu ile okul türü değişkeni arasında anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna varılmıştır. Fakat endişe alt boyutunda ise spor liseleri ile spor bilimleri fakültelerinde olan katılımcıların diğer okul türlerinde olan katılımcılara göre endişe düzeyleri anlamlı düzeyde daha düşük olduğu tespit edilmiştir. Erden (2021) lise öğrencilerine yönelik yaptığı çalışmasında temel psikolojik ihtiyaç düzeyleri ve kaygı düzeyleri ile okul türü değişkeni arasında anlamlı bir durumun olduğunu ifade etmektedir. Çalışmada sonuçların endişe alt boyutu dışında farklı çıkmaması katılımcıların tamamının spor ile ilgilenmesi olarak yorumlanabilir.

Temel psikolojik ihtiyaçlar, spor kaygı durumu ve tüm alt boyutları ile maddi gelir değişkeni arasında yapılan analizde anlamlı farklılık olmadığı sonucuna varılmıştır. Duyan (2014) yapmış olduğu çalışmada temel psikolojik ihtiyaçlar ve tüm alt boyutlarında gelir durumunda anlamlı farklılıklar olduğunu ve farklı gelir grubunda bulunan bireylerin ihtiyaçları karşılamada gelir düzeyinin değişkenlik gösterdiği sonucuna varmıştır. Şeker (2017) temel psikolojik ihtiyaçları ölçeğinin yeterlik ihtiyacı ve ilişki ihtiyaçları alt boyutlarında gelir durumları orta düzey olan katılımcıların gelirleri daha da arttıkça yeterlik ve ilişki ihtiyaçlarının da karşılandığı yönünde sonuçlar elde etmiştir. Sporcuların kaygı düzeylerinin aylık gelir düzeyi durumlarına göre değişmediği sonucuna varmışlardır (Karaman, 2009; Dişçi vd., 1989). Benzer şekilde Yılmaz (2022) maddi gelir düzeyinin kaygı düzeyi ile anlamlı bir ilişki göstermediği sonucuna varmıştır. Demir (2020) güreşçiler ile ilgili yapmış olduğu çalışmasında da benzer sonuçlar elde edilmiştir. Literatürde maddi gelir düzeyinin kaygı düzeyini etkilediği yönünde çalışmalarında olduğu bildirilmektedir (Civan vd., 2010; Bilge ve Pektaş (2004). Bireylerin maddi gelir düzeyinin artması bir takım fiziksel ve psikolojik ihtiyaçlarını karşılamada destek sağlayacağı, yaşam standartlarına katkı da bulunacağı düşünülebilir. Ayrıca özellikle spor yapan bireylerin gerektiğinde yaşadıkları müsabaka, antrenman, seyirci veya çevresel gibi baskı unsuru olabilecek hususlarla baş edebilme ve bunları kontrol altında tutabilme konusunda

uzman psikologlardan destek alma konusunda maddi durumun karşılanmasında gelir düzeyinin etkili olabileceği söylenebilir.

Temel psikolojik ihtiyaçlar ve tüm alt boyutları ile lisanslı spor yapma durumu değişkeni arasında yapılan analizde anlamlı farklılık olmadığı, ancak spor kaygı düzeyi ve somatik kaygı alt boyutu ile lisanslı spor yapma durumu değişkeni arasında anlamlı bir farkın olduğu sonucuna varılmıştır. Evet cevabını veren katılımcıların kaygı düzeyi hayır cevabını veren katılımcılarınkinden daha düşük bulunmuştur. Lisanslı spor yapmanın bireylerin bir takıma, kulübe ya da okula karşı kendileri açısından aidiyet duygusunda bağlanma oluşturabileceği bunda sporcuların kaygı düzeylerinin azalmasına neden olabileceği şeklinde ifade edilebilir.

