



## Elit genç sporcuların hedef yönelimi ile akıldışı performans inançları arasındaki ilişkinin incelenmesi

Ali Burak TOY<sup>1</sup>, Murat AYGÜN<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Ardahan Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ardahan, Türkiye

**Araştırma Makalesi/Research Article**

**DOI:** 10.5281/zenodo.10030263

Gönderi Tarihi/Received:

Kabul Tarih/Accepted:

Online Yayın Tarihi/Published:

11.09.2023

21.10.2023

29.10.2023

### Öz

Bu araştırmada, elit genç sporcularda akıldışı performans inançları ile hedef yönelimi arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın çalışma grubunu aktif olarak lisanslı 238 erkek sporcu (yaş=19,31±3,14) oluşturmuştur. Araştırmada, Sporda Görev ve Ego Yönelimi Ölçeği (SGEYÖ) ve Akıldışı Performans İnançları Envanteri-2 (APIE-2) kullanılmıştır. Elde edilen veri setine, tanımlayıcı istatistikler ve Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı analizleri kullanılmıştır. Yapılan analizler sonucunda, hedef yönelimi ölçeğinin ego yönelimi ve görev yönelimi alt boyutları ile akıldışı performans inançları envanterinin talepkarlık, felaketleştirme, düşük tolerans ve değersizleştirme alt boyutları ile toplam APIE puanı arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmüştür ( $p<0,05$ ). Sonuç olarak, hedef yönelimi alt boyutları olan görev yönelimi ve ego yöneliminin akıldışı performans inançları düzeyleri ile ilgili olduğu düşünülmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Akıldışı performans inançları, elit genç sporcular, sporda hedef yönelimi, sporda görev ve ego

### *Exploring the relationship between elite young athletes' irrational performance beliefs and sports goal orientation*

#### **Abstract**

*In this study, the aim was to examine the relationship between irrational performance beliefs and goal orientation in elite young athletes. The study group consisted of 238 actively licensed male athletes (age = 19.31 ± 3.14). In the research, The Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire (TEOSQ) and the Irrational Performance Beliefs Inventory-2 (IPBI-2) were used. Descriptive statistics and Pearson Product-Moment Correlation Coefficients were used to analyze the obtained data set. The analysis revealed a positive relationship between the goal orientation scale and the ego orientation and task orientation sub-dimensions, and the irrational performance beliefs inventory's demand for approval, catastrophizing, low frustration tolerance, and devaluing sub-dimensions, as well as the total IPBI score ( $p<0.05$ ). In conclusion, it is believed that goal orientation sub-dimensions, namely task orientation and ego orientation, are related to levels of irrational performance beliefs.*

**Keywords:** Elite young athletes, irrational performance beliefs, sports goal orientation, sport task and ego

**Sorumlu Yazar/Corresponded Author:** Ali Burak TOY, **E-posta/e-mail:** [aliburaktoy@ardahan.edu.tr](mailto:aliburaktoy@ardahan.edu.tr)

The Extended English Abstract is located the end of the Article.

Bu araştırma 8-10 Eylül 2023 tarihleri arasında ERPA Uluslararası Sağlık ve Spor Bilimleri Eğitim Kongresi'nde sözlü bildiri olarak sunulmuştur.

## GİRİŞ

Spor, toplumsal ve bireysel düzeyde incelenen dinamik bir bilim dalı olarak önemli bir yer tutmaktadır. Spor yapan bireylerin fiziksel özelliklerinin yanı sıra toplumsal ve bireysel davranış motivasyonlarını içeren psikolojik unsurlar araştırılmaktadır. Egzersiz ve spor psikolojisi araştırmaları, katılımcıların egzersiz ve spor faaliyetlerindeki bilişsel, duygusal ve davranışsal etkilerini gözlemlemeyi ve anlamlandırmayı hedeflemektedir. Sporun, fiziksel, zihinsel ve duygusal yönden olumlu etkilere sahip olduğu literatürde sıklıkla vurgulanmaktadır (Weinberg & Gould, 2015). Fakat, üstün gelmeye ve rekabete dayalı sporlarda birçok faktör sporcuların stres ve kaygı yaşamasına sebep olmaktadır (Fadare ve ark., 2022).

Kaygı ve stres hemen hemen tüm sporlarda görülebilecek yaygın bir durumdur (Raglin & Hanin, 2000). Fakat takım sporlarının bireysel sporlara göre daha fazla hata toleransı içerdiği söylenebilir. Takım sporlarında sporcunun alacağı bireysel risk veya yapacağı bir hata bir diğer takım sporcusu tarafından telafi edebilme şansına sahipken, bireysel sporlarda bu durum daha zorlu sonuçları ortaya çıkarabilmektedir. Bireysel ve doğası gereği rekabete dayalı mücadele sporlarının yapılması ve bu sporlarda başarıya ulaşılması, yüksek fedakârlık ve zahmet gerektiren, uzun süreli emek ve disiplini içeren bir yolculuktur (Toy, 2023). Rekabete dayalı sporlarda yüksek başarı kazanma hedeflerinin çetin bir süreç olmasından dolayı (Reardon & Factor, 2010) sporcuların psikolojik iyiliğini koruyabilmeleri, sağlıklı düşünebilmeleri ve duygularını yönetebilmelerinde sürekli artan bir endişe hali mevcuttur (MacIntyre ve ark., 2018).