Temel psikolojik ihtiyaçlar ve tüm alt boyutları ile kaç yıldır spor yapıyorsunuz? değişkeni arasında yapılan analizde anlamlı farklılık olmadığı sonucuna varılmıştır. Çalışmamıza benzer şekilde spor deneyim yılının anlamlı bir farklılık oluşturmadığı sonucuna varılmıştır (Şeker, 2017). Doğa sporları ile ilgilenen bireyler ile yapılan bir diğer çalışmada da ölçek ve tüm alt boyutlarının spor geçmişi ile anlamlı bir ilişkide olmadığını ortaya koymaktadır (Gürer, 2019). Spor bilimleri fakültesi öğrencileri ile yapılan bir diğer çalışmada ölçek toplam puanı ile özerklik alt boyutlarında spor geçmişi daha fazla olan katılımcıların puan değerleri anlamlı şekilde pozitif yönde farklılaştığı bildirilmiştir (Tiryaki vd., 2020). Spor kaygı durumu ve tüm alt boyutları ile kaç yıldır spor yapıyorsunuz? değişkeni arasında yapılan analizde endişe alt boyutu dışında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı sonucuna varılmıştır. Endişe alt boyutundaki farklılığın ise 4-6 yıl arası spor geçmişine sahip katılımcıların 7 yıl ve üzeri olan katılımcılardan endişe düzeyleri anlamlı şekilde daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. Yılmaz (2022) yapmış olduğu çalışma ölçek ve tüm alt boyutlarında spor geçmişinin kaygı düzeyi üzerinde anlamlı şekilde düşmesine etki ettiği sonucuna varmıştır. Başaran (2008) çalışmasında sporcuların hem sürekli hem de durumluk kaygı düzeyleri ile spor geçmişi arasında anlamlı bir ilişki olduğunu ve bunun kaygı düzeyi ile ters yönlü bir durum oluştuğunu bildirmiştir. Literatürden farklı olarak çalışmamıza da kısmen benzer şekilde Hocoğlu (2017) çalışmasına göre ise spor yapma süresi ile spor kaygı düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın bulunmadığını bildirmiştir. Spor geçmişinin veya deneyiminin bireylere zihinsel ve fiziksel olarak katkı sağlayacağı ve bu durumda temel psikolojik ihtiyaçlar ile spor kaygı düzeyi üzerinde etkili olması beklenen bir durum olarak ifade edilebilir.

Katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçlar ile spor kaygı düzeyleri arasında yapılan spearson korelasyon analizi ile regresyon analizinde aralarındaki ilişkinin anlamlı olmadığı sonucuna varılmıştır. Buna göre temel psikolojik ihtiyaçların ($p > .05$) olduğu için spor kaygı düzeyi üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olmadığı sonucuna varılmıştır. Arslanoğlu vd., (2010) voleybol hakemleri ile ilgili yaptıkları çalışmada kaygı düzeyleri ile özerklik ve ilişki ihtiyacı arasında pozitif ve anlamlı, yeterlilik ihtiyacı arasında negatif ve anlamlı bir ilişkinin olduğu yönünde sonuçlara ulaşıldığını bildirmiştir. Sarı vd., (2011) araştırmalarında kaygı düzeylerinin temel psikolojik ihtiyaçlar ile anlamlı yönde bir ilişkinin olduğunu ifade etmiş ve bu durumun alt boyutlar ile birlikte ihtiyaç düzeylerinin karşılanmasının kaygı düzeyinde anlamlı bir düşüşe neden olduğunu belirtmişlerdir. Erden (2021) çalışmasında temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyleri ile kaygı düzeyleri arasındaki korelasyon sonuçlarına göre,

temel psikolojik ihtiyaçlar ölçeği ve alt boyutları arasında pozitif yönlü orta ve yüksek düzeyde anlamlı bir ilişkinin olduğunu bildirmişlerdir.

Temel psikolojik ihtiyaçlar ölçeği ortalaması (2,92) ortalamasının üzerinde, spor kaygı ölçeği-2 ise (1,79) ortalama düzeyin altında bir puan durumuna sahip olduğu sonucuna varılmıştır. Çalışmanın sporculara yönelik olarak yapılması ölçek ortalamalarına beklenen yönde yansımakla birlikte güçlü bir düzeyde olmadığı ifade edilebilir. Özmaden vd., (2022) spor bilimleri fakültesi öğrencilerine yönelik yapmış oldukları çalışmada ölçek ve tüm alt boyutlarının ortalama düzeyin üzerinde olduğunu bildirmişlerdir. Şeker (2017) temel ihtiyaçlar ölçeği alt boyutlarına yönelik yaptığı çalışmada sırası ile özerklik ihtiyacı (3,32), yeterlilik ihtiyacı (3,45), ilişki ihtiyacı (3,54) puan düzeylerinin tamamının ortalamasının üzerinde olduğunu bildirmiştir. Sarı vd., (2011) temel psikolojik ihtiyaçlar ölçeği özerklik alt boyutunu (17,11), yeterlilik ihtiyacı alt boyutunu (17,05), ilişki ihtiyacı alt boyutunu (19,21) şeklinde, kaygı ölçeği ortalama puan durumunu ise (43,33) olarak bulunduğunu bildirmiştir. Yılmaz (2022) sporda kaygı ölçeği ortalama puan değerini 29,53 olarak bulmuştur.

Sonuç olarak sporcularda temel psikolojik ihtiyaçların karşılanması ile kaygı düzeyleri arasındaki ilişki ile birlikte demografik değişkenler açısından etkisi incelenmiş; temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyi genel ortalaması iyi durumda, spor kaygı düzeylerinin ise ortalamasının altında olduğu tespit edilmiştir. Temel psikolojik ihtiyaçlar ile yaş arasında, spor kaygı durumu, cinsiyet ve lisanslı spor yapma, endişe alt boyutu ile okul türü ve kaç yıldır spor yapıyorsunuz?, somatik kaygı alt boyutu ile lisanslı spor yapma durumu değişkenleri arasında anlamlı bir farkın olduğu sonucuna varılmıştır ($p<0,05$). Temel psikolojik ihtiyaçların karşılanması ile spor kaygı düzeyleri arasındaki ilişkiyi belirlemek amacı ile yapılan regresyon ve spearman korelasyon analizlerinde ise anlamlı farklılık olmadığı ortaya çıkmıştır ($p>0,05$). Ayrıca iki ölçek arasında anlamlı bir fark olmasa da çalışmada katılımcıların tamamının sporculardan oluşmasından kaynaklı olarak, ölçeklere ait ortalama değerlerin temel psikolojik ihtiyaçlar açısından ortalamasının üzerinde (2,79) olduğu, spor kaygı ölçeğinde ise bu oranın (1,79) ortalama düzeyin altında olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Özellikle kadın sporculara yönelik olarak cinsiyet değişkeninde pozitif yönde olumlu çıkması önemli bir durum olarak ifade edilebilir. Ölçekler arasındaki ilişkide anlamlı düzeyde bir sonuç ortaya çıkmamasına rağmen ölçek puan ortalamalarının bireylerin lehine olacak şekilde olması sporun pozitif anlamda etkisini bireyler üzerinde gösterdiği sonucuna ulaşılabilir.

ÖNERİLER

Sportif faaliyetlerle ilgilenen kurum ve kuruluşlar sporcuların özerklik, yeterlilik, ilişkide olma ve somatik, endişe ve konsantrasyon gibi kavramları içeren sporcuların kaygı ve temel psikolojik ihtiyaçların neler olduğu ve bireyler üzerindeki etkilerinin sporcu kimliğini nasıl etkilediğine yönelik uzmanlar aracılığı ile seminer, konferans vb. eğitim faaliyetleri yapabilirler.

Özellikle üst düzey performans beklenen sporculara yönelik psikolojik destek anlamında maddi ve manevi bireysel yardımlar sağlanabilir.

Sporculara yönelik olarak yapılan bu araştırmadan farklı olarak diğer sedanter bireylere yönelikte yapılması spora karşı toplumsal farkındalık düzeyine katkı sağlayabilir.

Sporun sadece bir boş zaman faaliyeti ya da fiziksel sağlık üzerinde katkılarının olduğu şeklinde düşünülmemesi gerektiği bireyler üzerinde sporcu olsun veya olmasın psikolojik bir destek unsuru da olduğu ve zihinsel sağlık konusunda olumlu katkıları bulunduğu etkili bir şekilde dijital ortamlarda, basılı ya da görsel medya da sürekli olarak paylaşılabılır.

Etik Metni

“Bu makalede dergi yazım kurallarına, yayın ilkelerine, araştırma ve yayın etiği kurallarına, dergi etik kurallarına uyulmuştur. Makale ile ilgili doğabilecek her türlü ihlallerde sorumluluk yazarlara aittir.” Bu çalışma için Bitlis Eren Üniversitesi Rektörlüğu Etik İlkeler ve Etik Kurulu'ndan 25.01.2024 tarih ile 2024/01-1312 ve E.4972 karar numaralı etik kurul onayı alınmıştır.