Bireylerin yaşamlarındaki öncelikler, hedefler, önem sıralamaları, karar alma süreçlerinde duygu ve düşüncelerin önemli rol oynadığı ifade edilmektedir (Izard, 2009). Sporda duygu, düşünce ve davranışlara yönelik henüz yeni bir kavram olan akıldışı performans inançlarının, psikoloji bilimindeki bilişsel kuramlar içerisinde yer alan akılcı duygusal davranışçı kuram temeline dayandığı bilinmektedir (Toy, 2023). Bireydeki davranış ve duyguların kaynağının sadece yaşanan deneyimler değil, aynı zamanda bu deneyimlere yüklenen anlam ve düşüncelerin etkili olduğu vurgulanmaktadır. Dolayısıyla bireylerin olaylara yönelik inanç ve düşüncelerinin rasyonel yani akılcı olup olmaması bireyin duyguları ve davranışları üzerinde bir karar mercii olabilmektedir. Sporcuların zorluk içeren durumlarda akılcı (rasyonel) düşünce yapısına sahip olmaları gerekmektedir. Aksi takdirde akıldışı (mantıksız) inançlara sahip olduklarında uyumsuz davranışlar gösterme (hedefe ulaşmayı zorlaştıran davranışlar, kaçınma eğilimi vb.), kaygı (performansa zarar verebilecek düzeyde), öfke ve suçluluk gibi olumsuz duyguları yaşayacaklardır (David ve ark., 2005). Turner ve

Barker (2014) sporcuların duygusal rahatsızlıklarının yüksek akıldışı inançlardan kaynaklanabileceğini ifade etmişlerdir. Akıldışı inançlar, dayatmacı ve zorunluluk içeren düşüncelerden beslenmektedir. Örneğin; bir hedefe ilişkin “ulaşmak istiyorum” ya da “yapmak istiyorum” düşüncesi akılcı bir inanç iken “ulaşmak zorundayım” ya da “yapmak zorundayım” düşüncesi akıldışı bir düşünce olarak değerlendirilmektedir.

Eşit şartlarda hazırlık yapan ve benzer motorik kapasitelerine sahip olan birçok sporcunun yalnızca bir kısmı yüksek düzeyde performansa ve başarıya ulaşabilmektedir. Bu farklılığın birçok nedeni olabileceği gibi bunlardan bir tanesi sporcuların olaylar ve durumlar karşısında geliştirmiş oldukları düşünce tarzlarıdır. Sporcuların aile, antrenör, rakip, antrenman, yarışma, seyirci, hakem vb. sportif dinamikler üzerine akılcı ya da akıldışı inançlarının sportif kariyerlerinde oldukça önemli etkiye sahip olduğu belirtilmektedir (Toy, 2023).

Spor ortamındaki becerilerin geliştirilmesinde duygu ve düşüncelerinin yanı sıra güdülenme faktörü de önemli rol oynamaktadır. Sporcuların becerilerini geliştirmek için güdülenmesinde iki faktör olduğunu belirten Nicholls (1985), görev yönelimi ve ego yönelimi kavramlarını *başarı hedef yönelimi* üst başlığında ifade etmiştir. Görev yönelimi: sporcunun yeteneğinin geliştirilmesine odaklanılması olarak tanımlanırken; ego yönelimi: yeteneğini diğerlerine kanıtama ve diğerleri gözünde yeteneksiz gözükmekten kaçınma eğilimi olarak ifade edilmektedir. Sporcuların görev yönelimli ya da ego yönelimli olma durumları, içerisinde bulunduğu şartlara ve öznel tercihlere göre değişiklik göstermektedir (Jagacinski & Strickland, 2000). Spor ortamındaki hedeflere gösterilen adanmışlık düzeyinin başarı motivasyonu için önemli bir unsur olduğunu belirtilmiştir (Duda, 1989). Hedefe ulaşmadaki başarı ve başarısızlık durumunun yorumlanabilmesi için hedefin bilinmesi önemli bir faktördür (Weinberg & Gould, 2015). Bu nedenle, belirlenen hedeflere ulaşmaya yönelik gösterilen davranış şekilleri hedef yönelimi hakkında önemli ipuçları sağlamaktadır. Duda ve Nicholls (1992) görev yönelimini sporcunun yeni şeyler öğrenme, bir görevde ya da beceride ustalaşma, önceki performans düzeyinin bir üstüne çıkma gibi sporcunun kendisini referans aldığı amaçlar olarak tanımlamıştır. Ego yöneliminde ise diğerlerinden (takım arkadaşları, rakip oyuncular) daha üstün performans gösterme, kendini diğerlerinden ön plana çıkartma ve en iyilerinden birisi olmayı isteme gibi hedefler yer almaktadır. Görev ve ego yönelimli hedeflerin ve davranışlar her sporcuda olmakla birlikte gösterilen düzey seviyesi sporcunun hedef yönelimi düzeyini belirlemektedir (Jagacinski & Nicholls, 1984).

Sporcuların yarışmaya ya da yarışmadaki durumlara yönelik hedefleri görev yönelimli ve ego yönelimli olabilmektedir. Yine, sporcular yarışmaya ya da yarışma içindeki durumlara yönelik akılcı ya da akıldışı düşüncelere sahip olabilmektedirler. Spor psikolojisinde literatürde sıklıkla ele alınan hedef yönelimi kavramı, literatürde yeni olan akıldışı performans inançları ile ilişkisi bilinmemektedir. Bu çalışmada akıldışı performans inançları ile hedef yönelimleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmaktadır.

## **YÖNTEM**

Bu araştırma nicel araştırma türlerinden betimsel tarama modeline uygun olarak düzenlenmiştir.

### **Araştırma grubu (evren-örneklem)**

Araştırmanın çalışma grubunu Ankara, Bursa, İzmir ve İstanbul illerinde farklı spor branşlarında spor yapan en az 5 yıl deneyime sahip 238 gönüllü erkek sporcu oluşturmaktadır. Araştırmada belirli bir grubun özelliklerini anket yolu ile tespit edilmesi amaçlandığı için tarama modeli kullanılmıştır (Büyüköztürk, 2016). Çalışmanın yapılabilmesi için Ardahan Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etik Kurulu'ndan 2022-2ÖNP-0144 numaralı Etik Kurul Onayı alınmıştır.

Araştırmada yer alan sporcular ve spor branşlarından güreş=63 sporcu (%26.5), tenis=43 sporcu (%18.1), taekwondo=40 sporcu (%16.8), wushu=33 sporcu (%13.9), kick boks=33 sporcu (13,9) ve judo=26 sporcu (%10.9) olarak dağılım göstermektedir. Örneklem grubu sporcuların yaş ortalamaları  $19,31 \pm 3.14$  olarak hesaplanmıştır.

### **Veri toplama araçları**

Araştırmada sporcuların hedef yönelimini belirlemek amacıyla “Sporda Görev ve Ego Yönelimi Ölçeği (SGEYÖ)” ve akıldışı performans inançlarını belirlemek amacıyla “Akıldışı Performans İnançları Envanteri-2 (APIE-2)” kullanılmıştır.

### **Sporda görev ve ego yönelimi ölçeği (SGEYÖ)**

Sporda Görev ve Ego Yönelimi Ölçeği-SGEYÖ (Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire) Duda ve Nicholls (1992) tarafından hedef belirlemede bireysel farklılıkları ortaya çıkarmak amacıyla geliştirilmiştir. Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması Toros (2004) tarafından yapılan Sporda Görev ve Ego Yönelimi Ölçeği 13 madde ve 2 alt boyuttan oluşmaktadır.

### Akıldışı performans inançları envanteri-2 (APİE-2)

Tunner ve Allen (2018) tarafından geliştirilen Türkçe formunun geçerliği ve güvenilirliği Urfa ve Aşçı (2018) tarafından yapılan “Akıldışı Performans İnançları Envanteri-2 (APİE-2)” kullanılmıştır. Akıldışı Performans İnançları Envanteri 20 madde 4 alt boyuttan (talepkarlık, felaketleştirme, düşük tolerans ve değersizleştirme) oluşmaktadır.

### Verilerin analizi

Elde edilen veri setinde, katılımcıların demografik özellikleri ile envanterlerden aldıkları puanlar için tanımlayıcı istatistiksel yöntemlerden, frekans (n), yüzde (%), aritmetik ortalama ( $\bar{X}$ ), standart sapma (SS) ile çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerleri kullanılmıştır. Çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) puanları dikkate alındığında veri setinin normal dağılım gösterdiği görülmektedir (Peat & Barton, 2005). Katılımcıların akıldışı performans inançları ve hedef yönelimine ilişkin almış oldukları puanlar arasındaki ilişkinin tespit edilmesi amacıyla, Pearson momentler çarpımı korelasyon hesaplamaları yapılmıştır. Sonuçların yorumlanmasında anlamlılık düzeyi 0,05 olarak dikkate alınmıştır.

### BULGULAR

Tablo 1. Sporcuların hedef yönelimi ile akıldışı performans inançlarına ait tanımlayıcı istatistikler

Ölçekler	Alt Boyutlar	$\bar{X}$	S.S.	Çarpıklık (Skewness)	Basıklık (Kurtosis)
SGEYÖ	Görev Yönelimi	3,80	0,89	-1,148	1,039
	Ego Yönelimi	3,47	1,00	-0,651	-0,737
APİE	Talepkarlık	3,56	0,79	-0,346	-0,391
	Felaketleştirme	3,25	0,80	-0,142	-0,592
	Düşük Tolerans	3,60	0,83	-0,787	0,233
	Değersizleştirme	3,08	0,70	-0,157	0,338
	Toplam APİE		3,37	0,64	-0,337

SGEYÖ: Sporda Görev ve Ego Yönelimi Ölçeği, APİE: Akıldışı performans İnançları Envanteri

Tablo 1’de elde edilen tanımlayıcı analizlere göre, katılımcıların hedef yönelimi ve akıldışı performans inançlarına ilişkin elde ettikleri puanlar, standart sapma ve normal dağılım test sonuçları yer almaktadır. Bununla birlikte sporcuların hedef yönelimi içerisinde en yüksek ortalama değerin 3,80 (s.s.=0,89) ile görev yöneliminde olduğu, akıldışı performans inançlarında en yüksek ortalamanın 3.60 (s.s.=0,83) ile düşük tolerans alt boyutundan elde edildiği görülmektedir (Tablo 1).

**Tablo 2. Sporcuların hedef yönelimi ile akıldışı performans inançları arasında korelasyon analizi sonuçları**

	1	2	3	4	5	6	7
1. Görev Yönelimi							
2. Ego Yönelimi	0,687**						
3. Talepkarlık	0,221**	0,363**					
4. Felaketleştirme	0,253**	0,386**	0,639**				
5. Düşük Tolerans	0,294**	0,334**	0,680**	0,430**			
6. Değersizleştirme	0,214**	0,310**	0,558**	0,632**	0,402**		
7. Toplam APİE	0,302**	0,428**	0,885**	0,825**	0,782**	0,775**	

\*p <0,05; \*\*p <0,001 APİE: Akıldışı Performans İnançları Envanteri

Tablo 2’de Pearson momentler çarpımı korelasyon analizi sonuçlarına göre, hedef yönelimi alt boyutu olan görev yönelimi ile akıldışı performans inançları puanları alt boyutları olan talepkarlık ( $r=0,22$ ;  $p<0,05$ ), felaketleştirme ( $r=0,25$ ;  $p<0,05$ ), düşük tolerans ( $r=0,29$ ;  $p<0,05$ ), değersizleştirme ( $r=0,21$ ;  $p<0,05$ ) ve toplam APİE puanları ( $r=0,30$ ;  $p<0,05$ ) arasında orta düzey pozitif yönde ilişkilerin olduğu görülmektedir.

Hedef yönelimi alt boyutu olan ego yönelimi ile akıldışı performans inançları puanları alt boyutları olan talepkarlık ( $r=0,36$ ;  $p<0,05$ ), felaketleştirme ( $r=0,38$ ;  $p<0,05$ ), düşük tolerans ( $r=0,33$ ;  $p<0,05$ ), değersizleştirme ( $r=0,31$ ;  $p<0,05$ ) ve toplam APİE puanları ( $r=0,42$ ;  $p<0,05$ ) arasında orta düzey pozitif yönde ilişkilerin olduğu görülmektedir.

## TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışmada, elit genç sporcuların hedef yönelimi ile akıldışı performans inançları arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmada elde edilen bulgular doğrultusunda, hedef yönelimi ile akıldışı performans inançları arasında orta düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir. Sporcular, başarı hedefi olarak kendini diğerlerinden daha iyi olarak görme isteği olan ego yönelimli hedeflere yoğunlaştığı gibi kendisini geçmeyi başarı hedefi olarak gördüğü görev yönelimli hedefleri de seçebilirler. Hatta hem görev yönelimli hem de ego yönelimli hedefleri de aynı zamanda tercih edebilirler. Bu nedenle elde edilen bulguların orta düzeyde pozitif çıkması kabul edilebilir düzeyde olduğu düşünülmektedir. Özellikle akıldışı performans inançları ile ego yönelimli hedef puanlarının yüksek ilişki puanlarına sahip olması dikkat çekicidir. Bu nedenle, ego yönelimli hedeflerin yüksek akıldışı inançlarla ilişkili olabileceği düşünülebilir. Diğer bir ifadeyle, güçlü ego yönelimli hedef belirlemenin akıldışı bir inanç olacağı varsayılabilir. Orhan ve Ünlü (2022), futbolcularda yapmış oldukları araştırma bulgularında ego yönelimi puanları ile akıldışı performans puanları arasında pozitif yönlü orta düzey bir ilişki olduğunu bildirmişlerdir.

“Akıldışı performans inançları” ve “hedef yönelimi” kavramlarının ilişkisini inceleyen çalışmaların çok nadir olması, bu çalışmanın özgün yönünü ön plana çıkarmaktadır.

Literatürde, hedef yönelimi ile akıldışı performans inançları kavramlarının yer aldığı birçok araştırma yer almaktadır. Farklı örneklem gruplarında hedef yönelimi üzerine yapılan araştırmalar incelendiğinde; Toros'un (2012) elit ve elit olmayan erkek basketbolcularda hedef yönelimi, güdüsel (motivasyonel) iklim ve yaşam doyumu başlıklı çalışmada, güdüsel ikliminin spor ile ilişkilendirilmesiyle birlikte hedef yöneliminin biçimleneceğini ifade etmektedir. Roberts ve Ommundsen'in (2007) takım sporcularında, Arıburun ve Aşçı'nın (2005) Amerikan futbolcularında, Toros ve Koruç'un (2005) liseli erkek voleybolcularda hedef yönelimi ile algılanan güdüsel iklim çalışmada oyunculara verilen görevlerin güdüsel açıdan bir etki oluşturduğu ve ustalık iklimi ile de ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Genç ve arkadaşları (2018); Toros ve arkadaşları (2010) hedef yönelimleri ile yaşam doyumu ilişkisinde; görev yönelimi ile yaşam doyumu arasında bir ilişki olduğu ve birbirlerini etkiledikleri ifade edilmiştir. Genç ve arkadaşları (2018) hedef yönelimi arttıkça yaşam doyumunun arttığı, hedef yönelimi azaldıkça yaşam doyumunun azaldığı sonucunu ortaya koymuşlardır. Toros ve Duvan (2011) antrenörlük davranışının hedef yönelimi üzerinde bir etkiye sahip olduğunu ifade etmiştir. Şentürk ve Özmütlu'nun (2023) imgeleme ile hedef yönelimi ilişkisini ortaya koyduğu çalışmada ilişkisel olarak imgeleme arttıkça hedef yöneliminin arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Hedef yöneliminin başarı, rekabet ve memnuniyet ile ilişkili olduğu ifade edilmiştir. Sporcuların hedef odaklı olmalarında başarıya ulaşmak için kendi davranışlarını etkilediği ifade edilmektedir (Lochbaum & Roberts, 1993).

Araştırmalarda elde edilen bulgular doğrultusunda sportif branş farklılığının, yaşam doyumunun, motivasyonun, antrenör davranış biçiminin, algılanan güdüsel iklimin ve akıldışı performans inançlarının hedef yönelimi ile ilişkili olduğu görülmektedir. Literatürde ilişkili olan çalışmaların yanı sıra; Ayas ve Biçer'in (2011), geçmişte lisanslı basketbol oynayan bireylerin hedef yönelimleri ve sporu sürdürme biçimlerine yönelik çalışmalarında, sporu sürdürme biçimlerinin hedef yönelimi boyutlarında farklılaşmadığı sonucuna ulaşmıştır. Ayrıca, profesyonel futbolcuların, hedef yöneliminin amatör futbolculara göre yüksek ortalamalara sahip olduğu bildirilmiştir (Orhan & Ünlü, 2022). Araştırmada ele alınan kavramlara yönelik birçok araştırma takım sporu yapan sporcular ile yapılmıştır. Bu çalışmada yer alan örneklem grubu ise bireysel spor yapan sporcular üzerine gerçekleştirilmiştir. Takım sporu ve bireysel spor yapan sporcularda arzulanan hedefe ulaşma ve yarışmaya yönelik inançların (akılcı-akıldışı) kaygı ve stres gibi önemli duygusal ve psikolojik belirleyiciler olduğu göz önünde bulundurulmalıdır.

Akıldışı performans inançlarına yönelik literatürde hedef yönelimi veya başka bir kavram ile ilişkisi görülmemesine rağmen, farklı değişkenler ve örneklem gruplarında araştırmalar bulunmaktadır. Urfa ve Aşcı (2018) spor yapan ve yapmayan ergenlerin akıldışı inançlarının karşılaştırılması başlıklı çalışmasında, “*özellikle spor yapan ergenlerin akıldışı inançlarının spor yapmayanlara göre daha yüksek çıkması, ergen sporcularla yapılacak olan uygulamalı spor psikolojisi çalışmalarına yol göstereceği düşünülmektedir*” ifadesini kullanmışlardır. Toy’un (2021) doktora tezinde, güreş sporu yapan genç sporcuların müsabaka sürecindeki kendi performansları, rakipleri ve hedeflerine yönelik yüksek akıldışı inançlara sahip oldukları ifade edilmektedir. Turner ve Allen’in (2018) amatör ve yarı profesyonel sporcular üzerine yapmış oldukları çalışmada, amatör sporcuların yarı profesyonellere göre akıldışı performans inançlarının daha düşük olduğu bildirmişlerdir. Benzer şekilde profesyonel futbolcuların, akıldışı performans inançları puanlarının amatör futbolculara göre yüksek ortalamalara sahip olduğu ifade edilmiştir (Orhan & Ünlü, 2022). Sporcularda yaş, cinsiyet, eğitim, spor branşı, milli takımlarda yer alma ve deneyim süresi gibi demografik değişkenler ile akıldışı performans inançları puanları arasında anlamlı farklılıkların olduğu araştırmalar mevcuttur (Korkmaz ve ark., 2022; Toy ve ark., 2022; Toy, 2023).

Araştırma bulguları ve kavramsal literatür incelendiğinde ego ve görev yönelimli hedeflerin altında akılcı veya akıldışı düşüncelerin olduğu düşünülebilir. Akıldışı inançları akılcı inançlardan ayıran yapısal farklılıklar göz önünde bulundurulduğunda ego yönelimli hedeflerin akıldışı (rasyonel olmayan) düşüncelerden kaynaklı olabileceği fikrini güçlendirmektedir.

Sonuç olarak, ego yönelimi ile akıldışı performans inançları arasındaki ilişkinin gücü görev yönelimi ile akıldışı performans inançlarının ilişki gücünden yüksektir. Ego yönelimli sporcuların daha yüksek akıldışı inançlara sahip olduğu söylenebilir. Bu sonuç, sporcuların hedef belirleme ve hedefe ulaşma sürecinde doğru rehber (spor psikoloğu) bulamaması sonucu kendi değer yargıları, çevresel etmenler ve antrenörün psikolojik destek noktasındaki yetersizliğinden kaynaklanabileceği düşünülmektedir.

### **Öneriler**

Spor psikolojisi literatüründe yer alan duygu ve düşünce temelli konular ile akıldışı performans inançları arasındaki ilişkinin araştırılması oldukça önemlidir. Spor psikolojisinde yer alan davranışa dönük duygu ve düşünce temelli (örn. stres, kaygı, özgüven vb.) kavram



olan, akılcı duygusal davranışçı yaklaşım temelli programlar ile var olan ilişki tekrar araştırılabilir.

Akılcı ve duygusal davranışçı yaklaşım temelli programlanmış deneysel çalışmalar yapılarak yüksek ego yönelimli hedefleri olan sporcuların akıldışı düşünceler kaynaklı hedeflere sahip olup olmadığının gözlemlenmesi önerilmektedir.

## **EXTENDED ABSTRACT**

### **INTRODUCTION**

Sports holds an important place as a dynamic field of study examined at both societal and individual levels. Research focuses on psychological factors that encompass not only the physical attributes of individuals engaged in sports but also their societal and individual behavioral motivations. Studies in exercise and sports psychology aim to observe and interpret the cognitive, emotional, and behavioral effects of participants in exercise and sports activities. The literature frequently emphasizes the positive impact of sports on physical, mental, and emotional well-being (Weinberg & Gould, 2015). However, in sports characterized by striving for excellence and competition, numerous factors can lead athletes to experience stress and anxiety (Fadare et al., 2022).

Anxiety and stress are common occurrences that can be observed in almost all sports (Raglin & Hanin, 2000). However, it can be said that team sports allow for more error tolerance compared to individual sports. In team sports, when an athlete takes an individual risk or makes a mistake, there is a chance for another team member to compensate for it, whereas in individual sports, this situation can result in more challenging consequences. Engaging in individual and inherently competitive combat sports and achieving success in these sports is a journey that demands high levels of sacrifice, effort, long-term dedication, and discipline (Toy, 2023)

### **METHOD**

The research consists of 238 male athletes who have at least 5 years of experience in different sports branches in the cities of Ankara, Bursa, Izmir, and Istanbul. A screening model was used in the research because the aim was to determine the characteristics of a specific group through a survey (Büyüköztürk, 2016). Ethical approval with the reference number 2022-ÖNP-0144 was obtained from the Ardahan University Scientific Research and Publication Ethics Board to conduct the study.

In the research, the “Sport Task and Ego Orientation Scale (STEOS)” was used to determine athletes' goal orientation, and the “Irrational Performance Beliefs Inventory-2 (IPBI-2)” was used to determine irrational performance beliefs.

Descriptive statistical methods, including frequency (n), percentage (%), mean ( $\bar{X}$ ), standard deviation (SD), skewness, and kurtosis, were used for the demographic characteristics of the participants and the scores obtained from the inventories in the data set. When skewness and kurtosis scores were

considered, it was observed that the data set exhibited a normal distribution (Peat & Barton, 2005). Pearson product-moment correlation calculations were performed to determine the relationship between participants' irrational performance beliefs and goal orientation scores. A significance level of 0.05 was considered in interpreting the results.

## **DISCUSSION AND CONCLUSION**

In this study, the aim was to investigate the relationship between the goal orientation and irrational performance beliefs of elite young athletes. According to the findings obtained in the research, there is a moderate positive relationship between goal orientation and irrational performance beliefs. Athletes may focus on ego-oriented goals, which involve a desire to see themselves as better than others, as well as task-oriented goals that involve the desire to surpass themselves as achievement goals. In fact, they may even prefer both task-oriented and ego-oriented goals simultaneously. Therefore, it is considered that the moderate positive findings obtained are at an acceptable level. It is particularly noteworthy that irrational performance beliefs have high correlation scores with ego-oriented goal scores. Hence, it can be assumed that high ego-oriented goals may be associated with irrational beliefs. In other words, setting strong ego-oriented goals may be an irrational belief. Orhan and Ünlü (2022) reported in their research findings on football players that there is a positive moderate relationship between ego orientation scores and irrational performance scores.

The scarcity of studies examining the relationship between “irrational performance beliefs” and “goal orientation” highlights the unique aspect of this study.

In the literature, there are many studies that involve the concepts of goal orientation and irrational performance beliefs. When examining research on goal orientation in different sample groups, Toros (2012) in his study on elite and non-elite male basketball players regarding goal orientation, motivational climate, and life satisfaction, suggests that goal orientation will be shaped along with the association of the motivational climate with sports. Roberts and Ommundsen (2007) found in their study on team athletes, Arıburun and Aşçı (2005) in American football players, and Toros and Koruç (2005) in high school male volleyball players that tasks given to players had a motivational impact and were also related to the mastery climate. Genç et al. (2018) and Toros et al. (2010) have stated in their research on the relationship between goal orientations and life satisfaction that there is a relationship between task orientation and life satisfaction, and they influence each other.

When examining research findings and the conceptual literature, it can be inferred that there are rational or irrational thoughts underlying ego and task-oriented goals. Considering the structural differences that distinguish irrational beliefs from rational beliefs, it strengthens the idea that ego-oriented goals may be due to irrational (irrational) thoughts.

As a result, the strength of the relationship between ego orientation and irrational performance beliefs is greater than the relationship strength between task orientation and irrational performance

beliefs. It can be said that ego-oriented athletes have higher irrational beliefs. This result is thought to be due to athletes not being able to find the right guidance (sports psychologist) in the process of setting and achieving goals, potentially stemming from their own values, environmental factors, and the psychological support inadequacy of the coach.

## KAYNAKLAR

- Arıburun, B., & Aşçı, F. H. (2005). Amerikan futbolu oyuncularında hedef yönelimi ve algılanan güdüsel iklim. *Spor metre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 3(3)*, 111-114.
- Ayas, H., & Biçer, T. (2011). Geçmişte lisanslı basketbol oynayan bireylerin hedef yönelimleri ve sporu sürdürme biçimleri ilişkisinin incelenmesi. *İnsan ve Sosyal Bilimler Dergisi (JOHASS), 4(1)*, 220-229.
- Büyüköztürk, Ş. (2016). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı istatistik, araştırma deseni spss uygulamaları ve yorum*. Pegem Yayıncılık.
- David, D., Szentagotai, A., Eva, K., & Macavei, B. (2005). A synopsis of rational-emotive behavior therapy (REBT): Fundamental and applied research. *Journal of Rational Emotive ve Cognitive-Behavior Therapy, 23*, 175-221.
- Duda, J. L. (1989). Goal perspectives, participation and persistence in sport. *International Journal of Sport Psychology, (20)*, 42-56.
- Duda, J. L., & John, G. N. (1992). Dimensions of achievement motivation in schoolwork and sport. *Journal of Educational Psychology, 84(3)*, 290-299.
- Fadare, A. S., Langco, L., Canalija, C., Kabirun, C. A., & Abelardo-Sabandija, B. J. (2022). Athletes' confidence and anxiety management: A review in achieving optimal sport performance. *International Journal of Science and Management Studies, 5(4)*, 311-318.
- Genç, N., Yıldırım, Y., & Müftüoğlu, N. E. (2018). Veteran badmintoncularda hedef yönelimleri ile yaşam doyumu ilişkisi. *Türkiye Spor Bilimleri Dergisi, 2(1)*, 26-33.
- Izard, C. E. (2009). Emotion theory and research: Highlights, unanswered questions, and emerging issues. *Annual Review of Psychology, (60)*, 1-25.
- Jagacinski, C. M., & Nicholls J. G. (1984). Conceptions of ability and related affects in task involvement and ego involvement. *Journal Educational Psychology, (5)*, 909-919.
- Jagacinski, C. M., & Strickland, O. J. (2000). Task and ego orientation: The role of goal orientations in anticipated affective reactions to achievement outcomes. *Learning and Individual Differences, (12)*, 189-208.
- Korkmaz, C., Toy, A. B., & Bozkurt, H. (2022). Amatör genç sporcuların akıldışı performans inançlarının çeşitli değişkenler açısından karşılaştırılması. *Bilimsel Eğitim Araştırmaları, 6(2)*, 346-362.
- Lochbaum, M. R., & Roberts, G. C. (1993). Goal orientations and perceptions of the sport experience. *Journal of Sport ve Exercise Psychology, (15)*, 160-171.
- MacIntyre, T. E., Van Raalte, J., Brewer, B. W., Jones, M., O'Shea, D., & McCarthy, P. J. (2018). *Mental health challenges in elite sport: Balancing risk with reward*. Frontiers Media SA.

- Nicholls, J. G., Michael, P., & Susan, B. N. (1985). Adolescents theories of education. *Journal of Educational Psychology, (77)*, 683-692.
- Orhan, S., & Ünlü, H. (2022). Futbolcularda zihinsel dayanıklılık ve hedef yöneliminin akıl dışı performans inançları ile ilişkisi: kesitsel çalışma. *Türkiye Klinikleri Spor Bilimleri Dergisi, 14(1)*, 11-21.
- Peat, J., & Barton, B. (2005). *Medical statistics: A guide to data analysis and critical appraisal*. John Wiley & Sons.
- Raglin, J. S., & Hanin, Y. L. (2000). *Emotions in sport*. Human Kinetics.
- Reardon, C. L., & Factor, R. M. (2010). Sport psychiatry: a systematic review of diagnosis and medical treatment of mental illness in athletes. *Sports Medicine, 40*, 961-980.
- Roberts, G. C., & Ommundsen, Y. (2007). Effect of goal orientation on achievement beliefs, cognition and strategies in team sport. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports, 6(1)*, 46-56.
- Şentürk, E., & Özmutlu, İ. (2023). Okçuluk sporcularının sporda inceleme becerilerinin hedef yönelimi düzeylerine etkisinin incelenmesi. *Çömü Spor Bilimleri Dergisi, 6(1)*, 73-89.
- Toros, T. (2004). Sporda görev ve ego yönelim ölçeği -sgeyö-nin Türk sporcuları için güvenilirlik ve geçerlik çalışması. *Spor Bilimleri Dergisi, 15(3)*, 155-166.
- Toros, T., & Koruç, Z. (2005). Hedef yönelimleri ve algılanan motivasyonel iklim arasındaki ilişki (liseli erkek voleybolcular üzerine bir çalışma). *Spor Bilimleri Dergisi, 16(3)*, 135-145.
- Torus, T., Akyüz, U., Bayansalduz, M., & Soyer, F. (2010). Görev ve ego yönelimli hedeflerin yaşam doyumu ile ilişkisinin incelenmesi (Dağcılık Sporunu Yapanlarla İlgili Bir Çalışma). *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi, 7(2)*, 1039-1050.
- Toros, T., & Duvan, A. (2011). Eskrimcilerde algılanan antrenörlük davranışı, kolektif yeterlik ve hedef yönelimleri arasındaki ilişki. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 5(1)*, 33-41.
- Toros, T. (2012). Elit ve elit olmayan erkek basketbolcularda hedef yönelimi, güdüsel (motivasyonel) iklim ve yaşam doyumu. *Spor Bilimleri Dergisi, 13(3)*, 24-36.
- Toy, A. B. (2021). *Akılci duygusal davranışçı yaklaşım temelli psiko-eğitim programının sporda kaygı ve akıldışı performans inançları üzerine etkisi* [Doktora tezi, Mersin Üniversitesi]. Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Toy, A. B., Güney, G., & Coşgun, B. (2022). Genç sporcuların akıldışı performans inançlarının incelenmesi. *Journal of Advanced Education Studies, 4(1)*, 47-60.
- Toy, A. B. (2023). Milli takım güreşçilerinin akıldışı performans inançlarının çeşitli değişkenler açısından karşılaştırılması. *Egzersiz ve Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi, 3(1)*, 14-22.
- Turner, M. J., & Allen, M. S. (2018). Confirmatory factor analysis of the irrational performance beliefs inventory (ipbi) in a sample of amateur and semi-professional athletes. *Psychology of Sport and Exercise, 35*, 126-130.

Turner, M. J., & Barker, J. B. (2014). Using rational emotive behavior therapy with athletes. *The Sport Psychologist, 28*(1), 75–90

Urfa, O., & Aşçı, F. H. (2018). Spor yapan ve yapmayan ergenlerin akıldışı inançlarının karşılaştırılması. *Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 20*(2), 41-52.

Weinberg, R. S., & Gould, D. (2015). *Foundations of sport & exercise psychology*. Human Kinetics.

<b>KATKI ORANI</b> <b>CONTRIBUTION RATE</b>	<b>AÇIKLAMA</b> <b>EXPLANATION</b>	<b>KATKIDA BULUNANLAR</b> <b>CONTRIBUTORS</b>
Fikir ve Kavramsal Örgü <i>Idea or Notion</i>	Araştırma hipotezini veya fikrini oluşturmak <i>Form the research hypothesis or idea</i>	Ali Burak TOY
Tasarım <i>Design</i>	Yöntem ve araştırma desenini tasarlamak <i>To design the method and research design.</i>	Ali Burak TOY Murat AYGÜN
Literatür Tarama <i>Literature Review</i>	Çalışma için gerekli literatürü taramak <i>Review the literature required for the study</i>	Ali Burak TOY
Veri Toplama ve İşleme <i>Data Collecting and Processing</i>	Verileri toplamak, düzenlemek ve raporlaştırmak <i>Collecting, organizing and reporting data</i>	Ali Burak TOY
Tartışma ve Yorum <i>Discussion and Commentary</i>	Elde edilen bulguların değerlendirilmesi <i>Evaluation of the obtained finding</i>	Ali Burak TOY Murat AYGÜN

#### **Destek ve Teşekkür Beyanı/ Statement of Support and Acknowledgment**

Bu çalışmanın yazım sürecinde katkı ve/veya destek alınmamıştır.

*No contribution and/or support was received during the writing process of this study.*

#### **Çatışma Beyanı/ Statement of Conflict**

Araştırmacıların araştırma ile ilgili diğer kişi ve kurumlarla herhangi bir kişisel ve finansal çıkar çatışması yoktur.

*Researchers do not have any personal or financial conflicts of interest with other people and institutions related to the research.*

#### **Etik Kurul Beyanı/ Statement of Ethics Committee**

Bu araştırma, Ardahan Üniversitesi Etik Kurulunun 2022-ÖNP-0144 numaralı kararı ile yürütülmüştür.

*This research was conducted with the decision of Ardahan University Ethics Committee numbered 2022-ÖNP-0144.*



Bu eser [Creative Commons Atıf-Gavri Ticari 4.0 Uluslararası Lisansı \(CC BY 4.0\)](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/) ile lisanslanmıştır.