Yazar(lar)ın Katkı Oranı Beyanı: Bu çalışmada birinci yazarın katkı oranı %60, ikinci yazarın katkı oranı %40'tır.

KAYNAKÇA

- Alpertonga, H., Ünsar, A. S., & Koldere Akin, Y. (2016). Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin kaygı ve stres düzeylerinin belirlenmesine yönelik bir alan araştırması. *Sosyal Ekonomik Araştırmalar Dergisi*, 16(32), 71-83. <https://doi.org/10.30976/susead.302136>
- Arslanoğlu, E., Tekin, M., Arslanoğlu, C., & Özmütlu, İ. (2010). Voleybol hakemlerinin çeşitli değişkenlere göre kaygı ve temel psikolojik ihtiyaç düzeylerinin incelenmesi (Ankara ili örneği). *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 7:2.
- Başaran, C. (2008). *Çeşitli tür liselerde öğrenim gören öğrencilerin saldırganlık düzeylerinin incelenmesi*. [Yüksek Lisans Tezi]. Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı.
- Bayraktar, G. (2007). *Güreşçilerin psikolojik ihtiyaçları ile atılganlık düzeylerinin bireysel başarılarına etkisi*. [Yayınlanmamış Doktora Tezi]. Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sağlık Bilimleri.
- Bilge, A., & Pektaş, İ. (2004). Öğrencilerin sosyo kültürel özellikleri, durumluk sürekli kaygı düzeyleri ve başa çıkma becerilerinin incelenmesi. *Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksek Okulu Dergisi*, 20(1),47-55.
- Büyükoztürk, ř., Kılıç, E., Akgün, Ö.E., Karadeniz, ř., & Demirel, F. (2014). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Pegem Yayınları.
- Civan, A., Arı, R., Görücü, A., & Özdemir, M., (2010), Bireysel ve takım sporcularının müsabaka öncesi ve sonrası durumluluk ve sürekli kaygı düzeylerinin karşılaştırılması. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi [Bağlantıda]*. 7:1.
- Deci, E.L., & Ryan, R.M. (2000). The 'what' and 'why' of goal pursuits: Human need sand the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-268.
- Demir, H. (2020). *Güreşçilerde müsabaka öncesi imgeleme düzeyinin durumluk kaygıya etkisi*. [Yüksek Lisans Tezi]. Yozgat Bozok Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı.

- Dişçi, R., Güngörmüş, O., Ayman, U., & Minibaş, J. (1989). İstanbul Üniversitesi Edebiyat Fakültesi öğrencilerinin sosyo-ekonomik özellikleri ile durumluk-sürekli kaygı düzeyleri arasındaki ilişkileri belirlemeye yönelik istatistiksel bir çalışma. *Tıp fakültesi Mecmuası*, 52, 79-86.
- Dorak, F., & Şefik, T. (1991). Sporcularda başarı ve başarısızlıkların nedenleri. *Spor Bilim Dergisi*, 2(5).
- Durmaz, M., & Akkuş, R. (2016). Öz belirleme kuramı perspektifinden matematik kaygısı, motivasyon ve temel psikolojik ihtiyaçlar. *Eğitim ve Bilim*, 41(183).
- Duyan, M. (2014). *Sporcuların psikolojik yardım arama tutumları, psikolojik ihtiyaçları ve psikolojik uyumlarının spor dallarına göre karşılaştırılması*. [Yüksek Lisans Tezi], Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı.
- Erden, Z.Ş. (2021). *Covid-19 pandemi döneminde lise öğrencilerinin kaygı ve temel psikolojik ihtiyaçlarının incelenmesi*. [Yüksek Lisans Tezi]. Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Tezli Yüksek Lisans Programı.
- George, D., & Mallery, P. (2016). IBM SPSS statistics 23 step by step: A simple guide and reference. (14 th ed.) New York: Routledge.
- Güleç, C., & Köroğlu, E. (1997). *Psikiyatri temel kitabı*. Hekimler Yayın Birliği.
- Hocaoğlu, M. (2017). *Sporcularda kendinle konuşma ve spor kaygı düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi*. [Yüksek Lisans Tezi]. İstanbul Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- İkizler, C. (1994). *Sporla başarının psikolojisi*. Alfa Yayıncılık, Genişletilmiş.
- Kahya, (2019). *Tematik spor lisesi öğrencilerinin optimal performans duygu durumları ile sporda kaygı düzeylerinin incelenmesi*. [Yüksek Lisans Tezi]. Sivas Cumhuriyet Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı.
- Karacabey, K., Apur, U., Öntürk, Y., & Akyel, Y. (2017). Ergen sporcuların kaygı ve kendine güven düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. Sporcu Eğitim Merkezleri Örneği. *Batman Üniversitesi Yaşam Bilimleri Dergisi*, 7: 2/1.
- Karadağ, D., & Aşçı, F.H. (2020). Adölesan sporcularda çok boyutlu kaygının değerlendirilmesi: spor kaygı ölçeği-2'nin geçerlik ve güvenilirliği. *Türkiye Klinikleri Spor Bilimleri Dergisi*, 12(3), 330-338.
- Karaman, S. (2009). *Sağlık ile ilgili programlarda öğrenim gören üniversite öğrencilerinin durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri*. [Yüksek Lisans Tezi] Erciyes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü , Halk Sağlığı Ana Bilim Dalı.
- Karasar, N. (2011). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Nobel Yayınları.
- Kesici, Ş., Üre, Ö., Bozgeyikli, H., & Sünbül, A.M. (2003) Temel psikolojik ihtiyaçlar ölçeğinin geçerlik ve güvenilirliği. VII. Ulusal PDR Kongresi Bildiri Özetleri Kitabı, İnönü Üniversitesi, Malatya
- Ntoumanis, N., Edmunds, J., & Duda, J.L.(2009). Understanding the coping process from a self-determination theory perspective, *British Journal of Health Psychology*, (14), 249-260.
- Özbaydar, S. (1983). *İnsan davranışlarının sınırları ve spor psikolojisi*. Altın Kitaplar Yayınevi.
- Öztürk, M, (1983). *İki meslek grubundaki bireylerin psikolojik gereksinim örüntüleri*. [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Fakültesi.

- Sarı, İ., Yenigün, Ö., Altıncı, E.E., & Öztürk, A. (2011). Temel psikolojik ihtiyaçların tatmininin genel öz yeterlik ve sürekli kaygı üzerine etkisi, Sakarya Üniversitesi Spor Yöneticiliği Bölümü örneği. *Sportmetre, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 9(4), 149-156.
- Sebire, S.J., Standage, M., & Vansteenkiste, M. (2009). Examining intrinsic versus extrinsic exercise goals: Cognitive, affective, and behavioral outcomes. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 31, 189-210.
- Slotter, E.B., & Finkel, E.J. (2009). The strange case of sustained dedication to an unfulfilling relationship: Predicting commitment and breakup from attachment anxiety and need fulfillment within relationships. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 35, 85-100.
- Smith, R.E., Smoll, F.L., Cumming, S.P., & Grossbard, J.R. (2006). Measurement of multidimensional sport performance anxiety in children and adults: The Sport Anxiety Scale-2. *J Sport Exerc Psychol*. 28(4):479-501. [Crossref]
- Smith, R.E., Smoll, F.L., & Schutz, R.W. (1990). Measurement and correlates of sport-specific cognitive and somatic trait anxiety: the sport anxiety scale. *Anxiety Research*. 2(4):263-80. [Crossref].
- Şeker, R. (2017). *Elit sporcularda hedef yöneliminin, temel psikolojik ihtiyaçlar ile başarısızlık korkusu üzerine etkisi*. [Yüksek Lisans Tezi]. Hitit Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı.
- Türkçapar, Ü. (2012). Güreşçilerin farklı değişkenler açısından sürekli kaygı düzeylerinin incelenmesi. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 32(1), 129-140.
- Ünver, Ş., Şimşek, E., İslamoğlu, İ., & Arslan, H. (2020). Üniversite takımlarında yer alan sporcuların yaralanma kaygı düzeylerinin incelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 14(3), 400-410.
- Yılmaz, H. (2022). *Kayaklı koşu sporcularının zihinsel antrenman ile sporda kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. [Yüksek lisan tezi]. Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı.