TÜRKİYE CÜMHURİYETİ
MARMARA ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

2.LİG KADIN VOLEYBOL OYUNCULARININ GRUP SARGINLIĞI İLE YAŞAM MEMNUNİYETİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

VOLKAN ŞİMŞEK

YÜKSEK LİSANS TEZİ

TEZ DANIŞMANI
Doç. Dr. MEHMET MUSTAFA YORULMAZLAR

İSTANBUL - 2018

TEZ ONAYI

Kurum : Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü

Programın seviyesi : Yüksek Lisans

Anabilim Dalı : Beden Eğitimi Spor Anabilim Dalı

Tez Sahibi : Volkan Şimşek

Tez Başlığı : 2.ligte Oynayan Kadın Voleybol Oyuncuların Grup sargınlığı ile Yaşam memnuniyeti arasındaki ilişkinin incelenmesi

Sınav Yeri : Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Sınav Tarihi : 16.10.2018

Tez tarafımızdan okunmuş, kapsam ve kalite yönünden Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

Danışman (Unvan, Adı, Soyadı)	**Kurumu**	**İmza**
Doç. Dr. Mehmet M. YORULMAZLAR		
Sınav Jüri Üyeleri (Unvan, Adı, Soyadı)		
Dr. Ögr. Üyesi Serap MUNGAN AY		
Doç.Dr.Mustafa EROL		

Yukarıdaki jüri kararı Enstitü Yönetim Kurulu'nun ...02/Kasım/2018 tarih ve 12 sayılı kararı ile onaylanmıştır.

F. Arıcıoğlu.

Prof. Dr. Feyza ARICIOĞLU
Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürü

-Sınav evrakları 3 iş günü içinde ıslak imzalı tek kopya halinde Enstitüye teslim edilmelidir.

BEYAN

Bu tez çalışmasının kendi çalışmam olduğunu, tezin planlanmasından yazımına kadar bütün safhalarda etik dışı davranışımın olmadığını, bu tezdeki bütün bilgileri akademik ve etik kurallar içinde elde ettiğimi, bu tez çalışmayla elde edilmeyen bütün bilgi ve yorumlara kaynak gösterdiğimi ve bu kaynakları da kaynaklar listesine aldığımı, yine bu tezin çalışılması ve yazımı sırasında patent ve telif haklarını ihlal edici bir davranışımın olmadığı beyan ederim.

Volkan ŞİMŞEK



TEŞEKKÜR

Lisansüstü eğitim sürecimin başından itibaren sporunfarklı alanlarını tanımamı sağlayan, beni yönlendiren, engin birikimlerini benimle paylaşan ve herşeyden önemlisi bana inanarak destek olan saygıdeğer hocam ve danışmanım Doç. Dr. Mehmet Mustafa YORULMAZLAR'a sonsuz saygı ve teşekkürlerimi sunarım.

Eğitimim süresince beni motive eden ve en zor anlarda yardımlarını esirgemeyen sevgili Dr. Çağdaş CAZ'a, bu çalışmada verilerin değerlendirilmesinde yaptığı katkılar ve desteği için teşekkür ederim.

Bu zorlu süreç boyunca fikirleriyle bana yol gösteren, çalışmalarından ilham aldığım sevgili Prof. Dr. Turgay BİÇER'e desteği için çok teşekkür ederim.

Ayrıca hayatımın her anında yanımda olan, bana inanan ve destek olan canım Aileme ve sözlüme sonsuz saygı, sevgi ve teşekkürlerimi sunuyorum.

İÇİNDEKİLER

BEYAN ..... **i**

TEŞEKKÜR ..... **ii**

İÇİNDEKİLER ..... **iii**

SİMGELER VE KISALTMALAR ..... **vi**

TABLO LİSTESİ ..... **vii**

ÖZET ..... **viii**

ABSTRACT ..... **ix**

1. GİRİŞ ve AMAÇ **1**

2.GENEL BİLGİLER **4**

2.1. Grup Sargınlığı 4

2.1.1. Sargınlık ile Durumsallık ilişkisi 7

2.1.2. Sargılık ile Kişisel Özellikler Arasındaki İlişkiler 8

2.1.3. Sargınlık ile Liderlik İlişkisi 12

2.1.4. Sargınlık ile Takım İlişkisi 12

2.1.5. Takım Normları 12

2.1.6. Davranışsal Pekiştirme 13

2.1.7.Takım Sonuçları 13

2.2. Kuramsal Yaklaşımlar 16

2.2.1. Takım İstikrarı 17

2.2.2.Takım Homojenliği 17

2.2.3. Takım Büyüklüğü 17

2.3. Yaşam Memnuniyeti 18
2.3.1.Yaşam Memnuniyeti Ölçümü……22
2.3.2.Yaşam Memnuniyeti Tek-Nesne ve Ölçümü- Nesne ölçümleri 23
2.3.3. Yaşam Skalası ile Memnuniyet..... 23
2.3.4. Diğer Memnuniyet Ölçümleri 24
2.3.5. Hadley Cantrill'in Self –Anchoring Skalası 24
2.3.6. Frank Andrews ve Stephen Withey Memnun –Mutsuz Skalası 24
2.3.7. Yaşam Memnuniyet Ölçümleri ile ilgili Karşılanılan Sorunlar 24
2.3.8. Yaşam Memnuniyeti Algılama Farklılıkları 25
2.3.9.Yaşam Memnuniyeti Belirleyen Faktörler..... 27
2.4. Yaşam Memnuniyeti Demografik Tahminleyiciler 29
2.4.1. Kültür 30
2.4.2. Cinsiyet 31
2.4.3. Yaş 32
2.4.4. Sosyal ilişkiler..... 33
2.4.5. Gelir 34
2.4.6. İş/Çalışma Hayatı..... 35
2.4.7. Eğitim..... 35
2.4.8. Türkiye'de Yapılmış Olan Çalışmalar 35
3.GEREÇ ve YÖNTEM..... 37
3.1. Araştırma Grubu..... 37
3.2. Veri toplama Araçları..... 37
3.3. Verilerin Toplanması 38
3.4. Verilerin Analizi..... 38

4.BULGULAR 40

4.1. Araştırmanın Amacı 40

4.2. Problem Cümlesi 40

4.3. Tanımlar 40

4.4. Ana Hipotezler 41

5. TARTIŞMA ve YORUM 55

5.1. Grup Sargınlığı Alt Boyut Puanlarına İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorum ... 55

5.2. Yaşam Memnuniyeti Alt Boyut Puanlarına İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorum 55

5.3. Öneri 62

KAYNAKLAR 63

EKLER 69

EK-1 Grup Sargınlığı Ölçeği Anketi 69

EK-2 Yaşam Memnuniyeti Ölçeği Anketi 73

EK-3 Anket İzin Yazısı 75

EK-4 Anket İzin Yazısı 76

EK-5 Örnek İzin Belgesi 77

EK-6 Etik Kurulu Raporu 78

ÖZGEÇMİŞ 79

SİMGELER VE KISALTMALAR

PMCSQ : Percieved Motivational Climate of Sport Questionnaire

GEQ : Group Environment Quastionnaire

GGB : Grubun Görevde Bütünleşmesi

GSB : Grubun Sosyal Bütünleşmesi

GSÇ : Grubun SosyalÇekiciliği

GGÇ : Grubun Görev Çekiciliği

ATG-T : Individual Attractions to the Group - Task

ATG-S : Individual Attractions to the Group - Social

GI-T :Group Integration - Task

GI-S : Group Integration – Social

SPSS : Statistical PackagefortheSocialSciences

Ve b :Ve benzeri

TABLO LİSTESİ

Tablo 1. Grup Sargınlığı Modelinin İstatistiği 42

Tablo 2. Yaşam Memnuniyeti Modelinin istatistiği 42

Tablo 3. Grup Sargınlığı Eğitim Durumlarına göre istatistiği 43

Tablo 4. Yaşam Memnuniyeti Modelinin Eğitim Durumlarına göre istatistiği 44

Tablo 5. Grup Sargınlığı Modelinin Yaş Durumlarına göre istatistiği 45

Tablo 6. Yaşam Memnuniyeti Modelinin Yaş Durumlarına göre istatistiği 46

Tablo 7. Grup Sargınlığı Modelinin Ekonomik Durumlarına göre istatistiği 47

Tablo 8. Yaşam Memnuniyeti Modelinin Ekonomik Durumlarına göre istatistiği 49

Tablo 9. Grup Sargınlığı Modelinin Lisanslı Oynama Durumlarına göre istatistiği 50

Tablo 10. Yaşam Memnuniyeti Modelinin Lisanslı Oynama Durumlarına göre istatistiği 51

Tablo 11. Grup Sargınlığı Modelinin Medeni Durumlarına göre istatistiği 52

Tablo 12. Yaşam Memnuniyeti Medeni Durumlarına göre istatistiği 53

Tablo 13. Grup Sargınlığı ve Yaşam Memnuniyeti Modelinin Alt Boyut Puanın Aralarındaki ilişkiye göre istatistiği 54

1. Özet

Amaç: 2. Ligte oynayan kadın voleybol oyuncularının takım içerisinde karşılaştığı durumların yaşamlarına olumlu veya olumsuz etkisinin olup olmadığının araştırılması hedeflenmiştir.

Gereç ve Yöntem:Çalışmanın araştırma grubunu, 2017-2018 sezonu içinde mücadele eden Türkiye'deki profesyonel voleybol takımlarının 2. liglerinde oynayan ve 18-30 yaş aralığında bulunan 13 takımdan toplam 110 kadın sporcu oluşturmuştur. Veri toplama aracı olacak, (Carron ve ark.,1987) tarafından geliştirilen ve (Öcel ve Aydın, 2006) tarafından Türkçeye uyarlanan "Grup Sargınlığı Ölçeği" ile (Lavallee ve ark.,2007) tarafından geliştirilen ve (Akın ve Yalnız.,2015) tarafından Türkçeye uyarlanan "Yaşam Memnuniyeti Ölçeği" kullanılmıştır.

Bulgular ve sonuçlar: Araştırma sonucunda araştırmaya katılan kadın voleybol oyuncuların eğitim, yaş, ekonomik durumu, oynadığı yıl, medeni durumu gibi hipotezlerin sonucunda yaşam memnuniyeti ve grup sargınlığı anketlerin sonucunda elde edilen verilerinin normal dağılım gösterdiği tarafımızca tespit edilmiştir. Ayrıca, grup sargınlığı ile yaşam memnuniyeti arasında anlamlı farklılık olmadığı belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Grup Sargınlığı, Yaşam Memnuniyeti, Voleybol, Kadınlar Ligi,

1. ABSTRACT

Purpose: As the purpose of the research, it was aimedtoin vestigate whether the women's volleyball players in the 2nd league had a positive ornegativ eeffect on the lives of thes ituationst heyen countered in the team.

Instruments andMethodology: The research group study of the 2017-2018 season, struggling in the professional volleyball team in Turkey and the 13 teams that play in the 2nd division in the 18-30 age range has a total of 110 female athletes. Data collection tool was developed by (Carron et al., 1987) and developed by (Ocel and Aydin, 2006) and adapted by the Turkish "Group Displeasure Scale" (Lavallee et al., 2007) "Life Satisfaction Scale" adapted to the Turkic language.

FindingsandResults : As a result of the research, it was determined that the results of the life satisfaction and group hood surveys of the female volleyball players as a result of the hypotheses such as education, age, economic status, years played, marital status showed normal distribution. Furthermore, it was determined that there was no significant difference between group hunger and life satisfaction.

KeyWords : GroupSincerity, Life Satisfaction, Volleyball , Women'sLeague.

1. GİRİŞ ve AMAÇ

Günümüzde birçok farklı spor türlerinde genellikle takım sporlarında bulunan sporcular takım sargınlığının seviyesinin değişik olduğunu bilirler. Sargınlığın fazla olduğu takımlarda sporcular arasında çok fazla duygusal birlektelik ve sporcuların birbirlerine karşı gösterdiği ilişkinin yüksek düzeyde olduğundan bahse edilmektedir ve bu durumun hayat memnuniyeti pozitif etkisi olduğu söz edilmektedir. Tam tersine sargınlığın düşük olduğu takımlarda birlektelik duygusunun azlığından söz edilip hayat memnuniyetlerine olumsuz etki olduğu bahsedilmektedir. Az sayıdaki takımların neden daha sargınlık seviyesinin yüksek olduğu bazı takımların neden sargınlık seviyelerin düşük olduğunu bulmak için araştırmacılar takım sargınlığının oluşumu ve gelişimini bulunduranın nedenleri bulmaya çalışmışlardır.

Yapılan sporda bir grup kişinin hep beraber çalışmasının, aynı kişilerden ayrı araştırmalarından daha farklı olduğu genel olarak kabul edilen bir prensiptir. Kişilerin yan yana gelerek farklı bir güç oluşturduğu, bir farklı söyleyişle "bütünün, parçalarından daha büyük olduğu" düşüncesi takım antrenörleri, sporcular ve spor araştırmacıları için çok önemlidir. İşte buradaki kolektif güç, "takım ya da grup sargınlığı" olarak isimlendirilir(Cox,2007). Sargınlık "bir topluluğun, ileriki hedefleri ve amaçları için birbirine destek verme ve bir arada kalma gücünü yansıtan dinamik bir süreç" olarak ifade edilmektedir(Caron.ve ark.,1982). Sargınlığın çoğalmasıyla takım performansının düzeyinin aratacağına olan inancı, antrenörlerin takımlarındaki sargınlığı artırmak isteği oluşturmaktadır(Bloom ve ark.,2003).

Spor psikolojisi genel olarak kaynaklarda oyuncu performansı ve sargınlık arasındaki bu bağlantı 20 aşkın bir süredir çalışmacılar tarafından incelenmektedir (Carron ve ark.,2002). Yaptıkları çalışmada bu bağlantıyı incelemiştir.46 araştırmanın incelendiği bu sargınlık analizde sargınlık, memnuniyet, liderlik ve performans arasında olumlu bir bağlantı olduğu belirtmiştir. Bu sonuçlardan hareketle, hayat memnuniyetinin sargınlıkla arasındaki araştırmalar halen sürmektedir.Takım girdileri, takım yapısını (örn; rol açıklığı, liderlik, takım normları) ve takım çevresini (örn; yakınlık, farklılık, memnuniyet) içerir.

Girdilerin bu iki grupta grup süreçlerine (örn; takım hedefleri, takımhedeflerine) ilişkin çalışmalarına etki ettiği tahmin edilirse. Genel yaklaşım endüstri ve iş alanlarındaki önceki araştırmaları ana kaynak olarak alır ve bu araştırmalarda müdahale uzmanları direk olarak araştırma gruplarıyla ilgilenmişler(Senecal, 2008). Başka bir yaklaşım ise (Carron ve arka.,1997) tarafından ortaya atılan dolaylı düşüncedir. Dolaylı düşüncede spor psikologları, antrenörleri ve yöneticileri, kendi takımlarında takımı oluşturma formülünü uygulamak için eğitim verirler(Cox ve ark., 2007). Takımı oluşturma çalışmalarındaki biraz eksikliklerin ortaya atıldığı araştırmada(Brawley ve ark.,1997), takımı oluşturma araştırmaların takım antrenörler tarafından yapıldığında çeşitli olumsuzlukların oluştuğunu ifade etmişler.

Bunların genel nedeni olarak takım antrenörlerin yeterli zamanı, sabırı ve bağlılığın olup yada olmayacağını ifade edilmiştir. Bun çalışmalara karşın (Martin ve ark.,2009), sporda sargınlığı oluşturma araştırmaları gözlemledikleri meta analizde her iki farklı yöntemin de takım sargınlığını düzeyini yükseltmede etkili olduğunu belirtmiştir. Bu ifade, takımı oluşturma etkinliğinin sorgulanıp yollar açsa da deney grubunun kullanılmasıyla takımı oluşturma çalışmalarının takım sargınlığını etkiledikleri tespit edilşmiştir. Brawley ve Paskevich'in belirtiği bir başka eksiklik ise müdahalenin zamanı.Mesela futbolunn 1.devresinin 8.haftasında uyguladıkları takım oluşturma müdahalesinin, uygulama, plasebo ve kontrol gruplarındaki sargınlığı olumlu veya olumsuz bir etki ortaya koymamıştır(Prapavessis ve ark.,1996).

Çalışmacılar sargınlık için önemini belirtikleri bir başka konu da takım antrenörün sporculara olan etkisinin grup üyeleri tarafından algılanışı ve hayatlarına etkisidir(Heuzeve ark.,2006). Farklı araştırmalar bu düşünceyi desteklemiş ve takım antrenörün sargınlık üzerine etkisini belirtmişler(Carron ve ark., 1998). Takım antrenörler bu etkiyi,sporculara sağladıkları olumlu geri bildirim, eğitim ve yöneltmeler, çevresel destek gibi davranışlarla neden olur.

Yapılan çalışmalarda, görev bulunduran motivasyonel iklim farklılıkların sargınlığı desteklediği(Caron ve ark., 2002). Diğer yandan belirlenmiş bir sporcuyu yada grubu destek olma gibi adaletsiz bir davranışın sargınlığı olumsuz etkilediği (Ntoumanis, 1999) ortaya sunmuştur(Senecal ve ark., 2008). Yaptıkları aratırmalara karışma yönteminin yapıcısı olarak belirtilen spor psikoloğu genel olarak sporcularla beraber çalışmış, dolayısıyla doğrudan destek düşüncesi ortaya konulmuştur. Kaptanların, takımın görevlerine, hedeflerine, değerlerine ve kişilerin görevlerine uygun değerde iletişim kurduklarında takımlarındaki sargınlığının seviyesinin artığının çeşitli sonuçlarla saptanmıştır(Kocaekşi, 2010).

Diğer yandan (Senecal ve ark.,2008), bütün sezon boyunca takım amaçları yoluyla uyguladıkları yöntem araştırmasında takım sargınlığının daha çok ölçülmesi gerektiğini ifade etmişler. Kadın voleybolcularla yapılan bu, yönteminin sargınlığının seviyesinin artırdığı görülmüş ve aynı çalışmanın erkeklerde de çalışılmasının, olası cinsiyet değişiklerinin ortaya konulması bakımından değerli olabileceği saptanmıştır. Bu çalışmada kadın voleybol oyuncuların 2017-2018 yılı içerisinde takım içerindeki birbirlerine karşı olan sargınlık ve demografik özelliklerin yaşam memenuniyetine arasındaki ilişkisi araştırılacak.

2. GENEL BİLGİLER

Bu bölümde araştırmada ele alınan temel kavramlar ve çalışmanın kuramsal temeli aktarılacaktır.

2.1. Grup Sargınlığı

Grup sargınlığı, sosyal psikolojide grup veya bireysel ile ilgili süreçler dahilinde en çok üzerinde durulan özelliklerdendir. Grup sargınlığı ile alakalı olarak çok fazla çalışma ve araştırma yapılmıştır(Carron ve ark.,1995). Grup sargınlığı tanımı 1940 ve 1950'li yıllarda grup süreçleri ile ilgili deneysel, sosyal ve psikolojik araştırmalarda keşfedilmiştir(Hogg ve ark.,1992). Sargınlık tanımı ilk kez (Moreno ve Jenning, 1991) tarafından "kişilerin üyesi oldukları grupların içinde bulunmalarını neden olan güçler" olarak açıklanmıştır.

Kaynaklar incelendiği zaman en çok kullanılan ifadenin (Festingerve ark.,1950) "üyelerin grup içinde bulunmaları neden olan güçlerin toplamı" şeklindeki ifadelerin olduğu görülmektedir. Daha sonra modern sargınlık ifadeler uygulanmış olsa da sargınlık genel olarak, kişilerin birbirlerini ve grubu çekici bulma seviyesinin olarak tanımsallaştırılmıştır. Grup performansı ile ilgili olarak üzerinde çokça durulan tanımlardan birisidir.Sargınlık ve bu konuda çalışama yapan pek çok araştırmacıya göre grupların oluşması ve grupların devamlılığını sağlayan önemli nedenlerden biri olmakla birlikte çok geniş dinamik ve önemli bir akış ve yeterli ya da iyi bir performansın en önemli koşuludur(Carron,1985).

Grup sargınlığı, açıklama ve ölçmek için kavramsal bir model geliştirmişlerdir (Carron ve ark.,1992). Örnekte sargınlık hem kişi yada grup seviyesinde bir tanım olarak alınmıştır. Carron ve arkadaşları örnekleri geliştirirken sargınlık konusunda çalışmacıların düşüncesinde bulunan kişi-grup ve görev-çevresel bağlantı tartışmasından yada farklılığında ifade etmişlerdir. Kişi-grup farklılığı olduğu zaman, (Carron ve ark., 1998) göre sargınlığın grubun etkisi ve grubun birlikte olmak üzere iki çeşiti vardır.Sargınlığın kişinin seviyesindeki çeşiti olan grubun etkisi; üyesi bulunan grubun etkili bulma seviyesinin, grubun üyesi olarak kalma isteklerinin ve gruba ilişkin bireysel arzularını kapsar.

Takım sargınlığın grup seviyesindeki yeri olan grubun birleşmesi ise grup üyelerin beraber olarak gruba yönelik düşünceleri, grubun bütün ve birlekteliğine ilişkin bağlılıkkları bulundurur. Her iki seviyedeki düşünceleri da üyelerin gruba ait olmaları yada gruptan uzakta durmalarına katkı sağlamaktadır. Üyelerin grubun etkileyeciliğine ve grubun birleşmesine ilişkin düşüncelerin hem grubun yaptığı görev hemde sosyal yönü için destek olabileceğini tahmin ederler(Carron ve ark., 1998).

Grubun etkileme(birey düzeyi) seviyesinde diğer yandan grup üyelerin yaptıkları görevin etkisi başka yandan grubun içindeki çevresel bağlantıların etkiliyeceliğne ilişkin düşünceleri bulundurur. Aynı tür olay grubun bireylerin bütünleşmesi (grup düzeyi) seviyesi içinde bulundurur. Grubun üyeler bir yandan grubun amaçlarının yapma amacıyla ne düzeyde bütünleştiğine bağlı bağlantıları beslerken, başka yandan da çevresel bağlantılar açısından ne seviyede birleştiğine ilişkin bağlantıları destekler.

Buna göre Carron ve arkadaşlarının örneğinde sargınlık kişi seviyesinde grubun görev etkileyiciliği (individual attraction to group task) ve grubun sosyal etkileyiciliği (individual attraction to group-social), grup düzeyinde ise grubun görevde birleşmesi (group integration task) ve grubun sosyal birleşmesi (group integration-social) olmak üzere dört seviyesi bulunan bir tanımn olarak ele alınktadır. Tanımsal olarak sayılan dört alt boyut tanımlanacak olursa.

Grubun Görevde Birleşmesi: Grubun, gayesi ve hedeflerini gerçekleştirmek için görevde birleşmesi,

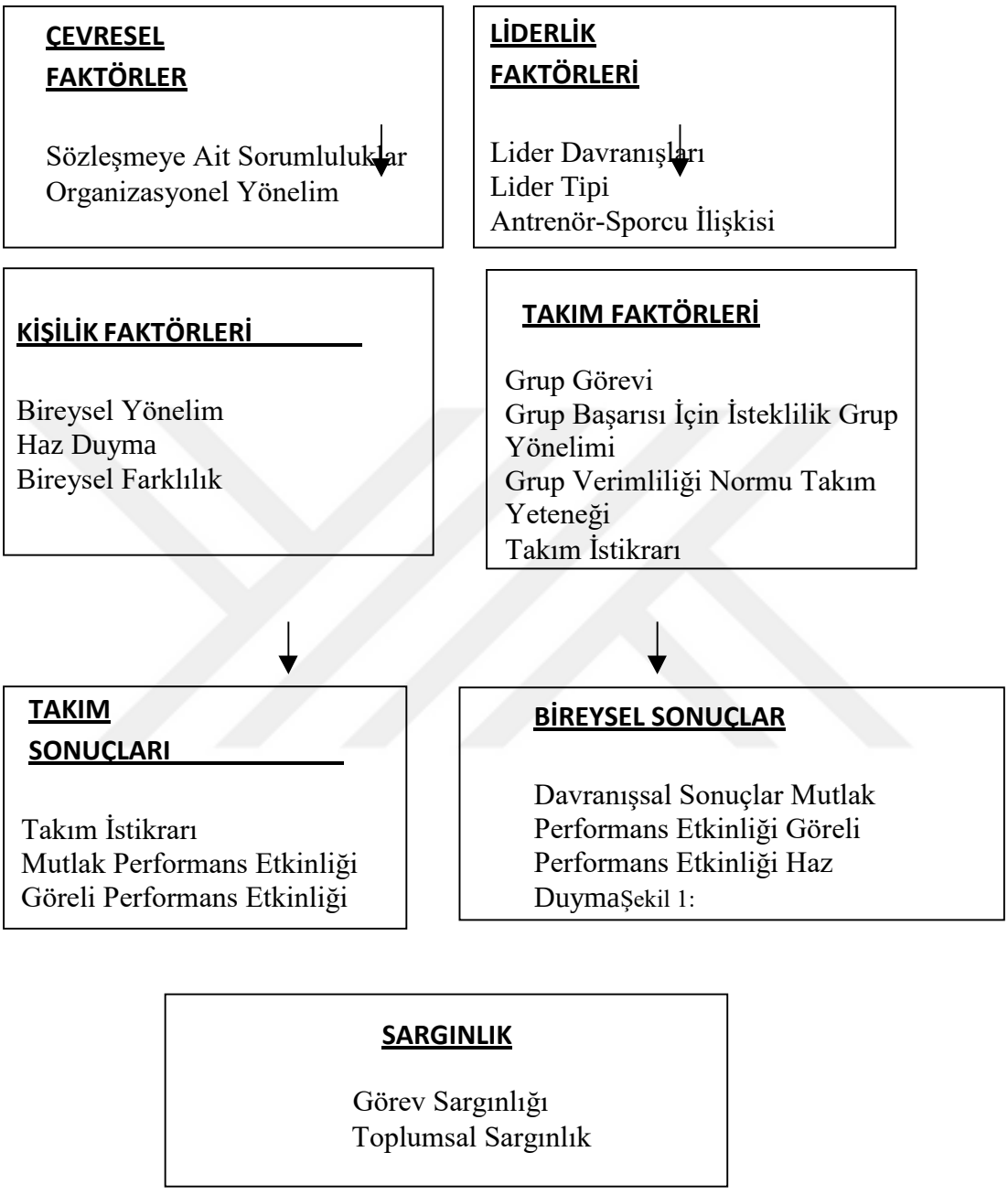
Grubun Sosyal Bütünleşmesi: Grup içindeki sosyal bağlantıların geliştirilmesi ve devam ettirilmesi,

Grubun Görev Çekiciliği: Grup gayesi ve hedeflerini gerçekleştirmenin etkiliyeciliğin,

Grubun Sosyal Çekiciliği: Grubun sosyal etkinliklere katılma arzusu söylenmektedir(Widmeyer,ve ark., 1998).

Daha sonra (Carron,1998) bu modeli spor takımlarındaki sargınlık için kavramsal bir model haline getirmiştir. Bu model aşağıda yer almaktadır.

CARRON'UN SARGINLIK MODELİ



Şekil 1:

Carron'ın spor takımlarındaki sargınlık için tanımsal örneği(Carron .V., 1982. Cohesivenes in spot groups: Interpretations and considerations. Journal of Sport Psychology, 4, 131)

Daha sonra sargınlıkla ilgili olarak yeni görüş açıları sunması açısından (Carron ve ark.,1998) tarafından ortaya konan tartışma Carron'un modeline bezerdir ve pek çok açıdan o modeli desteklemektedir. Onlar sargınlığı dört ayrı kategoride incelemişlerdir. Bu kategoriler durumsal, kişisel, liderlik ve takım kategorilerdir.

2.1.1. Sargınlık İle Durumsallık İlişkisi

Takımlardaki sargınlık düzeyini etkileyen ve belirleyen özelliklerden birisi de durumsallık özelliğidir. Durumsallık özelliğine örnek olarak kurallar, coğrafi sınırlama, ve yasal anlaşmalar verilebilir(Hornve ark., 2002). Bunun dışında ayrıca toplumsal bir baskıdan söz edilebilir genelde bütün toplumlarda sporu bırakmaya karşı bireylere yapılan normal bir baskıdan söz edilmektedir. Çevresel faktörler takımı bir arada tutan normatif güçleri ifade etmektedir. Sporcuların yönetimle yaptığı sözleşmeler, burs alan sporcular, yaş, çevresel faktörlerle ilgilidir. Bu faktörlerle ilgili olarak yakınlık ve ayırt edicilik kavramalarından söz edilebilir.

Yakınlık (takım üyelerinin birbirlerine fiziksel olarak yakın olmaları anlamına gelmektedir) doğrudan bağlılık yaratmaz, ancak etkileşim ve iletişim olanağı sağlar bu durumda sadece uymadan bahsedilebilir, takım üyeleri sargınlığı ya tam anlamıyla benimserler ya da benimsemiş görünürler. Ayırt edicilik ise bir takımı diğer takımlardan ayıran özelliklerdir (örnek; Takımın kendine özgü kıyafeti, saç şekli, oyun tarzları, takım için yapılan sloganlar vb.) (Carron,1998).

Yaptıkları bir çalışmada özel fitness kulüplerinde ve üniversite ortamlarında yapılan egzersiz programlarına bağlı kalmanın görev sargınlığı ile ilgi olduğunu bunun da sosyal bir sargınlık olgusu doğurduğunu öne sürmüşlerdir(Granito ve Rainey 1998). Sosyal sargınlıkla ilgili olarak, ilk ve ortaokul basketbol takımlarındaki sosyal sargınlık düzeyinin lise basketbol takımlarından daha fazla olduğunu bulmuşlardır. Grup sargınlığı ile ilgi olan diğer bir önemli özellik grup boyutudur (group size). Rekreasyonel basketbol takımları ile yaptığı on haftalık bir çalışmada sayı olarak daha az kişiden oluşan küçük takımlarda görev sargınlığının daha fazla, sayı olarak daha fazla kişiden oluşan büyük takımlarda görev sargınlığının daha az olduğunu söylemiştir(Widmeyer,1990),.

2.1.2. Sargınlık İle Kişisel Özellikler Arasındaki İlişkiler

Spor takımlarında kişisel faktörler ile sargınlık yakından ilişkilidir. Takım elemanlarının kişisel özellikleri takım sargınlığını etkileyebilir. Burada önemli olan özellik benzerliktir. Benzerlik; takım üyelerinin tutumlarını, isteklerini ve yetenek olarak benzer seviyede olmalarını anlatır, eğer mümkünse ego yönelimli bireyler yerine görev yönelimli bireyler bir araya getirilerek hedefler oluşturulmalıdır bu sayede istenen hedefe ulaşmak ve takım sargınlığını oluşturmak daha kolay olabilir. Çünkü ego yönelimli insanlarda benmerkezci düşünce yapısı hakimdir ve ego tatmini söz konusudur bu tür bireylerle istenilen hedeflere kolay kolay ulaşılamaz. Benzer sosyo-ekonomik düzeyden gelen bireylerin birbirine daha bağlı oldukları yönünde bulgular vardır (Carron ve ark.,1988) bu kişisel faktörleri üç kategoride organize etmişlerdir. Bunlar demografik özellikler, bilişler ve motivler, davranışlardır.

Demografik Özellikler: Benzer demografik özelliklere sahip bireyler grup sargınlığına daha fazla katkıda bulunur. Eitzen, benzer sosyo-ekonomik düzeyden gelen bireylerin sargınlık oluşumunu kolaylaştırdığını öne sürmüştür. Bu görüş sargınlık oluşumunda cinsiyet farklılıkları olduğunu gösterir ve bu konuyla ilgili bir takım destekler sağlar(Horn ve ark.,2002). Widmeyer, erkek takımlarında ki sosyal sargınlığın bayan takımlarındaki sosyal sargınlıktan daha fazla olduğunu bulmuştur. Ayrıca Thompson ve Albinson, erkek kürek takımlarındaki görev bütünlüğünün bayan takımlarına göre daha fazla olduğunu öne sürmüştür. Ancak (Widmeyer ve Martens 2002), erkek ve bayan takımlarındaki sargınlık oluşumunda cinsiyet farkı olmadığını öne sürmüşlerdir.

Bilişler ve Motivler: Takım içinde yer alan üyelerin benzer bilişlere ve motivlere sahip olması sargınlık oluşumuna katkıda bulunur buna ek olarak sargın takımlarda yer alan üyelerin de benzer bilişlere ve motivlere sahip olduğu öne sürülmüştür.

Sargınlıktan etkilenen önemli bilişlerden birisi sorumluluktur (Bird ve ark.,1986). Sargın takımlar takım olabilmek için çeşitli stratejiler kullanırlar. Sargınlığın yüksek olduğu takımlarda başarı ortak şekilde paylaşılırken olası başarısızlık durumunda takım üyeleri tarafından sorumluluk alınarak bu başarısızlık paylaşılır.

Eğer takımdaki sargınlık düzeyi düşük ise takımdaki bireyler başarıları kendi üzerlerine alırken başarısızlığı ise reddederler.Takımlardaki üyelerin bir diğer bilişsel özelliği olan kaygı düzeyleri takım halinde alınan kararlarda daha az iken tek başlarına olunan ve alınan kararlarda daha fazladır. Sargın gruplar sargın olmayan gruplara göre daha az kaygılıdırlar(Martens ve ark.,1990). Yaptıkları çalışmada, bireysel spor yapan sporcuların takım spor yapan bireylere göre bilişsel ve somatik kaygılarının yüksek kendilerine güvenlerinin daha az olduğunu bulmuşlardır (Howell,1986).

Kendilerini sunma (self-presentation) kaynaklı sosyal kaygıyı inceleyen bir çalışmada (Carron ve ark.,1987) göre, kişilerin takım içerisinde yada en iyi dostlarıyla olduğu günlere göre daha az kaygılıdırlar. Takım üyeleri ve diğer kişiler tarafından onaylanma ve sporcunun koçu ile ilişkileri yer aldığı kısım haz duyma olarak adlandırılır. Takıma bağlanan birey daha fazla haz duyar ve takım üyesi olmanın vereceği prestij takım için fedakarlıkta bulunmaya olanak sağlar bu daha fazla sargınlık oluşturur ve katılımı artırır(Carron,1982).

Davranışlar: Sargınlığın bireysel davranışlarla ilişkili olduğu bulunmuştur. Egzersiz sınıflarındaki bağlılığın sargınlıkla olumlu bir ilişkisi olduğu söylenirken burada bağlılık, bırakma (droupout) (Carronve ark.,1994), devamsızlık ve geç kalma (Spink, ve ark.,1982) veya bozucu olaylara karşı koyma (Carron 1985) davranışı olarak tanımlanmıştır.

Farklı branşlardan sporcularla yaptıkları bir çalışmada takımlarında görev sargınlığına yüksek düzeyde bağlı olan bireylerin yaptıkları işte maksimuma yakın şekilde performanslarını ortaya koyduklarını bulmuşlardır(Carron ve ark.,1987). Sosyal aylaklık, takım sargınlığından etkilenen diğer bir bilişsel özelliktir. Birden fazla bireyin çalışmanın olduğu bir işte kimin ne seviyede destekte bulunduğunu belirtmek kolay olmayabilir.Bu durumda bazı bireylerin diğerleri nasıl da olsa yapıyor, benim bunu yapmama ihtiyaç yok? Gibi algılaması ve davranmasına sebep olur. Buna“çevresel kaytarma yada aylaklık”denir.Takım içinde çevresel önemsememeğin oluştuğunu belirten birden fazla çalışma vardır.

Latene, Williams ve Harkins, grup performansı ve grup sürecini sistematik bir şekilde incelemişler ve deneyler yapmışlardır. Latene ve arkadaşları tasarladıkları bir deneyde, erkek öğrencilerden alkış yaparak mümkün olduğu kadar gürültü yapmalarını isterler. Denekler yalnızken daha sonra iki, dört ve altı kişilik takımlarda ellerini çarparak gürültü yaparlar. Deneyin sonunda ortaya şu sonuç çıkmıştır; deneklerin yalnızken ellerini çırparak çıkardıkları ses iki, dört ve altı kişilik gruplarda çıkardıkları sesten çok daha fazladır. Gruptaki birey sayısı çoğaldıkça deneklerin her birinin yaptığı gürültü düşmüştür(Wann ve ark., 1997).

Bu konuda yapılan başka araştırmalarda, sosyal kaytarmanın bireyci kültürlerde (bireyler arasında ki bağlantıların düşük olduğu, herkesin sadece bireysel veya çekirdek ailesine yardım etmek zorunda olduğu kültürler. Ör: Amerikan kültürü) oldukça genellenebilir bir olgu olduğunu gösterirken, toplulukçu kültürlerde (İnsanların doğduktan sonar sağlam ve sıkı gruplara bağımlı olduğu ve bu bağımlılığın hayatı boyunca, sormadan bir bağımlılık karşılığında varolduğu toplumlardır.

Ör: (Japon kültürü,) bu olgunun tam tersini gösteren sonuçlar ortaya çıkmıştır. İnsanların sosyal kaytarma davranışı içine girmelerine sebep olarak bireylerin grup içinde emek harcarken harcadıkları güçün görülmeden kaybolup gideceğini düşünmeleridir. Bunun sonunda davranışları için kendini az sorumlu hisseder ve daha az emek harcarlar(Wann ve ark., 1987).

Latene, Harkins ve Williams yüzme müsabakalarının, spor ortamında sosyal aylaklığın anlaşılabilme hipotezini test etmişlerdir. Tur zamanı anons edildiği zaman (yüksek anlaşılabilme (saptanabilme) durumu) sporcular bayrak yarışında bireysel yarışmadakinden daha hızlı yüzmüşlerdir. Tur zamanı anons edilmediği zaman (düşük, az anlaşılabilme (saptanabilme) durumu) sporcular bireysel müsabakalarda bayrak yarışından daha hızlı yüzdükleri ortaya çıkmıştır. Sporcular eğer kendi performanslarının grup içinde anlaşılabileceğine inanırlarsa sosyal kaytarma ortaya çıkmamaktadır (Wannve ark., 1997). Huddleston, Doody ve Ruder, tarafından yapılan başka bir araştırmada farklı bir sonuç ortaya çıkmıştır.

Latene, Harkins ve Williams yüzme müsabakalarının, spor ortamında sosyal aylaklığın anlaşılabilme hipotezini test etmişlerdir. Tur zamanı anons edildiği zaman (yüksek anlaşılabilme (saptanabilme durumu) sporcular bayrak yarışında bireysel yarışmadakinden daha hızlı yüzmüşlerdir. Tur zamanı anons edilmediği zaman (düşük, az anlaşılabilme saptanabilme durumu) sporcular bireysel müsabakalarda bayrak yarışından daha hızlı yüzdükleri ortaya çıkmıştır. Sporcular eğer kendi performanslarının grup içinde anlaşılabileceğine inanırlarsa sosyal kaytarma ortaya çıkmamaktadır(Wann ve ark., 1997). Huddleston, Doody ve Ruder, tarafından yapılan başka bir araştırmada farklı bir sonuç ortaya çıkmıştır.

Huddleston ve arkadaşları 55 metre bayrak takımında ve ferdi müsabakalarda koşacak olan bayan atletleri çalışmalarına dahil etmişlerdir. Bayrak takımında koşacak olan sporcuların yarısına yani iki sporcuya sosyal kaytarmanın performans üzerindeki etkileri ve bunun muhtemel sebepleri hakkında bilgi verilmiştir fakat takımın diğer üyelerine bu bilgiler verilmemiştir. Sonuçta takımın her iki grubunda sosyal aylaklık ortaya çıkmıştır. Sporcular bayrak takımında koşarken ferdi koşularından daha yavaş koşmuşlardır.

Buradan şu sonuç ortaya çıkmaktadır; sosyal aylaklığın farkında olmak, saptanılabilmek ve verilen bireysel geri bildirimler sosyal aylaklığın etkilerini sınırlandırmamaktadır. Yapılan araştırmaların sonucunda sargınlığın yüksek olduğu takımlarda bireylerin takım arkadaşlarının sosyal aylaklık göstereceklerine ilişkin bir düşünce pek taşımamaktadırlar ancak birbirlerine benzer şekilde aylaklık gösterirler (Hogg ve ark., 1992). Sonuç olarak sosyal aylaklığı önlemede genelde kullanılan iki temel yol söz konusudur.Bunlardan ilki, bireylerin takım içindeki emeklerinin bulunamayacağı düşüncesinden daha önemli geliyorsa, bunu önlemenin yolu takım içinde her bireyin neler yapıp neler yapmadığına dair bireylere geri bildirimler vermektir. Sosyal kaytarmayı önlemenin ikinci yolu ise grup bireylerin başarılı olmayı bir inanç olarak hissetmeleri sağlamaktır(Horn ve ark.,2002).

2.1.3. Sargınlık İle Liderlik İlişkisi

Gerçek lider davranışıyla sporcuların tercih ettikleri lider davranışı ne kadar uyuşursa takımdaki elemanların o kadar haz duyacakları açıktır. Genelde liderlerin kararlarına katılabilen takımların yani demokratik liderle çalışan takımda sargınlığın daha fazla olduğu söylenmektedir(Carron ve ark.,1982).

2.1.4. Sargınlık İle Takım İlişkis

Paylaşılan takım yaşantısı takım sargınlığının önemli özelliklerinden olabilmektedir. Başarı ya da başarısızlığın takım üyelerini bir araya getirdiği bilinmektedir. Takım sargınlığını oluşturmak için takımın yapısını oluşturan öğelere dikkat edilmelidir. Bunlar pozisyon, statü, roller ve normlardır. Takımdaki bireyler birbirleriyle düzenli olarak karşılaştıkları için bu olgu süreklilik ve sargınlıkla ilgili bir duyguya katkıda bulunur bu biz ve onlar algısının gelişmesini sağlar(Carron ve ark., 1982).

Rol*;* takım içinde belli bir konumda olan bireyden beklenilen davranışlardır. Örneğin sporcuların eğitimi, sporcuların aileleri, medya ve taraftarlarla iletişimi, antrenmanın organizasyonun yapılması koçun rolleri arasındadır. Roller formel ve informel olabilir. Formel roller; koç, takım kaptanı, menajer olabilir, basketbol takımında guard, voleybol takımında smaçör formel bir rol olmaktadır. İnformel roller takım elemanları arasındaki etkileşimden doğar. Takım üyeleri rollerini anladıkları (Rol Belirginliği), rollerini kabul ettikleri (Rolün Benimsenmesi), yetenekleri ve en iyi rollerini benimsedikleri zaman (Rol Performansı) takımın etkinliği artmaktadır. Rol belirginliği, rolün benimsenmesi ve rol performansı temelde görev ve toplumsal sargınlıkla ilgilidir(Caron ve ark.,1982).

2.1.5. Takım Normları

Takım üyelerinin performansını düzenleyen lider ve takıma karşı standartlarla desteklenen davranış kurallarıdır. Normlar genelde informeldir ve açıkça belirtilmemiştir. Fakat bu normlar takım üyeleri tarafından bilinir ve takımın devamı ve sargınlığı bu kurallara uyulmasına bağlıdır, bu kurallar uymayan bireyler ya takımdan dışlanır ya da takımdan uzaklaştırılır. Normların geliştirilmesi ve sürdürülmesinin iki yaygın açıklaması vardır. Bunlar davranışsal pekiştirme ve toplumsal etkidir(Carron ve ark.,1982).

2.1.6. Davranışsal pekiştirme

Takım normlarının gelişiminde bireylerin pekiştirilecekleri ve cezalandırılmaktan kaçınacakları davranımlarda bulunmaları olarak tanımlanır. Toplumsal etki ise bireyi belli bir şekilde davranmaya iten takım standartları olarak düşünülmektedir(Carron ve ark., 1982).

2.1.7. Takım Sonuçları

Performans üzerine takım sargınlığının etkileri ile ilgili araştırmalardan üç sonuç elde edilmiştir. İlki sargınlığın fazla olmasının takım performansını artırdığı, ikincisi sargınlığın performans ile ilişkisinin olmadığını, üçüncüsü de sargınlığın az olmasının daha iyi performans sağladığı yönündedir(Gill ve ark.,1986). Sargınlık takımların daha fazla maç kazanmasını sağlar mı? sorusuna Evet, Hayır ve Olabilir yanıtını vererek ilginç bir yaklaşımda bulunmuştur(Grieve ve ark.,2000). 3'er kişiden oluşan basketbol oyuncularıyla yaptıkları çalışmada, sargınlığın takım performansı üzerinde etkili olmadığını kazanmanın takım performansı üzerinde kaybetmekten daha etkili olduğunu ileri sürmüştür(Landers ve ark.,1974). Yaptıkları çalışma sonucunda sargınlıkla başarı arasında negatif bir ilişki olduğunu ifade etmişlerdir.

Spor grubunun sargınlığı ve takım başarısı arasındaki bağlantısı inceleyen çalışmalarında sargınlık ile başarı ararsında kuvvetli bir bağlantı olduğunu söylemişlerdir(Everett ve ark., 1982). Yüzücülerle, (Williams ve ark.,1991) golf oyuncularıyla, (Berardinis ve ark., 1990) atletlerle,(Landers ve ark.,1974) atletlerle yapmış oldukları çalışmaların sonuçlarında sporda sargınlıkla başarının ilişkili olduğunu bulmuşlardır(Slater ve ark.,1994). Üniversiteli hokey takım oyuncularıyla yaptıkları çalışmanın sonucunda takım sargınlığı ile takımın başarısı arasında olum bir korelasyon olduğunu saptamışlar(Carron ve ark.,2002).

Yapmış oldukları meta-analizde Grup Sargınlığı Ölçeği kullanılarak yapılan çalışma sonucunda sargınlık ve performans arasında kuvvetli bir bağlantı olduğunu ifade etmişlerdir. Sargın gruplarda üyeler, sargın olmayan gruplarla karşılaştırıldığında, grup normlarına daha çok kabuletme eğilimindedirler. Bu sargın olan gruplarda üyelerin grup normlarına uymaları için diğer üyelere baskı yapmalarından kaynaklanır (Howell Dipboye 1986).

Bu sayede sargın gruplarda normlarına daha fazla uyulur bunun diğer bir nedeni de bireylerin grup normlarını içselleştirmeleridir. Sargın olan grupların üyelerinin birbirleriyle olan iletişimleri iyidir birbirlerini dinlerler, birbirlerinin fikirlerini kabul ederler ve kendi görüşlerini diğer üyelere ve gruba uyacak şekilde değiştirme eğilimindedirler(Cartwright, ve ark.,.1968).

Sargın gruplarda bireyler grubun normlarına uymakla kalmaz, olası olumsuz sonuçlarda grubu ya da diğer grup üyelerini daha az suçlarlar. Sargın olmayan gruplarda üyeler başarıları kendilerine alırken, başarısızlıklarda grubu ve diğer üyeleri sorumlu tutarlar. Ancak sargınlığın olduğu gruplarda bunun tam tersi bir durum yaşanır. Bireyler başarıları daha çok gruba yüklerken, başarısızlıkları kendi üstlerine almaya ya da başka dışsal nedenlere yüklemeye çalışırlar(Howell,1986). Olası başarısızlıkların dışsal nedenlere yüklenmesi grubun herhangi bir üyesinin bu başarısızlıktan dolayı sorumlu olmasını engeller ve bu sayede grubun uyumu ve birlikteliği devam eder.

Bundan dolayı sargın olan grupların başarısızlık durumunda dağılma olasılığı daha azdır. Yapılan bazı çalışmaların sonuçları yaşanan başarısızlıkların grubun birlikteliğinin artmasına yol açtığını göstermiştir(Turnerve ark.,1984). Grup bireylerinin, grup hedeflerini benimsemeleri ve bu hedefi gerçekleştirmek için birlikte hareket etmeleri grup sargınlığının önemli özelliklerinden birisidir. Bu grup üyelerinin grubu çekici bulmaları, gruba karşı daha fazla sorumluluk duymalarına ve grup için daha fazla çalışmalarına olanak sağlar.

Sargınlığın yüksek olduğu gruplarda, bireyler grup için daha fazla sorumluluk almakta ve zor görevlerde daha fazla çalışmaktadırlar(Cartwright,1968) (Turner,1984). Grupta sargınlığın artması bireylerin grup içindeki davranışlarını da etkiler. Bu grup üyelerinin grubun hedeflerini gerçekleştirme beklentilerinin ve çabalarının artmasını sağlarken gruptan ayrılma ve devamsızlık gibi davranışların azalmasına ve grubun dağılmasına karşı daha fazla direnç gösterme eğilimlerini de artırır (Carron 1997,1998). Sargın gruplarda üyeler diğer üyelerin dostlularından hoşlanırlar, beraber vakit geçirirler, birbirlerine daha fazla yardımcı olurlar ve gruplarıyla daha fazla özdeşim kurarlar bu sayede grup üyelerinin grupta kalma olasılıkları da artar. Sargın olan gruplar güçlü bir biz duygusuna sahiptir.

Yani grup üyeleri için biz benden çok daha önemlidir. Bireyler kendilerini grubun üyesi olarak algılayıp özdeşleştiklerinde gruba karşı yapılan eleştirilere ve saldırılara karşı grubu koruyacaklardır(Cartwright,1968) (Matheson,1997). Sargın olan grupların sargın olmayan gruplara karşı daha fazla uzun ömürlü olmasının sebebi üyelerin grubun üyesi olarak kalmaya istekli olmaları ve gruba karşı yapılan saldırılara ve eleştirilere karşı direnç göstermeleridir(Cartwright,1968) (Turne,1984).

Bireysel sonuçlar; Takım sargınlığında bireysel sonuçlarla ilgili olarak en fazla dile getirilen sporcunun yarışma deneyiminin artmasına bağlı olarak duyduğu hazzın artmış olmasıdır. Burada önemli olan sporcunun takımla özdeşim kurabilmesidir,yani birey takımın bir parçası olduğunu hissetmeli ve hissettirmelidir.

Takım sargınlığı ile etkileşim içinde olan ve sargınlık oluşumunu azaltan veya artıran faktörlerden biriside kaygıdır(Carron ve ark.,1987). Farklı branşlarla yaptıkları çalışmada yüksek görev sargınlığına sahip olan sporcuların bilişsel kaygı düzeylerinin daha az olduğunu ortaya koymuşlardır(Howell,1986). (Martens ve ark.,1990). Kişisel sporla yapan sporcular grup halinde spor yapan kişilere göre daha fazla duyuşsal ve fiziksel kaygıya sahip ve daha az bireysel güven düzeyine sahip olduklarını bildirmişlerdir(Carron ve ark., 1997).

Kişilerin takım içinde veya dışında en iyi dostlarıyla beraberken yalnız kaldıkları zamanlara göre az düşünceli olduklarını saptamışlar(Martin ve ark.,1997). Çalıştıkları araştırmada, buz pateni yapanların duyuşsal ve fiziksel kaygı seviyelerinin takım sporyla uğraşan kişilere göre daha çok olduğunu saptamıştır.

2.2. Kuramsal Yaklaşımlar

Grup içi İşbirliği ve Grup içi Karışıklık: 1961 yılında Sherif, Harvey, White ve Hood genç erkek çocuklarının katıldıkları yaz kampı ile ilgili olarak bir çalışma yapmışlardır. Çocuklar kampa ulaştıklarında iki gruba ayrılmışlar ve ayrı yerlerde yerleştirilmişlerdir. Kampın ilk haftası boyunca, gruplar farklı görevler için ayrılarak ayrı ayrı çalışmışlardır. Çocuklar birlikte çalıştıkları zaman gruplarına ilişkin grup içi sargınlık işaretleri göstermeye başlamışladır. Gruplar daha sonra yarışmacı etkinliklerde birbirlerine karşı meydan okumaya başlamışlardır.

Sherif ve meslektaşları gruplar arasındaki yarışmaların gruplara arası anlaşmazlıkları artırdığını ve bu durumun grup içinde takım sargınlığı duygusunun artmaya devam etmesine olanak sağladığına işaret etmişlerdir(Sherif ve ark.,1961). Gruplar kendilerine yönelik tehditlere karşı sargınlık duygusunu geliştirmeye başlamışlardır(Baron ve ark.,1990).

Böylece grup içi işbirliği (grup içinde birlikte çalışmanın ifadesidir) ve gruplar arası yarışma (iki grup arasındaki yarışma) sargınlık oluşmasını kolaylaştıran etmenler haline gelmişlerdir. Bu çalışmada Sherif ve arkadaşları spor takımlarında sargınlığın oluşması için iki noktaya dikkat çekmiştir(Sherif,1961). İlki eğer işbirliği sargınlık duygusunun gelişimini sağlıyorsa, koçlar kendi takımları için işbirliği gerektiren etkinlikleri geliştirmelidirler. İkinci ve olarak yarışma ile dışsal tehditler sargınlığa yol açıyorsa koçlar "dünyaya karşı biz" algısını ve düşüncesini sağlamanın ve geliştirmenin önemli olduğunu vurgulamışlardır. Eğer oyuncular rakip takım gibi diğer grupların ve medyanın kendilerine karşı birlik olduğunu hissederse bu dışsal tehditlerle mücadele etmek için grup sargınlığını geliştirerek birlik içinde hareket etmeye çalışırlar. Dışsal tehditlerin takım sargınlığını artıran önemli etmenlerden biri olduğuna dikkat çekmişlerdir.

Carron ve arkadaşları sargınlığı ifade ederken ve seviyesini belirleme amacıyla tanımsal bir örnek geliştirmişlerdir. Başta spor takımlarındaki sargınlığı ölçmek ve geliştirilen bu örnek daha sonra kendileri tarafından gerekse başka çalışmacılar tarafından spor grupları dışında olan gruplara da uygulanmıştır. Örnekte sargınlık hem kişi hem de grup seviyesinde bir tanım olarak ele alınmıştır.

Carron ve arkadaşları sargınlık ifadesinde çalışan çalışmacılar daima takipte olan kişi-grup ve görev-çevresel ön yargıları ya da ayrımına dikkat ederek odellerini geliştirmişlerdir (Carron ve ark.,1982).

2.2.1. Takım İstikrarı:

Araştırmacılar grup istikrarının sargınlıkla ve yaşam memnuniyetle ilgili olduğunu bulmuşlardır(Forsyth,1990). Takımlar daha uzun süre birlikte olurlarsa ve belirli bir başarı düzeyi yakalanırsa daha bağlı olmaktadırlar denmektedir. Takımlar eğer çok fazla sayıda oyuncu değişikliğine giderse ve başarısızlık oluşursa birlik duygusu eksik olacak ve bu durumda sargınlık oluşumu zorlaşacaktır.

2.2.2. Takım Homojenliği:

Takım homojenliğinin takım birliği konusunda önemli bir rolü olduğunu öne sürmüştür(Cox,1990). Takım homojenliği, takım oyuncuları arasındaki benzerliğin derecesini ifade eder. Cox, homojen takımların benzer etnik özelliklere sahip, benzer sosyoekonomik düzeyden gelen bireylerden oluştuğuna ve bunun da sargınlığın oluşmasına yol açtığına inanmaktadır. Aksine heterojen bir yapı gösteren takımlardaki sargınlık seviyesinin düşük olacağını söylemiştir(Widmeyer ve ark.,1991). Yaptıkları bir çalışmada Cox'un karşıtı bir görüş bildirmişler ve yaptıkları çalışmanın sonucunda takım homojenliği ile sargınlığın ilişkili olmadığı sonucunu bulmuşlardır. Olimpik takımlarda yer alan ve kültürel benzerliği olan olimpik takım oyuncuları arasında sargınlık duygusu oluşmuştur. Diğer taraftan profesyonel takımlar her ne kadar pek çok açıdan birbirine pek benzemeyen bireylerden oluşsa da sargınlık örüntüleri göstermektedirler. Bu durumda takımın başarısı ve hedefi önemi ortay çıkmaktadır. Bu durumda profesyonel takımlar heterojen bir yapı gösterseler de, oyuncular kazanmak ve var olan amaçları gerçekleştirmek için benzerlik göstermektedir.

2.2.3. Takım Büyüklüğü:

Takım büyüklüğü sargınlıkla ilgili olan diğer önemli bir etmendir. Araştırmacılar grup büyüklüğü arttıkça grup sargınlığının azaldığını bulmuşlardır (Schultz,1994). Takım büyüklüğü ve takım sargınlığı ile ilişkisini voleybol ve basketbol'da üçe-üç oynanan maçlarda incelemişlerdir(Widmeyer ve ark.,1990).

Basketbol takımları 3, 6 ve 9 üyeden oluşmuştur, voleybol takımları 3, 6 ve 12 oyuncudan oluşmuştur. Çalışmanın sonucunda takım büyüklüğü arttıkça takım sargınlığının artmadığını, aksine takım sargınlığı ile takım büyüklüğü arasında ters bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır.

2.3. Yaşam Memnuniyeti

Kişinin hayat kalitesini farklı açılarla değerlendirmesiyle elde ettiği olumluluk derecesine yaşam memnuniyeti denir. Memnuniyet latincede gerektiği kadar geliştirmek ya da yapmak anlamına gelen sözcüktür. Yaşam memnuniyeti bireyin yaşam kalitesine öznel bir değerbelirlemedir. Açıklamada da anlaşılacağı üzerine, kişinin yaşam kalitesi neticesinde yaşam memnuniyeti şekil almaktadır. Aynı zamanda hayat memnuniyeti, mutluluk yada yaşam doyumu olarak tanımlanan bir kişinin kendisinin belirtiği kurallara uygun bir biçimde tüm hayatını pozitif yorumlaması olarak da tanımlana bilmektedir(Diener, ve ark.,1985), (Veenhoven,1996).

Hayat memnuniyeti subjeftif iyilik durumunun duyusal bileşenidir ve kişinin kendisi için belirlediği kriterler ve bu kiriterlerin bireyin yaşam koşullarını algılayışı arasındaki karşılaştırmaları, nedeniyle hayatın da çalıştığı iş hakkında yorum belirlemesini bulundurmaktadır(Pavot ve Diener, 1993). Hayat doyumunun, yaşamın değerli iyi yönlerini göstergelerinden olan Öznel İyilik Durumu'nun önemli bir özelliği olarak önemseyip Öznel İyilik Durumu'nu hem yaşamın doyumu hem de mutluluğu içine alan geniş bir tanım olarak ifade edenler olduğu gibi (Diener,1984) (Eid ve ark.,2004), bu iki kavramın mutlulukla beraber eş anlamlı olarak kabul edenleri de bulunmaktadır(Lu,2000). Ama, her ne kadar mutluluk ve Öznel İyilik Durumu ile eş anlamlı kullanılsa da hayat doyumunun bu tanımlara göre değişik yönleri belirtmektedir.

Mutluluk daha çok objektif iyilik için kullanılırken, hayat memnuniyetin de sübjektif düşünce ana konu olmaktadır. Öznel İyilik Durumu'nda ise kişinin belirli psikosomatik belirtilere bağlı olumlu ve olumsuz duyguları öne ilerlerken, hayt doyumunda ise hayata dair ayrıntılı ve geniş bir yorumlama yapılmaktadır (Veenhoven,1996).

İlk defa 1961'de Neugarten tarafından öne sürülen hayat doyumu tanımı daha sonra birçok araştırmacın gelişmesine yardımcı olmuştur. Aslında, yaşam doyumu ya da yaşam memnuniyetini ifade etmek için önce "doyum" tanımın ifade edilmesi uyumlu olacaktır. Doyum, hedeflerin, ihtiyaçların, arzu ve umutların karşılanmasıdır. Hayat doyumu ise, bir kişinin isteği ile(ne istediği), elinde var olanın (neye sahip olduğu) bir birleriyle kıyaslanması ile edilen durum ya da sonuçtur. Hayat doyumu, bireyin ihtiyaçlarıyla, gerçek durumla karşılaştırılarak bulunan bulguyu gösterir. Hayat doyumu, genel olarak bireyin bütün yaşamını ve bu hayatını nı çok çeşitli halini içerir.

Hayat doyumu söylendiğin de, kesin durumlara ilişkin doyum ya da memnuniyet değil, genel olarak tüm hayatlarındaki(spor, takım, bireysel aktiviteler) memnuniyet ya da doyum anlaşılır. Çoğu zaman mutluluk olarakta ifade edilen hayat doyumu, tüm zamanlar süresince insanlığın ilgisini çekmiş duruma gelmiş konulardan bir tanesidir. Felsefeciler mutluluğu tanımlanırken, bireyin eylemlerinin en yüksek ve tek ilham kaynağı olarak ifade etmişler. Gerçek anlamıyla, mutluluk somut bir ifadesi yok ama varlığından da kesinlikle şüphe duymayan bir kişisel duyuş ve özlem halidir. Çünkü mutluluk insanın bütün yaşam şeklini, büyüme tarzını, sosyal çevresini, aile yapısını, benimsediği yaşam görüşünün, kişisel dünyasının, insancıl yapısının, yaptığı sporu, hedeflerinin, ihtiyaçlarının, duygularının, hislerini ve tüm olanaklarının büyük bir uyum içinde dengini bulması ile var olacak bir ruh halidir. Doğaldır ki, bunların hepsi her insana göre farklı değerler ifade edildiğine göre, yeryüzü üzerinde iki farklı birey için birbirine yakın olan bir mutluluk formülü bulmak veya böyle kesin bir tanımı ifade etmek olası değildir.

Günlük hayatta çok fazla ifade edilen mutluluk tanımı, kavranması güç ve değişik anlamlara, geldiği için sosyal psikologlar, mutluluk yerine diğer kavramlar olan yaşam memnuniyeti yada hayat doyumu ifadeleri kullanmaktadırlar (Brandt,1985). Felsefecilere karşın psikologlar ise, olumsuzluklar üzerinde daha çok kalıp, mutluluğu sürekli görmezden gelmişler. Davranış bilimcileri son 15 yılda, bu yanlışların üstesinde gelerek, mutluluk kavramı hakkında uygulamalı ve kurumsal araştırmalar yapmışlardır(Telfer,1980),(Diener,1984) göre, (Wilson,1967) mutluluk üzerine yaptığı çalışmlarda genel olarak iki bulguya ulaşmıştır.

İlki, “en iyi durumda olanlar, en mutludur” şeklindedir. Mutlu birey, genç, sağlıklı, iyi eğitim görmüş, mali durumdan iyi ve dışa dönük, optimistik, hatasız, dindar, evli, olumlu, isteklere sahip ve akıllı kişidir. Elde edilen ikinci sonuç ise; Yunan filozoflarından bu yana, mutluluk üzerine az sayıda kurumsal gelişmenin sağlanmış olduğudur(Diener,1984)(Wilson,1967). Wilson’un araştırmasından sonra, bugüne kadar konuyla alakalı çok fazla çalışma uygulanmıştır. Mesela, çalışmalarda mutluluk ve sağlık ile yaş ve mutluluk arasında önemli bir ilişki araştırmalar sonucunda bulunmamıştır. Bundan da önemlisi olan uygulanan araştırmalar, demografik değişkenlerin mutluluğun çok az bir tarafını ifade ettiği ortaya sunmuşlar. Bu sonuçlar sonucunda, çalışmacılar mutluluğun başka bir yönü olan psikolojik nedenlerini aramaya yöneltmiştir(Wilson,1967).

Son zamanlarda mutluluk için yapılan çalışmalar, ekonomik gelişmelerin en önemlilerinden biri haline dönüşmüştür. Uzun zamanlar sürecinde mutluluk tanımını önemli bir şekilde ön planda tutan ekonomistlerin başında (Easterlin,1974) gelmektedir (Oswald,1997),(Frank,1997) ve (Ng,1997), Economic Journal’daki yazıları son yıllarda bu konuya olan ilginin daha da artmasına neden olmuştur. Ancak, psikolojide, mutluluk üzerine yapılan araştırmalar daha eski ve geniş tabanlıdır. Bu konuda ilkdefa yapılan çalışma gerçekleştirilmiştir(Argyle,1987), (Myers,1993) ve diğer sosyolog (Veenhoven,1993) tarafından mutluluk üzerine yapılan diğer araştırmalar da yayınlanmıştır.

Son zamanlarda yapılan çalışmalar, Diener, Suh, Lucas ve Smith araştırmacılar tarafından yapılmıştır(Lane,1991). Yaptığı bireysel araştırmada psikolojik ve ekonomik kaynaklarda farklı bakış açıları kazandırmıştır(Lane, 1991). Hayat doyumu veya mutluluk tanımları yukarıda yapılan açıklamalardan anlaşılacağı üzere, birbirleri ile iç içe geçmiş durumda olup rahatlıkla birbirlerinin durumlarını ifade edilebilmektedir (spor, ekonomi gibi). Mutluluk ve hayat doyumu, alan çalışmaları ile ölçülmektedir. Hazırlanan anketlerde sporculara,“ hayatımızı genel olarak düşündüğünüzde yaşamınızdan ne kadar mutlusunuz?”soruları ifade edilmekte ve sporcuların mutluluk seviyeleri anketlerle ölçülmektedir. Verilen cevap seviyesi üç ölçek ile on ölçek arasında değişmektedir.

Bu hedefle bireylere verilen anketlerde bütün olarak mutluluk seviyeleri, yaşamdan aldıkları doyum düzeyi, uğraştıkları iş, spor gibi farklı aktivetelerin yaşam düzeylerine olan etkisi incelenmektedir.

Bu amaçla, bireylerin kendilerini puanladıkları farklı bir ölçüm yapılmaktadır. Böylece, kişilerin hayatlarıyla alakalı çok fazla değişkeni ve kişilerin üzüntülerini izlemek mümkündür. Ayrıca bu mutluluğu belirten faktörleri çalışmalarla saptanmıştır. Çalışmaların genelinde anketlerde boş bırakılmış önemli bir soru da, nedenselliğin yönüdür. Başka bir ifadeyle, birçok farklı değişken için neden ve etkiyi yapmak zordur ve birçok durumlarda bunlar etkileşim halindedir. Mesela, "bireyler yaptığı spordan mutlu mudur?" veya "mutlu bireyler mi spor yapıyor?", "zengin bireyler spor yapınca mutlu mudur" veya "mutlu bireyler daha fazla gelire sahiptir". Aynı anlama gelen sorular birbiriyle pozitif ilişki içeren sağlık ve mutluluk, mutluluk ve demokrasi, mutluluk ve eşitsizlik arasında değişik alanlar için yapıla bilir(Graham ve ark.,2004).

Başka bir yandan birden fazla çalışmacı ekonomik gelirin, kişinin mutluluğu ile olumsuz bir bağlantısı olduğunu tahmin eder(Easterlin 1974, 1995, 2001). Bir şehirdeki maddi durumu iyi kişiler fakir kişilerden daha çok mutlu olurken, ekonomik artışların mutlulukta olumlu bir artışa yol açmadığını ifade etmiştir. 1957 yılında Amerikan nüfusunun büyük bir kısmının kendisini "çok mutlu" hissederken bu tarihten itibaren sürekli ekonomik büyümeye rağmen mutluluk düzeyi olumsuz etkilenmiştir (Schor,1991). Oswald'ın 1997 yılında Amerika ve Avrupa Birliğinde 12 ülkeleri kapsayan bir farklı bir araştırmada ise şu iki sonuç ortaya çıkmıştır;

1. Maddi gelirin mutluluğu satın alabildiğini am; mutluluk paranın üzerindeki etkisinin düşük seviyede olduğunu hatta farklı zamanlarda bu etkinin istatistik olarak olumsuz çıktığı.

2. İşsizliğin bireyler üzerindeki etkisinin olumsuz olduğu ekonomik gelir kaybıyla birlikte insanların hayattan hoşnut olma seviyelerinin hızla düşmeye başladıkları sonucuna varmıştır(Oswald, 1997).

İnsan topluluğu yada ülkelerin başarısı nesnel kriterlerle sık sıksuçlanmakta. Politik partiler, tekrar seçilmek için farklı bir yol olarak, insanlara biz iktidarda olduğumuz dönem sürecince vatandaşların ne denli refah seviyerin yüksek olduğunu hatırlatırlar. Topluluğu iktidarları süresince hayat standarlarının yükseldiğini ikna etmek için işsizlik oranları, daha fazla ekonomik gelir oranları, daha az ekonomik vergiler oranı, daha az suç oranları ile eğitim, sağlık ve spordaki gelişmeleri sürekli gündeme getirmektedirler. Yinede bireylerin hayat kalitesi, bu şekilde doğru ölçülemez.

Ancak hayat standartlarını nesnel ölçümleri (ekonomik gelir, gider, eğitim, sağlık, spor vb.) ile bireylerin hayat doyumları ile alakalı bireysel yorumları, yorumları arasındaki ilişki normalde çok azdır. Mesela bir sporcunun kötü bir sakatlık geçiren bir bireyin, hayatında değişik travmatik bir deneyim yaşamamış başka bireylere göre hayatından daha az memnun olacağı idda edilmektedir.

Ancak yapılan deneysel çalışmalarda bu iddayı desteklememektedir. Aslında, sakat olan sporcuların ifade ettikleri(rapor ettikleri) hayat memnuniyeti seviyesi, sakat bireylerden az değildir. İzlene bilir hayat koşulları ve hayat doyumuna dair subjeftif yargılar içerisinde birebir bağlantının her zaman var olmadığı söylenmektedir(Lorie Sousa ve ark.,2001). Birçok psikolojik çalışmalarda spor yapan bireylerin hayat memnuniyeti dair kaynaklarını soruşturmuş. Bu bilgileri genel olarak sporcunun mal varlığı, sporcunun medeni durumu, sporcunun cinsiyeti, sporcunun genç ya da erkek olması gibi farklı durumlarını içermektedir.

Çalışmacıların çoğu hayat doyumunu öngüreye göre kadınların tercübeleri üzerine özel olarak odaklanmadığı için çalışma her iki cinsiyet içinde geçerlidir. Neyse ki bulunan sonuçların çoğu doğrudan kadınların yaşamları ile bağlantılıdır. Doğum yapma, çocuğu büyütme, çocuğu spora yönlendirme, bunların hepsi kadınların hayat doyumun düzeyine etki eder ama bu faktörlerle ilgili farklı araştırmalar sadece kadın katılımcılar için yapılmamıştır ya da özellikle çocuk cinsiyeti üzerine farklılıkları analiz edilmemiştir. Böylece bu bakış açısı bütün olarak, kadınların yaşamlarını ve tercübeleri ile hayat doyumu üzerine odaklanacaktır (Lorie Sousa - Sonja, 2001).

2.3.1. Yaşam Memnuniyeti Ölçümü

Hayat doyumu ile alakalı farklı faktörleri araştırmak üzere kaynakları taramadan önce hayat doyumu nasıl ölçüldüğü üzerinde durulması çok önemlidir. Araştırmacıların çoğu, hayat doyumunun, bireylerin çalışmalarına istinaden ölçmeyi seçmektedir. Bu çalışmayla bireyler skala üzerinde sembol (yüz ifadeleri) ya da sayılarla (1'den 7'ye kadar numaralandırılmış) seçerek hayatlarından ne kadar memnun olduklarını ifade ederler. Hayat doyumunun bir yargı olduğu ifade edildiğinde, çalışmacılar, bireysel bildirimlerin analizlerin doğrudan ve en net ifade yolu olduğu belirtilmektedir(Lorie Sousa - Sonja, 2001).

2.3.2. Hayat Doyumunun Tek - Nesne ve Çoklu - Nesne Ölçümleri

Hayat doyumun birçok bireysel bildirim analizleri bulunur. Az sayıdaki ölçümler "Bütün olarak yaşamınızdan ne kadar memnunsunuz" gibi sadece bir soalden oluşurken diğer bireylerin katılımcıların birden fazla soruyu cevaplanmasını ister. Genel de çalışmacılar, çoklu - nesne analizlerinde tek - nesne analizlerini tercih ederler. Tek - nesne skalaların yeterli yakınsak gerçekliği (skalalar başka benzeri ölçümlerle uyumludur) ve doyum güvenirliği (skala farklı yıllarda aynı ölçümler yapmıştır) bulunmasına rağmen ancak çoklu - nesne skalaları, harf ve diğer analiz yanlışlarını bulduğu gibi, içsel tutarlılık yorumlamasına olanak sağlamaktadır. Ayrıca (Diner ve ark., 1984) çoklu - nesne skalalarının tek - nesne skalalarına göre daha çok güvenilir ve geçerli olduğunu tartışmıştır.

Birde (Martin Pinquart ve ark.,2000) tarafında yapılan bir meta-ölçümde ekonomik durum, eğitim, cinsiyet ve yaş gibi farklı değişkenlerle hayat doyumu arasındaki bağlantının çoklu - nesne skala yerine tek - nesne skala çalışmasında düştüğü belirtmiştir(Martin Pinquart ve ark., 2000). Çalışmacılar tek – nesne skalalarının verilen cevaplarda çevresel değerlerin etkisinde olup olmadığını çoklu – nesne skalalarına göre daha iyi düşündüklerini tahmin etmektediler çünkü çoklu nesne skalası, daha çok kişisel bilgi arz etmektedir.

Bu sorunlara karşın tek - nesne skalalar, çoklu - nesne skalalar ile bağlantıda olma yönelimindedir, yani özetli bir sürüm gerektiğinde, tek - nesne skalaların daha tamamlayıcı olacağı tahmin edilmektedir. Duyulmuş şekilde kullanılan ve en geçerli olan hayat doyumu ölçümü ise çoklu-nesne skalası göre Hayat Skalası ile Memnuniyet'tir (Argyle M, 1999).

2.3.3. Yaşam Skalası İle Memnuniyet

5-Nesne Hayat Skalası ile memnuniyet tarafından sadece evrensel hayat memnuniyetini ölçmek için yapılmıştır(Satisfaction With Life Scale SWLS) (Diener ve ark.,1985). Araştırmacılar hayat doyumu subjektif mutluluğun bilişsel unsurlarından bir tanesi olarak düşündüklerinden bu skalayı hissleri almaksızın yapmışlardır. Skala nesneleri kullanmak için dil, yanıtlayıcıların genel olarak hayat memnuniyetlerini yorumlamaları için yaygındır(Lorie Sousa ve ark.,2001).

SWLS birçok değişik gruptan katılımcılara yapılmıştır ve cinsiyet, etnik köken ve yaş arasında yüksek düzeyde çelişmeyen ve güvenirliğe sahip olduğu bulunmuştur.. SWLS yönlendirmeleri, katılımcılardan, şu yedi durumu 7-Puan Likert skalası üzerinde oranlamasını ister. (1 = kesinlikle katılmıyorum, 4 = ne katılıyorum ne katılmıyorum, 7 = kesinlikle katılıyorum).

Birçok noktadan yaşamın ülküye yakın.- Hayat şartları mükemmel.-Hayatımdan memnunum. - Şimdiye kadar yaşamdan istediğim çok değerli şeyleri elime geçti. Hayatımı yeniden yaşayabilsem, hiçbir şeyi değiştirmez aynı kalmasını isterdim.

2.3.4. Diğer Memnuniyet Ölçümleri

Hayat doyumu analizinde çok kullanılmasada beraber tercih edilen başka ölçüm teknikleri aşağıda bulunmaktadır.

2.3.5. Hadley Cantrill'in Self – Anchoring Skalası

Yaşam doyumu, katılımcıların merdiven üzerindeki basamakların üzerinde çizimler yapmaları ile ölçen tek-nesne bir skaladır. En yukardaki basamakta "senin için en iyi hayat" ve en aşağıdaki basamakta ise "senin için olabilecek en kötü hayat" etiketleriyle bireylerin hayat doyumunu yargılarını belirtmeye çalışmaktadır.

2.3.6. Frank Andrews ve Stephen Withey Memnun – Mutsuz Skalası

Araştırmaya katılan katılımcılar hayat memnuniyetlerinin seviyesinin mutlu ve üzgün bireylerin yüz ifadelerinin yedi ifadeden uygun olanı seçerek "hayatınızın tümüyle alakalı ne hissediyorsunuz"sorusuna cevap vermeleri istenir.

2.3.7. Yaşam Memnuniyeti Ölçümleri ile İlgili Karşılaşılan Sorunlar

Hayat doyumu ölçümünün geçerliliği fikri farklı kaygılar bulunmaktadır. Yargılar bunları sorgulamaktadır:

1. Bireyler, hayat memnuniyetlerinin farkında mıdır?

2. Katılımcılar olduklarından daha memnun görünmek için cevaplarını abartırlar mı?

3. Bireysel algılamaları, diğer bireylerin benzer olguları algılayış şekline göre değişir mi?

4. Katılımcılar cinsiyetlerine ya da kültürlerine göre soruları değişik bir şekilde çevirirler mi?

Ama bu endişe duygularını pekte anlamlı kanıtlar bulundurmaktadır. İlk olarak, katılımcılar hayat memnuniyete dair sorulan soruları cevaplarken azda olsa bu tip sorularda başarısız olurlar ve böyle farklı soruları hemen cevaplama düşüncesi içerisine girmektedirler. İkinci olarakta yapılan birçok çalışmada hayat memnuniyetinin ölçümü ortak payda altında birlikte yapıldığında, sosyal isteğin etkisinin bireylerin yanıtları üzerinde önemli etkiler yapması için çok daha az neden bulunmaktadır.

Üçüncüsü, bireylerin algılarının başka bireylerin algılarından dolayı karışması olasılık edilmemektedir; çünkü diğerkişilerin çok zengin, çok sosyal ya da iyi eğitimli alması gerekirki birey başkalarından daha az zengin daha az sosyal ya da daha az eğitimli ise daha yüksek memnuniyet belirtmek ister. Bu bütün olarak bulunmamıştır. Yapılan çalışma sonucunda SWLS genel kavramları yazıldığından, her bir kişinin kendileri için hayat doyumunu ifade etmelerine izin veren bir yöntemdir.

Bu çokça kullanılan hayat skalası cinsiyet ve kültürden ayrı görünmekte olup cinsiyet ve genel olarak kültür farklılıkları skalayı çok ta etkilemez. Mesela yapılan son araştırmaların birinde Kari Tucker ve dostları SWLS ölçümlerinin iki değişik kültürdeki cinsiyetler için aynı olduğunu saptamışlar(Kari Tucker ve ark.,2000).

2.3.8. Yaşam Memnuniyeti Algılama Farklılıkları

Birçok kişinin yaptığı iş, spor, ya da eğitimle bireysel hayat memnuniyeti düzeylerinin derecelendirmek için gerekli özellikleri barındırdığı bilinmektedir. Yine de bireylerin böyle ifadelere nasıl ulaştığı sorusu cevap şimdiye kadar cevap verilememiştir. Bu alanda bulunan araştırmacılar tarafından öne sürülen hayat memnuniyeti ifadesi bazı önemli bilgileri vermektedir. Mesela, (Angus Campbell ve ark.,1976) bireyin ne istediği, neye sahip olduğu farkındalığına dayanarak ideal ve doğru arasındaki bağlantıyı tanımlaştırmışlardır. Böylece bir kadının bireysel hayat memnuniyeti, kendi hayatı için bireysel standartları ve beklentilerini kapsadığı bulgusuna varılmıştır(Campbell ve ark.,1976). Çoklu çelişki teorisinde bir kadının bireysel memnuniyet düzeyine nasıl varılacağından bahsetmektedir(Alex Michalos,1986). Bu ifadeye göre doyum, bireyin yaşamının nasıl gittiği yada nasıl olması gerektiğine dair ifadeye ile belirtilmektedir.

Nasıl yol aldığı ve bireyin ne istediği, daha önceden bireyin neye sahip olduğu, bireyin ne beklediği, diğerlerinin neye sahip olduğu ve bireyin ne hissettiği ve ne istediği kombinasyonu hayat doyumunu açıklayan bir çerçeve yapmaktadır(Alex Michalos,1986). Michalos'un teorisi hemen hemen 700 tane üniversite öğrencisinin araştırmaya katılmasıyla ile yapılan bir çalışmadır. Katılımcıların %54'ü kadındır. Örneklemesindeki erkekler ve kadınlar kıyaslanabilir şekillerde uluslararası seviyede memnun oldukları ifade edilmiştir(Alex Michalos,1986). Joseph Sirgy'nin kuramı kadınların, hayat doyumları ile alakalı bir ifadeye varmadan bazı kıyaslamalar izleyerekte olduğu belirtmektedir.

Bireyin gerçekte bişey yapabilme yeteğine sahip olduğu ve beklentileri, bireyin geçmişteki yaşantısı, idealleri, duyguları ve istekleri, bireyin gerek duyduğu minimum memnuniyet seviyesini ve bireyin gerçekleşeceğine çok inandığı hayalleri ve hedefleri, hayat memnuniyetini kavramaya yardımcı unsurlar oldukları belirlenmiştir(Joseph Sirgy, 1998).

Başka çalışmacılar bireylerin hayat doyumlarına ait bireysel yorumlamaları "üst-alt" ya da "alt-üst" yaklaşımı ile ifade ederler. Ama bir kadın "üst-alt"prosedürünü uygun bulunup yapıyorsa, hayatın önemini bir bütün olarak gösteriyor olabilir. Şuradan da hayatın iyi ya da kötü olduğu bulgusuna tahmin edile bilir. Ya da "üst – alt" yaklaşımında hayattaki faklı alanları, medeni durumu, sahip olunan çocuk sayısı, çalışma ortamı, yaptığı spor, dostluk ve ekonomik gelir gibi bölümlere ayırarak yorumlamakta farklı olmayacaktır.

Böylece bütün alanlardan elde edilen verilerin ortalaması doyuma göre hayat memnuniyeti tahminine varmak daha basit olmaktadır(Lorie Sousa ve ark.,2001). Farklı bir ifadeyle, bir kadın iyi bir yaşamı olduğu için mi yaşamından memnundur ya da mutlu olduğu için mi hayattan memnundur? İlk çalışma, cevabın her ikisinin de uygun olduğunu belirtmektedir ama bu soruyu doğru cevaplamak için daha fazla emek vermek gerek(Veenhoven, 1996).

2.3.9. Yaşam Memnuniyeti Belirleyen Faktörler

Hayat doyumuna etki eden nedenlerin ne olduğunu belirlemek, çalışmacılar araştırdığı en değerli sorulardan birisidir. Şöyle, neden bazı kadınlar başkalarına göre daha memnundurlar? Şu konu ile alakalı çalışmların çoğu iki grubada ayrılabilir, özgü olan özellikler (genetik, kalıtsal özellik) ve çevresel özellikler (hayat koşulları, yaşamsal olaylar,). Hayat doyumunun sabit, aynen devam eden bir şekilde mi yoksa çevresel faktörlerden ve de hayat şartlarından çok fazla etkilenen bir yapıda mı ya da olduğu konuları üzerine çalışmaların büyük bir bölümünü oluşturmaktadır. Mesela, ayrılma veya eğitim, yaş, mali durum, eve sahibi olması, kıdem yükseltmesi veya çalışma hayatı ile ev hayatının günlük düzeni kurmaktaki zorluklar kadının doyumunu önemli derecede etkiler mi? Ya da, kadının maruz kaldığı olaylara rağmen sabit karakteri mi onun hayat doyumunu belirler.

Yani, kadın ekonomik durumundaki, medeni durumu, iş hayatı veya değerli başka olaylardaki farklılıklara rağmen yaşamın da memnun veya memnuniyetsiz kalabiliyor mu? İkinci düşünceye desteklemek için, çalışmalar kişilerin zaman ve mekân karşısında aynı memnuniyet düzeyinde olma düşüncesinde olduklarını belirlemiştir. Mesela, uyguladığı spordan memnun olan kadınlar aynı zamanda bütün işlerinden, eğitim ve ekonomik koşullarından hatta metarolojik koşumdan da mutlu olabilmektedir. Bunlarla beraber, bu sonuçlar çokta büyütülmemelidir; şöyle ki; uyguladığı spor yaşaımından doyumun olmadığı için işinden ve diğer günlük şeylerden de memnun olan kadınlar buluna bilir.

Diğer bir düşünceye göre, farklı araştırmalarda elde edilen bulgulara göre, geçen yıl oluşan pozitif olayların negatif olaylara oranları gelecek yılki hayat doyumunun öngürüsünde bulunmaktadır. Bu sonuçlara göre, evlenmek, yeni bir çalışma hayatı gibi olaylar kişinin hayat memnuniyetinde gerçekten çok önemli seviyede artışlara veya önemli seviyede azalışlara neden olabilmektedir(Lorie Sousa ve ark.,2001). Böylesine çelişen bulgulara ifade etmeye destek olabilecek derinlemesine araştırmalar yapmışlar(Eunkook Suh ve ark.,1996). Araştırmacılar, genel olarak 6 aydan 2 yıla kadar üniversiteden mezun olmuş kadın ve erkek bireylere önemli hayatsal olayları ve hayat doyumlarını sınırlayan bireysel refah seviyelerini iletilmesi istenmiştir.

Bulgular, öğrencilerin yaşamında oluşan değerli hayatsal olayların bu bireylerin refah seviyelerini ile alakalı olduğu ama bunların etkisinin sürekli olmadığını ifade edilmiştir(Eunkook Suh ve ark.,1996). Bu sonuçlar, hem kadınlarda hemde erkeklerde geçmiş olayların tahmini farklılıklara neden olmazken yeni olaylarda olması genel nedeni bireylerin değerli hayatsal farklılıklara uzunca bir zaman dahilin de uyum kurması olarak ifade edilebilir. Araştırmanın bulguları birbirinden farkılaştırılmış karakteristik veya sosyal ifadelerin bireylerin hayat memnuniyetleri ifadelerin kaynakları olarakta ifade edilmesinde gereksinim olamayacağı düşüncesini tahmin edilmiştir.

Hayat doyumunda hem sabit, bireysel özellik unsurlar (öz yapısal eğilimlerinin etkisini yansıtan) aynı zamanda farklı, durumsal unsurlar (sosyal etkileri yansıtan) bulundurabilmektedir. Aynı zaman da birlikte, insanın kişiliği, kişinin hayatsal olaylarını etkileyebileceği için, bu iki unsurlar kümesini birbirinden tamamen ayırmak etkisiz yapabilir. Örneğin, çevreyi izleyen bir kadın, kendi şahsı adına daha çok karşılık verip ve daha zengin hayat tecrübesi şansı alarak, kendini çevresel yerlerde bulunlandırabilir. Gerçekten de, Robert Plomin ve çalışma dostları genlerin küçükte olsa insanların hayat tecrübe çeşitlerinde etkisinin olduğunun kanıtını bulmuşlardır(R.Plomin, 1998).

Bireyselliğin, hayat doyumunu bulmada değerli bir noktada olduğu belirtmekle, psikolojik elastikiyet, tahmincelik, eş duyumu, oto kontrol, çevreye geri bildirim ve tecrübeye açıklık gibi bireysel farklılıkların de hayat doyumuna yönelik olduğu saptanmıuştır(Keith Magnus ve ark.,1993). Genel olarak, daha önce ifade edildiği gibi, iyi kişiler, hayat alanlarında mutlu olmayı dilerler. Bir de, bu sonuçlar, hayattan aldığı doyumunun zamanla devamlı ve durumlar karşısında kararlı olduğunu idda etmektediler. Hayat memnuniyeti kendisine ait karakteristiklerinin olduğu sonuçlarını yardım etmesinin ötesinde, birden çok araştırma, hayat doyumunun etrafını saran bireysel mutluluğun dayanıklı genetik bileşenleri olduğunu ifade edilmiştir.

Örneğin, Auke Tellegen ve çalışma arkadaşları, aynı yumurta ikizlerinin (%100 aynı geni taşırlar) başka yerlerde büyütüldüğün de mutluluk düzeylerinin, fraternel ikizlerin (%50 aynı geni taşırlar) ayrı ya da aynı ortamda büyütüldüğünde daha aynı olduğunu belirtmişler(Auke Tellegen ve ark.,1993). İleriki çalışmada bireylik ile hayat doyumu arasındaki ilişki hakkındaki tahminleri desteklemek için özel olarak hayat tatmini ölçen araştırmalarda yararlanılacaktır. Şu anda da kaynaklarda, bir kadının hayat doyumunu ile alakalı bir ifadeye varması halinde, bu ifadede kadının kişiliğinin daha da değerli bir görevi olduğunu tahmin edilmektedir.

Bunlarla birlikte yakın çevresel faktörleri başka bir ifadeyle son süreçte hayatta meydana gelen olaylar hayat doyumuna dair yakın dönem bulgularını etkilemektedir(Pinquart, ve ark.,2000). Sonuç olarak, psikoloji alanındaki birden fazla değişken gibi, sosyal ve bireysel şartlar, hayat doyumunu belirlemede önemlidir ve birine daha çok inanarak başkasını tanımamak teoride ve uygulamada doğru olmayacaktır(Kahneman ve ark., 1995).

2.4. Yaşam Memnuniyeti Demografik Ön Görüler

Hayat memnuniyeti ile alakalı uygulanan büyük tabanlı çalışmalarda, farklı demografik değişkenlerin hayat memnuniyetini öngürme de kullanıldığını tahmin etmeye yöneliktir. Bununla beraber araştırmacılar, katılımcıları ile çok az olarak demografik sorularda gruplara(yaş, gelir, cinsiyet) ayırdıklarından, gerçek tercübeleri ortaya sunamamaktadırlar(Lorie Sousa ve ark.,2002).

Bununla birlikte yapılan tüm çalışmalar zorunlu olarak birbiriyle uyumludur. Çalışmanın değerli bir yeri hayat doyumunun“nesnel” belirleyicilerine odaklanmıştır; bu çalışmada doyum, hem genel olarak kontrol edilebilen (ekonomik, meslek, eğitim, medeni durumu vs.) ile kontrol edilemeyen (kültürler vs) nedenleri ve bireylerin kesin durumlarını (cinsiyet, yaş) içermektedir.

2.4.1. Kültür

Kültüreller arası etkilenmeler üzerindeki çalışmayı açıklamadan, hayat memnuniyetinin diğer kültürle aynı şekilde ölçülebilir olup ya da olmadığı sulani geri dönülmesi zorunludur. Memnuniyet genel olarak ulusal bir ifade olduğundan başka kültürlerden çalışmacıların, hayat doyumu ölçümlerini, başka dillere çevirmekte güçlük çekmedikleri ifade edilmiştir. Başka kültürlerden kişilerin “mutluluk”, “hayattan memnun olmak”, “olası en iyi hayat”, ve “olası en kötü hayat” gibi ifadeleri anlamaktadırlar ve anlaşılmaları bakışında da herhangi bir fark olmamaktadır. Böylece, çalışma, hayat doyumu ancak Batı konsepti dahilin de olmadığını ifade edilmektedir.

Mesale; boş bırakılan sorulara ya da "bilmiyorum" cevaplarına Batı dışı olmayan kültürlerde de Batılı kültürlerden olanlar kadar az bulunmaktadır. Kısaca, hayat doyum yapısı ve içeriği kültürel anlamda uluslararası, çalışmacılar değişik kültürlerde bulunan hayat memnuniyetini birbiriyle kıyaslamasına imkan oluşturmaktadır(Lorie Sousa ve ark.,2001). Elde olan çalışmlar kişisel kültürlerin(ABD, İngiltere, Avustralya) kişilerin toplumcu kültürlerin (Çin, Japonya, Hindistan vs) üyeleriyle karşılaştırdığımız da hayatlarından daha memnun olduklarını bulunmuştur.

Hayat doyumu başka kültürel durumlara göre farklılık gösterdiği izlenmektedir. Mesale, zengin, ekonomileşmiş ve spor kültürü olan ülkelerin genelde memnuniyetlerinin çok yüksek düzeyde olurken, fakir ve spor kültürü olmayan üçüncü dünya ülkelerin toplumların memnuniyet seviyelerinin çok daha düşük düzeyde olduğu saptanmıştır. Çalışmalarda, bir kişinin topluluğunun, belli bir düzeyde refah seviyesine vardığında, hayat doyumu ile varlık seviyesi arasında düşük bir bağlantı olduğunu ifade edilmektedir(Arglye, 1999).

Yapılan son çalışmalarda, diğer gelenek üyelerinin, başka şekillerde hayat memnuniyetlerini sorgularken ifade etmektedir(Eunkook Suh ve arkadaşları., 1998), 61 ülkeden 62.500 katılımcıyla geniş tabanlı bir çalışma uygulamışlar. Çalışmaların bulguları toplumcu ve kişiselci kültürlerin üyelerinin hayat memnuniyetlerini yorumlarken değişik bir türde bilgilere ulaşmışlardır(Eunkook Suh ve ark.,1998).

Genel olarak toplumsalcı geleneklerin üyeleri, hayat memnuniyeti önermelerini belirlerken kültürel yargılara önem verirken (Memnun olması mı bekleniyor) kişisel kültürlerin üyeleri, hayat memnuniyetlerine yol gösterici olarak duyusal deneyimlere (Sıklıkla mutlu muyum?) önem oluşturmaktadır. Önemlidir ki, toplumsalcı bir şehir olan Hong Kong'dan katılımcılar, hayat doyumlarını sorgularken, hislerine güvenmektedirler. Bu devamlı farklılışan kültürlerdeki hızla modernleşme ve batılılaşma bu beklenmeyen sonucun nedeni olabilir.

Diğer bir ifadeyle daha önce de söylediğimiz gibi bireylik ve sosyal çevrenin her ikisi de hayat doyumu tarafından değerli ve pozitif belirleyici değişkenlerdir. Yani doyuma ait önermeler değişkendir ve değişen sosyal çevrenin de konusu olmuştur(Diener ve ark., 1997).

Yukarıdaki açıklamadan anlaşılağı gibi kültür, bir toplumun diğer toplumlardan ayrılmasının yegane temelidir. Kültür, bir toplumun ortaklaşa yaşadığı her şeyi içerir. Bir kültürün var olabilmesi için ortak dil birliği, ahlaki değerler, en kısacası tarihi bir bütün olması gerekmektedir. Yalnız kültürde tamamen kalıcı değildir. Çağın ihtiyaçlarına göre kendi benliğinde uzaklaşmadan değişebilir. Ama hiçbir zaman bir bütün olarak başka kültürü içermemelidir. O,zaman o toplumla diğer toplumu ayırmak çok zorlaşır(Yorulmazlar,2017).

2.4.2. Cinsiyet

Kaynaklarda yer alan yargılara göre, kadın kişilerin depresyona girme oranları erkeklerden daha fazla olmasına rağmen mutluluk seviyelerin erkek kişilerden daha çoktur. Aynı zaman diliminde araştırmaların çoğunluğunda hayat doyumu tarafından bakıldığında cinsiyet farkına bakınılmaz. Bu farklı yapı, erkek ve kadınların yaşamış oldukları farklı tercübelerin etkiledikleri alanları göz önünde bulundur masıyla sonuca varmışlardır. Kadınlar, eskiden yaşadığı olumlu ve olumsuz tercübelerin erkeklere göre daha sıklıkta bahsederler. Bu durum da kadınların daha yüksek mutluluk ve daha çok üzüntü yaşamalarına neden olur ki, bu duygularını erkeklere göre daha çok yaşadıklarını ifade etmektededilerl(Tatarkiewicz,1976).

Aynı hayat doyumu seviyelerine karşın, kadın ve erkek bireylerin hayat doyumları başka yerlerden beslenmektedir. Mesela, (Diener ve ark.,1995) dost çevresi, aile, çalışma yaşamı, spor hayatı ,sivil toplum örgütleri vb. gibi çevresel kaynakların hem kadın hem de erkek kişilerin hayat doyumlarını ön görmekte etkili bir yol sahiplendiği ama bu sosyal kaynakların kadınların hayat doyumlarını daha tahmin etmekte olduğunu saptamışlar. Spor içerikli kaynaklarda kadınlar hem katılıp hem de yardım etmede durumunda bulunurken erkek kişiler genelde spor, siyaset ve otorite konularında ön çıkmak ve önde yer edinmektedir(Lorie Sousa ve ark., 2001).

2.4.3. Yaş

Birden fazla çalışmaya kaynak sağlamış olduğu sürece, yaşı nedeniyle hayattan aldığı doyumu azalmamaktadır. Genel olarak beklentilerin tersine, çok fazla sayıda araştırmanın ele geçen sonuçların, yaşam doyumun yaşla birlikte azalmadığını ispatlamışlar. Mesela, 40 farklı ülkeden yaklaşık 6,000 katılımcıyla devam eden kültürler arası çalışmada(Diener ve ark.,1998), kayıt edilen yaşam doyumunun genel olarak bireyin hayat süresince durağan kaldığını, sadece 20-80 yaşları arasında az da bir yükselme gösterdiğini tespit etmişler(Diener ve ark.,1998).

İnsan hayatı süresince yaşam doyumu düzeyine ilişkin bu çarpıcı "farksızlık"ın genel tanımı, bireylerin hayatları boyunca meydana gelen açık değişimlere farklı bir uyum sağlama kapasitesi bulundurmasından dolayı oluşmaktadır(Carol ve ark.,1991). Bir araştırmada, daha yaşı yüksek olan katılımcılar, kendilerine realist ve idealist bakışları arasında diğer bireylere oranla ufak tefek tutarsızlıklar göstermişlerdir. Genellikle, kadınlar olgunlaştıkça yaşam koşullarına uyum sağlamak için hedeflerinden taviz etmektedirler(Carol ve ark.1991).

Mesela, bir kadın zamanla, üç veya daha fazla çocuk yapmanın getirdiği yüksek mali şartları görüp te iki veya daha az çocuk sahibi olmayı tercih edebilmektedir. Bu durum, bayan kişilere, hayat biçimleri realist ve idealist bakışları arasındaki uyuşmazlığı azaltılmasına yardımcı olmaktadır. Asıl olan, (Jochen Brandtstaedter ve ark.,1990) göre adaptasyon sağlayarak başa çıkma yaşın ilerlemesiyle beraber düşmektedir. Bir diğer farklı düşünce olarakta, kadınlar yaşı artıkça, hedeflerine daha büyük bir artışla ulaşabilmekte ve bir aile, kariyer başarısı ve mali rahatlık gibi hedeflerine daha hızlı ulaşabilmektedir(Jochen Brandtstaedter ve ark.,1990).

2.4.4. Sosyal İlişkiler

Birey ilişkileri, bazı zamanlarda mutluluk duygusunu yükseltirken bazen ise mutsuzlukları artırmaktadır.Araştırmacılar tarafında yapılan birçok çalışma bu tezi desteklemektedir(Fujita ve ark.,1991). Sağlam çevresel ilişkiler ile hayat doyumu arasında güçlü bir bağlantı bulunmaktadır. Yapılmış birçok araştırmada beşten daha çok bireyin katıldığını söyleyen katılımcıların, daha az arkadaşa sahip olan katılımcılara göre daha mutlu oldukları saptanmıştır(Headey ve ark.,1989).

Çevresel bağlantıların durumuna ek olarakta, cinsiyetler arası farklılığının yakın bağlantıların değerini oluşturmasında çok önemli bir değeride olduğu da kabul edilmektedir. Bu konuyla alakalı kadın bireylerin, erkek kişilere oranla daha kaliteli bağlantılar oluşmaktadır. Bu gerekçeyle hem kadınlar hem erkekler, kadın bireyler ile olan dostluklarının erkek kişilerin dostluklarına oranla yakın, tatmin edici ve yardımcı olduğunu belli etmektediler. Bu durum, kadın bireylerle birçok eş duyumu dahilinde bir bağlantının oluşmasındandır(Headey ve ark.,1989). Batılı ülkelerde evlilik, başka ailevsel ve yakın ilişkilerine göre yaşam doyumu açısından daha ön görüle edilebilirdir(Diener ve ark.,2000). Evli kadınların yaşam doyumunun evli erkeklerden değişik olmadığını saptamıştır(Diener ve ark.,2000).

Ama evli erkek bireyler ve evli kadınlara kıyasla cinsiyet farklılığı arasında evli olmayanlar olduğu gibi daha yüksek olumlu etki belirlemişlerdir. Böylece tahmini erkeklerin eşlerine duygu yönlü destek ve ev ihtiyaçları konularında daha bağlı hale gelmesinden erkek bireylerin evlilikten kadınlara oranla daha çok faydalandığı belirtmek doğru olmaktadır. Bu araştırma da aynı evde beraber yaşayan ama evli olmayan bireylerin, özellikle toplumsal yönlü geleneklerde, diğer evli bireylere oranla daha az yaşam doyumu içinde bulunduğu belirtmiştir.

Son zamanlarda yapılan çalışmalarda ele geçen sonuçlara göre, ebebeyen olamayan eşler çoluk çocuk sahibi olanlara göre birçok açıdan değişiklik bulundurduğu için değerlendirmesi zor olsa da, bireylerin hayat memnuniyetini olumlu etki etmektedir. Ama, çocuk sahibi olan bireylerin çocuklarıyla bağlantıları kendi genel hayat memnuniyetleriyle daha yüksek bağlantı bulundurmaktadır(Diener ve ark.,2000). Ayrıca birçok araştırma, eşlerin sahip olduğu çocuk sayısının yaşam doyumlarıyla ters orantılı olduğu için birey sayısı çoğaldıkça yaşam doyumunun azaldığı konusunda hem fikirler(Krant, 1979).

2.4.5. Gelir

Ekonomik durum ve hayat doyumu arasında farklı bir bağlantı vardır. Milletler içinde, ekonomik durumu yüksek olan kişilerin fakir kişilere göre daha çok memnun olduğu tahmin edilmektedir. Milletler arasında ise, maddi durumu iyi olan ulusların maddi durumu kötü olanlara göre daha iyi seviyede hayat memnuniyeti olacağı tahmin edilsede, uluslararası araştırmalar bu farkın millet içindeki kişilere oranla daha küçük seviyede olduğunu belirtmektedir.

Ekonomik dağılım ve sınıflar arasında daha yüksek gelir farklılıklar oluştukça yaşam doyumsuzluğun artması, zengin ve fakir olan bireyler arasındaki yaşam doyumu düzeyleri değişmesiyle kaçınılmaz bir son oluşturmaktadır. Yani, maddi durumu daha düşük olan toplumlar, eşitliğin daha az olduğu milletlerde hayatını sürdüren kadınların zengin toplumlarda yaşayan bireylere oranla daha az bir hayat doyumu düzeyinde oldukları görülmektedir(Emmons,ve ark.,1985). Zenginlik ve yaşam doyumu arasındaki belirgin ilişkiye rağmen, uzun süreli çalışmalar bireylerin ekonomik gelirlerindeki artışın yaşam memnuniyetlerindeki artışla aynı olması gerekmediğini belirtilmiştir.

Mesela, ABD II Dünya Savaşından önce ve sonraki yaşam doyumu ekonomik durum seviyelerinden belirgin düzeyde artışlara rağmen yükselmemiştir. Bu duruma birçok açıklama getirilmiştir. Acaba belli bir düzeyde zenginliğe ulaştıktan sonra yaşam doyumunun maddi durum seviyesini ve ekonomik bulgulara bağımlı olarak artış göstermektedir. Birde, çevre kıyaslaması bu etkiyle düşünülebilmektedir. Kendini diğer bireylerin maddi durumu ve maddi yönden kıyaslamak beklenti tarafından pozitif bir artış göstermekle birlikte yaşam doyumu değişmemektedir(Griffin ve ark.,1985).

2.4.6. İş ve Çalışma Yaşamı

Bir kişinin çalışma tüzüğü, ekonomik durumdan bağımsız olarak hayat memnuniyetine farklı bir etki yapabilmektedir, özellikle işsizliğin çalışanlara bir tutmak hayat memnuniyetini belirgin bir farkla azaldığı görülmektedir. Cinsiyet önem için düşünüldüğünde, çalışan ya da çalışmayan kadınlara oranla erkeklerin yaşam doyumuyla daha iyi durum halinde olduğu bulunmuştur.

Şu sonuç şaşkınlık verici değildir belki kadın bireyler üzerinde evin dışında araştırmalar için çok az çevresel-kültürel ve maddi durumlu bir sıkma vardır. Ama bu yöneli bireyler arasında büyüdükçe farklılaşa bilmektedir. Çalışılan araştırmalarda, erkek kişilerin kimliği ve benleri, kadınlara göre çalışma tüzüklerine göre çok daha sağlam bir ilişkiye bağlı olduklarını saptamışlar(Fujita, ve ark.,1991).

2.4.7. Eğitim

Genellikle, çalışmalar, eğitim ve hayat doyumu arasında az bir bağlantı olduğunu saptamışlar. Ama ekonomik durum ve iş sonuçların olarak kontrol edildiğinde bir bağlılaşım bulunmamaktadır. Bu da genel olarak, eğitim ve yaşam doyumu arasındaki bağın çok fazla eğitim seviyesinin fazla ekonomik gelirin oluşmasına neden olduğunu belirtmektedir. Genellikle, eğitim daha az ekonomik gelirli ve fakir milletlerde kişilerin hayat doyumunu daha çok etkilemektedir(Headey, B., ve ark., 1989).

2.4.8. Türkiye'de Yaşam Memnuniyeti Üzerine Yapılmış Çalışmalar

Türkiye'de hayat memnuniyetine bağlı olarak yapılan araştırmalar az sayıda bulunmaktadır. Yaşam memnuniyeti konusuna yönelik yapılan araştırmalar çoğu zaman hayat standartını anlama üzerinde bulunmaktadır. Hayat memnuniyeti hedef alınarak uğraşılan araştırmalarda biri Hamdi Emeç ve Burcu Kümbül Güler tarafından yapılmış olan araştırmalarda "Hayat Doyumu ve Akademik Başarıda İyimserlik Etkisi" adlı araştırmadır. Olumlu psikoloji alanlarında yapılan araştırmalarda, akademi öğrencilerinin iyimserlik durumların hayat doyumu seviyelerini ve bilimsel kazançları belirleme etkisi çalışılmaktadır. Anketi katılan 443 üniversite son sınıf öğrencilerine; iyimserlik yönelimi, hayat memnuniyeti, akademik başarı, aylık aile halkı geliri, gelecek hakkında işsizlik beklentisi, ikamet durumu, kız ve erkek dostların olması ve başka bütün bilgilerin elde olabileceğine yönelik bir anket soruları yapılmıştır.

Yapılan çalışmanın neticesinde bulunan bulgulara bakıldığında, erkek bireylerin kız bireylere göre hayat memnuniyeti puanı daha az seviyede bulunmuştur. Ele geçen bu bulgular, üzerinde çalışılan yaşam memnuniyeti araştırmasından ele geçen diğer bulgularla ile benzerlik bulundurmaktadır. Bu sonuçlara göre, kadın öğrencilerin erkek öğrencilere göre hayatlarından daha memnun olduğu belirtilmiştir.

Hayatın büyük bir kısmını şehirde geçiren üniversite öğrencilerin hayat memnuniyeti kırsal alanlarda yaşamış olan üniversite öğrencilere göre sonuçlar çok yüksek çıkmıştır. Hayatların güzel bir bölümünü kırsal alanlarda yaşamış olan üniversite öğrencilerin şehirde hayatını geçirmiş olan diğer öğrencilere göre hayat memnuniyetlerinin daha az olmasını gelişmiş hayat tarzını görüp bu hayat tarzına uyum sağlamayayıp ile belirtmekle uygun olabilir. Şuradan elde edilen bulgular ile hayat memnuniyeti çalışmasındaki bulgularla aynı özellik belirtmektedir. Bir önemli deteyda, aylık mali gider miktarı ile ekonomik hal arasındaki bağlantı, ekonomik hali iyi olması ve çok fazla ekonomik gideri bulunan üniversite talabelerin hayat doyumlarının çok fazla olduğu bulgusu saptanmıştır. Üzerinde yapılan bir diğer araştırma hayat memnuniyeti çalışmasında da ekonomik gelir seviyesi artıkça kişilerin hayat memnuniyetlerinin olumlu etkilediği bulgusu tespit edilmiştir(Kahyaoğlu,2008).

3. GEREÇ ve YÖNTEM

3.1.Araştırma Grubu

Bu çalışma; 2017-2018 sezonu içinde mücadele eden profesyonel voleybol takımlarının 2.liglerinde oynayan 18-30 yaş aralığındaki kadın sporcuları kapsamaktadır. Grup Sargınlığı ile Yaşam Memnuniyeti, takım oyuncularına ve takım başarısı arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlayan bu çalışmaya, Türkiye Voleybol 2.Liginde oynuyan 13 takımın kadrolarında yer alan toplam 110 oyuncu katılmıştır.

3.2. Veri Toplama Araçları

Grup Sargınlığı Envanteri

Ölçek, takım içinde yer alan üyelerin sargınlık düzeyini değerlendirmek için (Carron ve ark.,1985) tarafından daha da geliştirilmiş ve Türkçe'ye uyarlaması (Öcel,2002) tarafından yapılmıştır. Bu kendini rapor etme şeklinde uygulanan bir ölçektir ve bu ölçek (Carron ve ark.,1985) öngörülen dört sargınlık boyutunu içeren toplam 18 madde içermektedir. Ölçeğin 5 maddesi üyelerin "grubun görevde bütünleşme" düzeylerini, 4 maddesi "grubun sosyal bütünleşme" düzeylerini, 5 maddesi "grubu sosyal açıdan" çekici bulma düzeylerini ve 4 maddesi "grubun yaptığı görevi" çekici bulma düzeylerini ölçmektedir. Ölçekte yer alan bazı maddeler tersten puanlandırılmıştır. İşaretlenen ölçek değerleri toplanarak her bir alt boyut için ayrı bir sargınlık puanı daha sonra bu alt boyutlardan elde edilen puanlar toplanarak genel bir sargınlık puanı elde edilmektedir. Yapılan değerlendirme sonrasında ölçekten elde edilen yüksek puan sargınlığın yüksek olduğunu ortaya koymaktadır.

Yaşam Memnuniyeti Ölçeği

Yaşam Memnuniyeti Ölçeği-The Satisfaction with Life Scale (SWLS) (Diener ve ark., 1985) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek, yaşam doyumuna ilişkin beş maddeden oluşmaktadır. Her bir madde 7'li derecelendirilmiş soru cevaplama sistemine (1: kesinlikle katılmıyorum–7: kesinlikle katılıyorum) göre cevaplanmaktadır. Genel yaşam memnuniyeti ölçmeyi amaçlayan ölçek, ergenler bireylerden yetişkinlere kadar tüm yaşlara uygundur.

Ölçeğin Türkçe'ye uyarlaması ve ölçeğin yüzeysel geçerlik tekniğiyle geçerlik çalışması (Köker,1991) tarafından yapılmıştır.

Madde analizi sonucunda, ölçeğin her bir maddesinden elde edilen puanlarla toplam puanlar arasındaki ilişkiyi yeterli bulunmuştur. Ölçeğin test-tekrar test güvenirlik katsayısı 0.85 olarak saptanmıştır(Yetim,1993). Yaptığı araştırmada ise ölçeğin Cronbach-alfa iç tutarlılık katsayısı 0.86 ve test-tekrar test yöntemi ile belirlenen güvenirlik katsayısı 0.73 bulunmuştur. (Çetinkaya,2004) iki ayrı ölçek için Hayat memnuniyeti ölçeği'nin aynılık geçerliğini (convergence validity) 0.33 ve 0.40 olarak bulmuştur.

3.3. Verilerin Toplanması

Ölçekler batarya şekline çalışmacı tarafından her takımın sporcularına toplu şekilde Voleybol Kadınlar 2.Liginin sezon ortasında uygulanmıştır. Ölçümlerin sezonun ortasında uygulanmasının sebebi, voleybol takımların lig fikstüründe birinci yarıda ve ikinci yarıda bulundukları yerlerinin takımın başarı ve başarısızlık için bir neden olabileceği ve bu durumun yukarıda bulunan farklılıkları ve sargınlık ve hayat memnuniyeti etkileyebileceğitahmin edilmiştir. Uygulama yapılmadan önce çalışmacı tarafından sporculara ölçekler ve yapılacak olan çalışma hakkında açıklama yapılmış, ölçekler ve sorularla ilgili anlaşılamayan bir nokta olduğu takdirde soru sorabilecekleri sporculara bildirilmiştir. Ölçekler doldurulurken her hangi bir zaman sınırlamasına gidilmemiş, ölçeklerin uygun bir ortamda doldurulması sağlanarak sporculardan sorulara doğru ve samimi cevaplar vermeleri istenmiştir.

3.4. Verilerin Analizi

Verilerine değerlendirilmesi aşamasında veriler Microsoft Excel 2007 programında düzenlenecek olup, SPSS 23 for Windows paket programı kullanılarak çözümlenmesi planlanmaktadır Kullanılacak analiz yöntemlerinde ise öncelikli olarak çalışmanın normal dağılıp, dağılmadığı kontrol edilecektir. Ardından buradan çıkan sonuçlara göre parametrik testlerin mi, yoksa parametrik olmayan testlerin mi uygulanacağı belirlenecektir. Parametrik testler uygulanması durumunda T-Test ve Anova; parametrik olmayan testler uygulanması durumunda ise Mann Whitney U ve Kolmogorov Smirnov testlerinin uygulanması planlanmaktadır.

Ölçümler Aralık ayı içinde İstanbul'da yapılan lig maçlarından alınmıştır. Ligte bulunan 15 takımdan 11'sinin sporcularına anketler verilmiştir.15 takımdan, 4 takım çalışmaya katılmak istemediklerini, sporcularının playof öncesi yapılacak olan bu ölçümlerden etkileneceklerini söyledikleri için araştırmaya 11 takımla devam edilmiştir.

4. BULGULAR

4.1. Araştırmanın Amacı

Bu çalışma, 2.ligte oynayan kadın voleybol oyuncularının Grup sargınlığı ile Yaşam memnuniyeti arasındaki ilişkinin takım oyuncularına birlikte oynama ve takım başarısı arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlamaktadır.

4.2. Problem Cümlesi

Türkiye Kadınlar Voleybol 2.Liginde yer alan takımlarının Grup Sargınlığı ve Yaşam Memnuniyet ölçeğinden almış oldukları puanlar düzeyleri arasında fark var mıdır.

4.3. Sınırlıklar

Bu araştırma 2017-2018 Sezonunda Türkiye Voleybol Kadınlar 2.Ligindeki Esenler Artenus Spor Kulübü, NEF Bahçelievler Bld. Spor Kulübü ,Kartal Bld, Spor Kulübü, FMV Işık Spor Kulübü, Silivri Spor Kulübü, Sarıyer Bld. Spor Kulübü, Alp Spor Kulübü, Mehmet Erdem Marmara Akademi Spor Kulübü Büyükçekmece Voleybol Akademi Spor Kulübü. Vakıfbank Spor Kulübü, UPS Voleybol Spor Kulübü, Arnavutköy Bld. Spor Kulübü, İstanbul Büyük Şehir Spor Kulübü. takımları ile sınırlandırılmıştır. Voleybol antrenörlerinin Voleybol Kadınlar 2.Liginde yer alan takımları ve kadrolarını göz önüne alarak yaptıkları değerlendirme ve görüşlerinin sonucunda takımların bir listesi çıkartılarak, bu takımlara ulaşılmıştır.

4.4. Tanımlar

Grup Sargınlığı: Kişilerin üyesi oldukları takımın içinde kalmalarını neden olan güçlerin toplamı olarak tanımlanmıştır(Ford,1992).

a.***Grubun Görevde Bütünleşmesi:*** Takımın, hedef ve amaçlarını gerçekleştirmek için görevde bütünleşmesini.

b.*Grubun Sosyal Bütünleşmesi:* Takımın içindeki sosyal bağlantıların geliştirilmesi ve sürdürülmesini.

c.***Grubun Görev Çekiciliği:*** Takımın amaçlarını ve hedeflerini gerçekleştirmenin çekiciliğini.

d.Grubun *Sosyal Çekiciliği:* Takımın sosyal aktivitelerine katılma arzusu ifade etmektedir(Caron,1982).

4.5. Ana Hipotezler

Bu bağlamda aşağıdaki hipotezlerle araştırma konusu test edilmeye çalışılacaktır:

H1: 2. ligde oynayan kadın voleybolcuların grup sargınlığı düzeyi nasıldır?

H2: 2.ligde oynayan kadın voleybolcuların yaşam memnuniyeti düzeyi nasıldır?

H3: 2.ligde oynayan kadın voleybolcuların grup sargınlığı ve yaşam memnuniyeti arasında bir ilişki var mıdır?

H4: 2.ligde oynayan kadın voleybolcuların grup sargınlığı eğitim durumlarına göre değişmekte midir?

H5: 2.ligde oynayan kadın voleybolcuların grup sargınlığı yaş durumlarına göre değişmekte midir?

H6: 2.ligde oynayan kadın voleybolcuların grup sargınlığı ekonomik durumlara göre değişmekte midir?

H7: 2.ligde oynayan kadın voleybolcuların yaşam memnuniyeti eğitim durumlarına göre değişmekte midir?

H8: 2.ligde oynayan kadın voleybolcuların yaşam memnuniyeti yaş durumlarına göre değişmekte midir?

H9: 2.ligde oynayan kadın voleybolcuların yaşam memnuniyeti ekonomik durumlara göre değişmekte midir?

H10: 2.ligde oynayan kadın voleybolcuların yaşam memnuniyeti medeni halinize göre değişmekte midir.

Tablo 1. Grup Sargınlığı Modelin Alt Boyut Puanlarının Betimsel İstatistikler.

	N	Min.	Max.	Ort.	Ss.	F	P
GSB	110	13,00	35,00	23,0182	4,39345	,265	-,035
GGÇ	110	9,00	22,00	15,1273	2,94322	-,070	-,453
GSÇ	110	8,00	25,00	17,3182	3,44267	-,164	-,244
GGB	110	2,00	10,00	6,7455	1,97431	-,257	-,594
GRUP SARGINLIĞI	110	40,00	90,00	62,2091	9,29446	,376	,148

Tablo 1 incelendiğinde yaptığımız çalışmada, grup sargınlığı için anlamlı bir farklılık tarafımızca bulunamamıştır. Grup sargınlığı (**F**=,376 **P**:.148).

GSB= F:.265 P:, 035

GGÇ= F=.070 P:,453,

GSÇ= F=,164 P=,244

GGB= F=,257 P=,594. olarak tespit edilmiştir.

Tablo 2. Yaşam Memnuniyeti Modelinin Alt Boyut Puanlarının Betimsel İstatistikleri

		1	2	3	4	5	6	7
Yaşam Memnuniyeti	**F**	,076	,017	,056	,025	,056	1	,079
	P	,429	,859	,565	,798	,558	,557	,567
	N	110	110	110	110	110	110	110

Tablo 2 inceleğinde gruplar arasında yapılan analizlere göre yaşam memnuniyetinin 2 ve 4 numaralı ölçümlerde anlamlı farklılık bulunmuştur.

2 .**F**=,017 **P**=,859

4.**F**=,025.**P**=,798 Olarak tarafımızca tespit edilmiştir.

Tablo 3: Grup Sargınlığı Modelinin istatistikler sonucunda Anova sonuçalrı.

	Mezuniyet	**N**	**Ort**	**Ss**	**F**	**P**
GSB	Lise	26	24,2692	4,51272	1,768	,158
	Önlisans	35	23,4286	4,34732		
	Lisans	38	22,2895	4,50170		
	Yüksek Lisans	11	21,2727	3,19659		
	Toplam	110	23,0182	4,39345		
GGÇ	Lise	26	15,3846	2,53104	,929	,429
	Önlisans	35	15,0286	3,09160		
	Lisans	38	15,4211	3,28495		
	Yüksek Lisans	11	13,8182	1,88776		
	Toplam	110	15,1273	2,94322		
GSÇ	Lise	26	17,5000	3,00998	,074	,974
	Önlisans	35	17,3143	3,66840		
	Lisans	38	17,3158	3,66949		
	Yüksek Lisans	11	16,9091	3,26970		
	Toplam	110	17,3182	3,44267		
GGB	Lise	26	7,2692	1,92993	1,075	,363
	Önlisans	35	6,3714	2,11557		
	Lisans	38	6,7895	1,74229		
	Yüksek Lisans	11	6,5455	2,33939		
	Toplam	110	6,7455	1,97431		
GRUP SARGINLIĞI	Lise	26	64,4231	9,62984	1,087	,358
	Önlisans	35	62,1429	9,79839		
	Lisans	38	61,8158	9,64184		
	Yüksek Lisans	11	58,5455	3,35749		
	Toplam	110	62,2091	9,29446		

Grup Sargınlığı Modelinin Alt Boyut Puanın Eğitim Durumlarına göre değişmekte midir?

Tarafımızca yapılan bu çalışmada Tablo 3 inceleğinde Grup sargınlığı ölçümünde genel olarak anlamlı farklılık bulunamamıştır. Grup sargınlığı (**F**=1.087, **P**=,358).

GSB= **F**=1,768 **P**=,158

GGÇ= **F**=,929 **P**=,429

GSÇ = **F**=,074 **P**=,974

GGB= F=1,075 **P**=,363

Tablo 4: Yaşam Memnuniyeti Modelinin Alt Boyut Puanın Eğitim Durumlarına göre değişmekte midir?

	Mezuniyet	**N**	**Ort**	**Ss.**	**F**	**P**
Yaşam Memnuniyeti	Lise	26	23,9615	5,11844	1,961	,124
	Önlisans	35	21,0857	5,38719		
	Lisans	38	21,1842	5,37690		
	Yüksek lisans	11	21,0000	4,31277		
	Total	110	21,7909	5,29687		

Tablo 4 inceleğinde yapılan yaşam memnuniyeti ölçümünde anlamlı bir farklılık bulunamamıştır.(**F**=1,961 **P**=,124).

Yaşam Memnuniyeti = **F**=1,961 **P**=,124

Tablo 5: Grup Sargınlığı Modelinin Alt Boyut Puanın Yaş Durumlarına göre değişmekte midir?

	Yaş	**N**	**Ort**	**Ss.**	**F**	**P**
	17-21 yaş	54	23,2778	4,50332		
GSB	22-25 yaş	31	23,9355	4,21849	2,721	,070
	26-30 yaş	25	21,3200	4,04887		
	Total	110	23,0182	4,39345		
	17-21 yaş	54	15,5556	3,01985		
GGÇ	22-25 yaş	31	15,3226	2,39982	2,687	,073
	26-30 yaş	25	13,9600	3,18172		
	Total	110	15,1273	2,94322		
	17-21 yaş	54	17,7037	3,62710		
GSÇ	22-25 yaş	31	16,8065	3,24981	,719	,490
	26-30 yaş	25	17,1200	3,29545		
	Total	110	17,3182	3,44267		
	17-21 yaş	54	6,8519	1,80573		
GGB	22-25 yaş	31	6,9355	2,14376	,915	,403
	26-30 yaş	25	6,2800	2,11187		
	Total	110	6,7455	1,97431		
	17-21 yaş	54	63,3889	9,49959		
GRUP SARGINLIĞI	22-25 yaş	31	63,0000	9,04065	2,410	,095
	26-30 yaş	25	58,6800	8,60097		

Tablo 5 inceleğinde grup sargınlığının yaş durumlarına göre anlamlı bir farklılık bulunamamıştır.**Grup sargınlığı (F**:,410 **P**:,095).

GSB=**F**: ,721 **P: ,**070

GGÇ=F: ,687 **P: ,**073

GSÇ=F: ,719 **P: ,**490

GGB=F: ,915 **P**: ,403

Tablo 6: Yaşam Memnuniyeti Modelinin Alt Boyut Puanın Yaş Durumlarına göre değişmekte midir?

	Yaş	**N**	**Ort**	**Ss.**	**F**	**P**
Yaşam Memnuniyeti	17-21 yaş	54	21,7778	5,77786		
	22-25 yaş	31	21,7097	4,21263	,011	,989
	26-30 yaş	25	21,9200	5,61189		
	Total	110	21,7909	5,29687		

Tablo 6 incelendiğinde yaşam memnuniyetinin sporcular arasındaki yaşlar arasındaki tek yönlü varyans çalışmasında anlamlı farklılık bulunmuştur**.** Yaşam memnuniyeti **(F=,**011 **P=,**989).

Yaşam Memnuniyeti: F=,011 **P=,**989

Tablo 7: Grup Sargınlığı Modelinin Alt Boyut Puanın Ekonomik Durumlarına göre değişmekte midir**?**

	Gelir	**N**	**Ort**	**Ss.**	**F**	**P**
	500-1500	23	23,6522	5,62954		
GSB	1501-2500	21	23,5714	3,47234	,523	,668
	2501-3500	28	22,9286	3,93398		
	3501 ve üstü	38	22,3947	4,40233		
	Total	110	23,0182	4,39345		
	500-1500	23	16,2174	2,95353		
GGÇ	1501-2500	21	15,0476	2,51945	1,844	,144
	2501-3500	28	15,2500	3,39526		
	3501 ve üstü	38	14,4211	2,68763		
	Total	110	15,1273	2,94322		
	500-1500	23	17,6087	3,85816		
GSÇ	1501-2500	21	17,7619	2,32174	,274	,844
	2501-3500	28	17,0714	4,10897		
	3501 ve üstü	38	17,0789	3,24979		
	Total	110	17,3182	3,44267		
	500-1500	23	6,5217	1,83079		
GGB	1501-2500	21	6,9048	1,81397	,147	,932
	2501-3500	28	6,7500	2,01154		

	3501 ve üstü	38	6,7895	2,17054		
	Total	110	6,7455	1,97431		
	500-1500	23	64,0000	11,00826		
GRUP SARGINLIĞI	1501-2500	21	63,2857	7,58382	,719	,543
	2501-3500	28	62,0000	8,81497		
	3501 ve üstü	38	60,6842	9,46431		
	Total	110	62,2091	9,29446		

Tablo 7 İncelendiğinde Grup Sargınlığının ekonomik duruma göre ölçümlerinde anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Grup sargınlığı (**F:** ,719 **P:**,543).

GSB= F: ,523 **P:** ,668

GGÇ= F: ,844 **P:** ,144

GSÇ= F: ,274 **P:** ,844

GGB= F: ,147 **P:** ,932

Tablo 8: Yaşam Memnuniyeti Modelinin Alt Boyut Puanın Ekonomik Durumlarına göre değişmekte midir?

	Gelir	**N**	**Ort**	**Ss.**	**F**	**P**
Yaşam Memnuniyeti	500-1500	23	22,3043	6,03350		
	1501-2500	21	21,6667	5,65096		
	2501-3500	28	21,0000	5,22104	,330	,804
	3501 ve üstü	38	22,1316	4,80524		
	Total	110	21,7909	5,29687		

Tablo 8 inceleğinde oyuncular arasındaki gelir dağılımın normal seviye de olduğu tespit edilmiştir (**F**: ,330, **P**: ,804).

Yaşam Memnuniyeti= F: ,330 , **P:** ,804

Tablo 9: Grup Sargınlığı Modelinin Alt Boyut Puanın Lisanslı Oynama Durumlarına göre değişmekte midir?

	Oynadığı Sene	N	Ort	Ss.	F	P
GSB	1-3 yıl	6	21,8333	5,49242	,349	,706
	4-6 yıl	20	22,6500	5,60334		
	7 ve üstü	84	23,1905	4,02246		
	Total	110	23,0182	4,39345		
GGÇ	1-3 yıl	6	13,3333	2,94392	,456	,238
	4-6 yıl	20	14,8000	3,00175		
	7 ve üstü	84	15,3333	2,91375		
	Total	110	15,1273	2,94322		
GSÇ	1-3 yıl	6	16,5000	4,84768	,420	,658
	4-6 yıl	20	17,8500	3,31305		
	7 ve üstü	84	17,2500	3,39338		
	Total	110	17,3182	3,44267		
GGB	1-3 yıl	6	6,0000	1,41421	,930	,398
	4-6 yıl	20	6,4000	2,32605		
	7 ve üstü	84	6,8810	1,91635		
	Total	110	6,7455	1,97431		
GRUP SARGINLIĞI	1-3 yıl	6	57,6667	11,20119	,841	,434
	4-6 yıl	20	61,7000	11,79250		
	7 ve üstü	84	62,6548	8,50300		
	Total	110	62,2091	9,29446		

Tablo 9 incelendiğinde 2.ligte oynayan takım oyuncuların arasındaki voleybol oynama süreleri arasındaki farkın çok yüksek olmamasından dolayı sargınlık düzeylerin normal olduğu öngürülmüştür.

Grup Sargınlığı **(F:**,841 **P:** ,434).

GSB= F: ,349 **P:** ,706

GGÇ= F: ,456 **P:** ,238

GSÇ= F: ,420 **P:** ,658

GGB= F: ,930 **P:** ,398

Tablo 10: Yaşam Memnuniyeti Modelinin Alt Boyut Puanın Lisanslı Oynama Durumlarına göre değişmekte midir?

	Oynadığı Sene	**N**	**Ort**	**Ss.**	**F**	**P**
Yaşam Memnuniyeti	1-3 yıl	6	19,8333	2,40139		
	4-6 yıl	20	23,2500	5,82079		
	7 ve üstü	84	21,5833	5,28286	,238	,294
	Total	110	21,7909	5,29687		
	1-3 yıl	6	19,8333	2,40139		

Tablo 10 incelendiğin de voleybol oyuncuları arasındaki profesyonel olarak oynama yıllarına göre anlamlı bir farklılık tarafımızca bulunamamıştır (**F:** ,238 **P:** ,294).

Yaşam Memnuniyeti= F: ,238, **P:** ,294

Tablo 11: Grup Sargınlığı Modelinin Alt Boyut Puanın Medeni Durumlarına göre değişmekte midir?

	Medeni Durum	**N**	**Ort**	**Ss.**	**F**	**P**
GSB	Bekar	90	23,2111	4,54069	,977	,331
	Evli	20	22,1500	3,63137		
GGÇ	Bekar	90	15,4000	2,86317	,093	,039
	Evli	20	13,9000	3,05907		
GSÇ	Bekar	90	17,4222	3,55685	,671	,504
	Evli	20	16,8500	2,90689		
GGB	Bekar	90	6,7222	1,94894	,261	,795
	Evli	20	6,8500	2,13431		
GRUP SARGINLIĞI	Bekar	90	62,7556	9,75119	,312	,192
	Evli	20	59,7500	6,51213		

Tablo 11 inceleğinde voleybol oyuncuları arasındaki medeni durum arasında anlamlı bir farklılık tarafımızca bulunamamıştır.

Grup sargınlığı (F: ,312 **P:** ,192).

GSB= F: ,977 **P:** ,331

GGÇ= F: ,093 **P:** ,039

GSÇ= F: ,671 **P: ,**504

GGB= F: ,261 **P:** ,795

Tablo 12: Yaşam Memnuniyeti Modelinin Alt Boyut Puanın Medeni Durumlarına göre değişmekte midir?

	Medeni durum	**N**	**Ort**	**Ss**	**F**	**P**
Yaşam Memnuniyeti	**Evli**	20	59,7500	6,51213		
	Bekar	90	21,5889	5,41096	,847	,399

Tablo 12 incelendiğinde sporcu grubu arasındaki medeni durum arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Yaşam memnuniyeti (**F:** ,847 **P:** ,399).

Yaşam Memnuniyeti= F: ,847 **P:** ,399

Tablo 13: Grup Sargınlığı ve Yaşam Memnuniyeti Modelinin Alt Boyut Puanın Aralarındaki ilişkiye göre değişmekte midir?

		GSB	GGÇ	GSÇ	GGB	F	P
GSB	R	1	,336	,484	,382	,840	,076
	P		,000	,000	,000	,000	,429
	N	110	110	110	110	110	110
GGÇ	R	,336	1	,340	,397	,686	-,017
	P	,000		,000	,000	,000	,859
	N	110	110	110	110	110	110
GSÇ	R	,484	,340	1	,088	,726	,056
	P	,000	,000		,363	,000	,565
	N	110	110	110	110	110	110
GGB	R	,382	,397	,088	1	,551	,025
	P	,000	,000	,363		,000	,798
	N	110	110	110	110	110	110
GRUPSARGINLIĞI	R	,840	,686	,726	,551	1	,056
	P	,000	,000	,000	,000		,558
	N	110	110	110	110	110	110
YAŞAM MEMNUNİYETİ	R	,076	,017	,056	,025	,056	1
	P	,429	,859	,565	,798	,558	
	N	110	110	110	110	110	110

Tablo 13 incelenen bu çalışmada grup sargınlığı ile yaşam memnuniyeti arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır.

Grup Sargınlığı= (**F**: 1 **P**:,056) ,**Yaşam Memnuniyeti=** (**F**:,056, **P**:1) ölçümleri olarak bulunmuştur.

5. TARTIŞMA ve SONUÇ

5.1. Grup Sargınlığı ve Yaşam Memnuniyeti Alt Boyut Puanlarına İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorum

1.Hipoteze göre; 2. ligde oynayan kadın voleybolcuların grup sargınlığı düzeyi nasıldır.Tarafımızca yapılan ölçümler sonucunda grup sargınlığı boyutu açısından fark bulunmamıştır **GSB** ((F=,376, P:.148). Sargınlık alt boyutlarının da yüksek seviyede olduğu tarafımızca tespit edilmiştir. Takım içerisinde bulunan voleybol oyuncuların takımın gidişatında ve takımın bulunduğu durumdan dolayı sargınlık düzeyleri tarafımızca yüksek bulunmuştur.

Üzerinde çalışmış oldukları istatiksel araştırmada sargınlıkla alakalı 49 çalışmayı incelemişler ve sargınlığın ancak görevin çekiciliği olarak ifade etmişler ve araştırmalarda sargınlık ile performans arasında bağlantı olduğunu, ama sargınlığın üyeler arasındaki etkileyicilik olarak ifade edişldiği araştırmalarda ise bu iki değişken arasında bir bağlantı olmadığından ifade edilmiştir(Mullen ve Copper,1994). Bu çalışmaya karşın, (Carron ve ark .,2002) yapmış oldukları bir başka istatiksel araştırmasında sargınlıkla ilgili 46 yayın yapılmış çalışmaların bulgularını incelemişler ve tahmin edilenin aksine grubun görev çekiciliğinden çok sosyal çekicilik ile performans arasında bir bağlantı olduğunu saptanmıştır.

Tarafımızca yapılan bu çalışmada sargınlık ancak görev çekiciliği olarak ifade edilmiştir. Bu araştırmada sargınlık hem etkileyicilik (görev-sosyal) hem de genel (görev-sosyal) olarak saptanmıştır. Bu doğrultuda bu sonuçlar (Mullen ve Copper,1994)'in bulgularını kanıtlamaktadaır. Yapılan bu çalışmada grup sargınlığı tarafından fark çıkmaması birbirleri arasında etkileşimsel (interacting) farklı sporlarda çok fazla koordinasyon ve ortak bir çalışmaya ihtiyacı olan bu tür farklı sporlarda sargınlığın önemi ve duygusunu seviyesini çoğaltmakta bunun sonucunda grup üyeler arasında koordinasyon kaybı oluşmaktadır.

2.Hipoteze göre; 2. ligde oynayan kadın voleybolcuların yaşam memnuniyeti düzeyi nasıldır. Tarafımızca yapılan ölçümlerde yaşam memnuniyeti boyutu açısında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Sadece 2 (**F**=,017, **P**=,859) ve 4 (**F**=,025, **P**=,798) numaralı ölçümlerde anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Sporcuların genel olarak bulundukları, konum, şartlar, ve benzeri gibi durumların yaşam memnuniyeti üzerinde olumlu bir etki tarafımızca tespit edilmiştir.

3.Hipoteze göre; 2. ligde oynayan kadın voleybolcuların grup sargınlığı ve yaşam memnuniyeti arasında bir ilişkinin olup olmadığı hususnda, tarafımızca yapılan ölçümlerde sargınlık ve memnuniyet düzeylerin yüksek olduğu tespit edilmiştir. Grup sargınlığı (**F**= 1 , **P**= ,056) ve Yaşam memnuniyeti (**F**= ,056, **P**= 1). Takım sporu yapan bireylerin sargınlık düzeylerin yüksek olmasının yaşam memnuniyetine olumlu bir etki ederek farklılık oluşmasını engellemiştir. Bu çalışma ve benzer yapılan sargınlık çalışmalarının takımın oluşuma, takım içerisindeki oyuncuların görev paylaşımlarına ,liderlik, rol alma, gibi özelliklerine olumlu katkı sağlamıştır.

4.Hipoteze göre; 2. ligde oynayan kadın voleybolcuların grup sargınlığı eğitim durumlarına göre değişip değişmediği hususunda, tarafımızca yapılan bu çalışmada Grup sargınlığı tek yönlü varyans ölçümünde genel olarak anlamlı bir farklılık bulunamamıştır (**F**=1.087, **P**=,358). Çünkü sporcuların eğitim seviyelerinin birbirine yakın olmasından dolayı anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Katılımcı sayısının 110 kişi olması ve eğitim düzeylerin birbirlerine yakın olmasından dolayı bir farklılık tespit edilememiştir. Eğer katılımcı sayısı daha fazla olsaydı tahminimize göre anlamlı bir farklılık çıkabileceği tarafımızca öngörülmektedir.

5.Hipoteze .göre; 2. ligde oynayan kadın voleybolcuların grup sargınlığı yaş durumlarına göre farklılık gösterip göstermediği hususunda, tarafımızca yapılan ölçümlerin sonucunda grup sargınlığının yaş durumlarına göre anlamlı bir farklılık bulunamamıştır (**F**:,410, **P**:,095). Çünkü deney yapılan grubun yaş sınırın 18 ile 30 arası sınırlandığı için sargınlık düzeylerin normal olduğu tespit edilmiştir. Tahminlerimize göre deney grubun yaş sınırının 25 ile 16 arası sabit olduğu var sayılırsa anlamlı bir farklılık oluşabilir. Takımlarda bulunan B takımın oyuncularının A takımına çıkan sporcu sayısı fazla olduğu için anlamlı bir farklılık olabilirdi.

6.Hipoteze göre; 2.ligde oynayan kadın voleybolcuların grup sargınlığının ekonomik duruma göre farklılık olup olmadığı, yapılan ölçümlerin sonucunda grup sargınlığının ekonomik durumlara göre tarafımızca anlamlı bir farklılık bulunamamıştır (**F**: ,719 **P**:,543). Kadın voleybol oyuncuların maaş aralığının çok yüksek olmamasından dolayı grublar arasında anlamlı bir farklılık oluşmamasına engel olmuştur. Tahminlerimize göre takımların genç sporcu sayısını fazla tutup belli maaş aralığında ödeyerek bu da sargınlık seviyesini olumlu etkilemiştir.

7.Hipoteze göre; 2.ligde oynayan kadın voleybolcuların yaşam memnuniyetinin eğitim durumlarına göre değişip değişmediği hususunda**,** yapılan ölçümlerin yaşam memnuniyeti eğitim durumlarına göre tek yönlü varyans ölçümünde anlamlı bir farklılık tarafımızca bulunamamıştır (**F**=1,961 P=,124). Deney grubunun eğitim seviyesinin birbirine yakın olup memnuniyet düzeylerinin yüksek olduğu tarafımızca tespit edilmiştir.

8.Hipoteze göre; 2.ligde oynayan kadın voleybolcuların yaşam memnuniyeti yaş durumlarına göre değişip değişmediği hususundan , yapılan çalışmanın ölçümlerinde yaşam memnuniyetinin sporcular arasındaki yaş farkının tek yönlü varyans çalışmasında tarafımızca anlamlı bir farklılık bulunmuştur (**F**=,011 **P**=,989). Buda tahminlerimize göre genç sporcuların anket yapılan voleybol takımlarında daha fazla olduğu tespit edilmiştir.

9.Hipoteze göre; 2.ligde oynayan kadın voleybolcuların yaşam memnuniyeti ekonomik durumlara göre farklılık gösterip göstermediği hususunda, yapılan ölçümlerin sonucunda yaşam memnuniyetinin oyuncular arasındaki gelir dağılımın normal seviye de olduğu tarafımızca tespit edilip anlamlı bir farklılık bulunamamıştır (**F**:,330 **P**: ,804). 2.ligte oynayan oyuncularının ücretlerin normal seviyede olmasından dolayı sporcuların memnuniyet düzeylerin yüksek olduğu tespit edilmiştir. Tahminlerimize göre 2.lig voleybol takımların bütçeleri normal olmasından dolayı oyuncular arasında bir farklılık bulunamamıştır.

10.Hipoteze göre; 2.ligde oynayan kadın voleybolcuların yaşam memnuniyeti medeni durumlarına göre değişip değişmediği hususunda, yapılan ölçümler tarafımızca incelendiğinde sporcu grubu arasındaki medeni durum arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır (**F**: ,847, **P**: ,399). 2.ligte oynayan kadın voleybol oyuncuların bekar olma oranı daha yüksek olup oyuncular arasında tarafımızca anlamlı bir farklılık bulunamamıştır.

2.ligte oynayan voleybol oyuncularının ‘’Yaş, Eğitim seviyesi, Ekonomik durum ve Medeni durumu.’’ gibi değişkenler arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Bu yapılan çalışmanın sonucunda sporcuların hem yaptıkları spordan hem de bulundukları konumun memnuniyet düzeyinin yüksek olduğu tarafımızca tespit edilmiştir.

Çalışma grup sporlarında oynandığı için tahmini bir başarı halinde takımın dolayısıyla grupta bulunan bir-bir sporcuların toplumda değişik bir yerde bulunmaları kaçınılmazdır. Bu ancak takım sporları için değil genel olarak sporlara özel olarak ifade edile bilir. Bu istekler sporcuları grup sporlarında başarı için hep beraber hareket ederler. Buna göre sargınlık ile hayat memnuniyet arasında bir bağlantının bulunması olabilir. Ancak Steiner’ a göre tümlemeli görev yapan takımlarda, yani başarılı olması büyük oranda katılımcıların takımın amaçlarına kişisel amaçların üzerinde bulundurmaları gerektirdiği zamanlarda başarı grupları için “biz” hissini gelişmesine ve “ben” hissini daha önemli bir yere gelmesine neden olabilir(Singer N ve ark., 1993). Görev Bütünlüğü boyutu tarfından başarılı ve başarısız grupların birinci ve ikinci devre oranları arasında değişiklik görülmemiştir. Grup Sargınlığı ölçeği kullanılarak yapılan araştırmalarda grubun görevde bütünleşme boyutunun performansı en iyi ifade eden dfarklılık olduğuna yönelik bulgular saptanmıştır(Davids, K ve ark.,1988),(Williams.ve ark., 1993).

Grubun başarısıyla grubun sargınlığı alt boyutlarından doğrudan bağlantılı olanın görev bütünlüğü boyutuna sahip olduğunu tahmin edilmiştir(Widmeyer ve ark.,1991). Sargınlık performans arasındaki bağlantıyı araştıran bazı çalışmacılar (Carron ve ark.,2002) bu araştırmalarda elde edilen sonuçlar arasında bir dengenin bulunmamasıyla sargınlığın performans üstündeki çekiciliği konusunda bir sonuca varmanın mümkün olmadığını saptanmıştır.

Ama çok yakın zamanda yapılan iki yöntemin çalışması ile grup sargınlığın performans üzerinde pozitif bir etkisi olacağına ilişkin bulgular bulunmuştur(Mullen ark.,1994) ,(Carron ve ark.,2002). (Matheson ve ark.,1997) tarafından uygulanan iki ayrı araştırmada sosyal sargınlık ile performans arasında bağlantı olmadığı için buna karşın görev sargınlığının performansın üzerinde pozitif etkisi olduğunu bidiren bulgulara varılımıştır.

Sosyal Bütünlük derinlik açısından spor takımların miktarı açısından bir farklılık elde edilmemiştir(Landers ve ark., 1982). Performans ve sosyal bütünlük arasında olumlu bir bağlantı olduğunu saptamışlar(Lenk, 2002). Takımın amaçlarına varmanın iletişim ve motivasyon ile anlamlı bir bağlantı içinde olduğunu saptamışlar(Widmeyer ve ark.,1991). Tarafından uygulanan iki ayrı araştırmada sosyal sargınlık ve performansın arasında bağlantı olmadığını buna rağmen görev sargınlığının performansın üzerinde pozitif etkisi olduğunu belirten bulgulara varılmıştır. Bu çalışmanın sonuçlarıyla ilgili araştırmaları destekler olmamaktadır (Davids ve ark.,1988) ile (Matheson ve ark., 1997).

Takım sargınlığı ile yaşam memnuniyeti arasındaki bağlantıyı sorgulayan araştırmalarda değişik bulgular çıkmasının iki nedeni olabilir.İlki uygulanan bazı araştırmalarda (Shanghi ve ark.,1987, Slater ve ark 1994) uygulanan örneklem takımın çok az oluşudur. Bu istatistiksel veriye destek bakımında bir sıkıntı oluşmaktadır. İkinci olarakta sargınlık ile alakalı olarak çok fazla takım üzerinde inceleme yapılmıştır. Fakat bu grupların uygulama için oluşturulmuş yada geliştirilmiştir yani uygulama ortamı için oluşturulmuş takımlardır(Widmeyer ve ark.,1990, Grieve.ve ark.,2000). Doğru spor grupları değildir. Madenki (Mullen ve ark.,1984) uyguladıkları araştırmada sargınlık ve performans arasındaki bağlantının gerçek yaşamdaki, doğru gruplar içinde hem sağlam ve hem güçlü oluğunu belirtmişler,lain laboratuarlarda uygulanan araştırmalarda gelen bulguların sargınlık ve başarı arasındaki bağlantıya ait sonuçların fazla gerçeği belirtmediği ifade edilmiştir.

Lakin istatiksel araştırmada elde geçen bulgulara göre takımın sargınlığı ile performans arasında genellikle sağlam olmamakla beraber anlamlı seviyede olumlu bir bağlantının varlığını belirtmişler(Mullen ve ark.,1984). Uyguladıkları araştırmada çıkan bazı bulgularıda şöylekısaltmışlar; Birinci olarak Sargınlık, Görev çekiciliği olarak ifade edilen araştırmada sargınlık ile performansın arasında olumlu bir bağlantı ifade edilirken sargınlığı, grup üyeler arasında çekicilik olarak ifade edilen araştırmalarda ise bu bağlantıdan söylenmemektedir.

İkinci olarakta sargınlık ile performansın arasında bahsedilen olumlu bir bağlantı gerçek takım gruplarda, çalışma amacıyla yapılan takım gruplarına göre daha güçlüdür. Üçüncü de sargınlık- performansın arasındaki bağlantının en sağlam olduğu doğru grupların spor grupları olduğu belirtilmiştir. Dördüncü de görevin türü, sargınlık ile performansın arasındaki bağlantıyı söyleyen bir değişken gibi belli olmaktadır(Howel ve ark.,1986). Sargınlık ve performansın rasındaki bağlantıyı inceleyen araştırmalardan ele geçen bulguların tutarsız olmasının nedeni kısmen grupların performansın özelliklerin değişik olmasından kaynaklanabileceğini tahmin edilmiştir. Sargın gruplarda, takım sporcuları grup kuralları daha çok kabul etme özelliği belirtirken sargın olmayan takımlarda böyle bir özellik yoktur. Eğer grup kuralları daha çok performans isteniyorsa sargın takımlar daha çok iyi performans belirtecekler, sargın olmayan gruplarda şöyle bir tahmin yoksa değişiklik olmayacak ya da daha çok iyi olmayan performans belirtecekler. Grup sargınlığın bu dört unsuru arasında çıkan değişik bağlantılar iki belirteçten oluşmuş olabilir. Birinci olarak grup sargınlığı dört unsurdan oluşan bir yapıdır ve uygulanan araştırmalarda bu özelliğinin çoğunlukla değişik durumları uygulanmıştır.

Mesela; (Carron ve ark.,2002) sargınlığın ancak görev tümlüğü ile başarı arasındaki bağlantısını incelemişlerdir. İkinci olarak (Mullen ve ark.,1994) uyguladıkları yöntem araştırmasında istatistiksel kısaltma tarına gidilerek sargınlığın kontrolü için doğru olmayan bir ruh ölçme yöntemi uygulamış olabilirler. Grup sargınlığı ve yaşam memnuniyet tabloları incelendiğinde ve elde edilen ölçümler de tarafımızca anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. 2.ligte oynayan kadın voleybol oyuncuların sargınlık ve memnuniyet düzeylerin yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Voleybol oyuncuların sargınlık ve memnuniyet düzeylerin yüksek olduğu tarafımızca tespit edilmiştir. Tahminlerimize göre takım sporu yapan bireylerin sargınlık düzeylerin yüksek olmasının yaşam memnuniyeti olumlu bir etki ederek farklılık oluşmasını engellemiştir. Bu çalışma ve benzer yapılan sargınlık çalışmalarının takımın oluşumu, takım içerisindeki oyuncuların görev paylaşımlarına, liderlik rol alma, performans, başarı gibi özelliklerine olumlu katkı sağlamıştır.

5.3. Öneri

Bu doğrultularda yeni uygulanılacak araştırmalarda aşağıdaki tavsiyelere dikkate alınması faydalı olacaktır.

1. Yapılacak yeni araştırmalarda takımların sezon öncesi sargınlık ve yaşam memnuniyet testindeki puanları eşit olacak şekilde kontrol ve deney grubu olarakta atanabilir.Bu sayede sargınlığın ve memnuniyet gelişimini daha rahat gözlemlene bilir.

2. Sargınlığı oluşturma yönteminde genel olarak antrenörlerle birlikte çalışılmalı ve antrenörlerle aynı düşünce içinde takıma müdahale edilinmesi tarafımızca önerilmektedir.

3. Bu araştırmanın hem kadın sporculara, hem de erkek sporculara uygulanarak ülkemiz açısından değişik bir bakış açısının oluşturulması bu çalışmaya faklı anlam katacağını düşünmekteyiz.

4. Yeni bir araştırma olarak dolaylı veya karışık takım oluşturma müdahalelerinin beraber uygulandığı bir araştırma ile ülkemizin takımları açısından hangisinin daha etkili olduğu üzerine çalışılabilir.

5. Takım antrenörlerine yönelik farklı özelliklerin grup sargınlığı ve yaşam memnuniyet oluşturma programlarının çalışma sürecinde takip edilmesi önem arz etmektedir. Yine de olumsuz bir durumda danışmanların yardımın sağlanması ve müdahale programlarının başarısı açısından önemli olacağı tarafımızca önerilmektedir.

KAYNAKLAR

Ames, C. Achievement goals, motivational climate, and motivational processes. In G. Roberts (Ed.), Motivation in sports and exercise (sf. 161-176). Champaign, IL; Human Kinetics(1992).

Ames, C. Classrooms: Goals, structures and student motivation. Journal of Educational Psychology, 84(3), 261-271 (1992).

Argyle, M.Causes and correlates of happiness. In D. Kahneman & E. Diener (Eds.), Well – Being: The Foundations of Hedonic Psychology (pp. 353 – 373). New York: Russell Sage Foundation (1999).

Brandt. R.B.A Theory of the Good and Right, Clarendon Press, Oxford (1985).

Bird, A.M., Cripe, B.K. Psychology and Sport Behaviour. St. Louis: Times Mirror/ Mosby College Publishing. (1986).

Baron,R.A., Greenberg, V.M Behavior in organizations: Understanding and managing the human side of work (3rd ed.). Needahm Heights, MA: Allyn and Bacon (1990).

Bloom, G.A., ve Stevens, D.E. A team building mental skills training program with an intercollegiate equestrian team. Athletic Insight, 4, www.athleticinsight.com /Vol.41ss1/EquestrianTeamBuilding.htm (2002).

Bloom G.A., Stevens D.E. & Wickwire, T.I Expert coaches perceptions of team building. Journal of Applied Sport Psychology, 15, 129-143 (2003).

Brawley, L. ve Paskevich, D. Conducting Team Building Research in the Context of Sport and Exercise. Journal of Applied Sports Psychology, 9(1),11-40 (1997).

Cartwright, D., Zander A., Group Dynamics: Research and Theory (3rd. Ed.), New York: Harper ve Row. (1968).

Carron, A.V.Cohesiveness in sport groups: Interpretations and considerations. Journal of Sport Psychology, 4(2), 123-138.(1982).

Cox, R. .Sport Psychology: Concepts and Applications. NY: McGraw Hill (2007).

Cox, R.H. Sport psychology: Concepts and applications (2nd ed.). Dubugue, IA: Brown. (1990).

Carron A.V. ve arkadaşları Cohesion and performance in sport: A metaanalysis. Journal of Sport & Exercise Psychology, 24, 168-188 (2002).

Carron A.V., Spink, K.S. & Prapavessis, H. Team building and cohesiveness in the sport and exercise setting: Use of indirect interventions. Journal of Applied Sport Psychology, 9, 61-72 (1997).

Carron, A. V., & Spink, K. S. Team building in an exercise setting.The Sport Psychologist, 7, 8-18 (1993).

Carron A.V., & Hausenblas, H.A. Group dynamics in sport. Morgantown, WY: Fitness Information Technology (1998).

Carron, A.V., Bray, S.R., & Eys, M.A.Team cohesion and team success in sport. Journal of Sport Sciences, 20, 119-126 (2002).

Carron, A.V. Cohesiveness in Sport Groups. Interpretations and Considerations. Journal of Sport Psychology, 4, 123-138 (1982).

Carron, A.V., Widmeyer, W.N., L.R. Brawley "The Development of Instrument to Assess Cohesion in Sport Teams: The Group Environment Questionnaire". Journal of Sport Psychology, 7: 244-266 (1985).

Carron, A.V., Prapaessis, H. Self-presentation and group influence. Small Group Research, 28, 500-516 (1997).

Carron, A.V., Widmeyer W.N., L.R. Brawley The Meuserement of Cohesiveness in Sport Groups. Advances in Sport and Exercise Psychology Measurment (213- 226). Morganton, WV: Fitness Information Technology (1998).

Carron, A.V., Colman M. M., Wheeler. J. Cohesion and Performance in Sport: A Meta Analysis. Journal of Sport and Exercise Psychology. 2002, 24, 168-188 (2002).

Clark Andrew E., Masclet David, Villeval Marie-Claire Effort and comparison income Survey and experimental evidence, Working Paper No 2006 – 03, Centre National De La Recherche Scientifique (2006),

Davids, K., Nutter, A The cohesion-Performance Relationship of English National League Volleybol Teams. Journal of Human Movement Studies, 15, 1988: 205- 213 (1988).

Diener, E., Suh, E.M., Lucas, R.E., & Smith, H.LSubjective well – being: Three decades of progress. Psychological Bulletin, 125, 276 – 302 (1984).

Diener Ed, Eunkook Suh, And Shigehiro Oishi Recent Findings on Subjective Well – Being, University of Illinois, İndian Journal of Clinical Psychology, March (1997)

Duda, J. L. Achievement goal research in sport: Pushing the boundaries and clarifying some misunderstandings. In G. C. Roberts (Ed.), Advances in motivation in sport and exercise (pp.129–182). Champaign, IL: Human Kinetics (2001).

Everett, J.J., Smith, R.E., Williams, K.D. Effects of team coheison and identifiability on social loafing in rela swimming performance. International Journal of Sport Psychology. 23, 311-324 (1992).

Eddington Neil, PH.D. Subjective Well – Being (Happiness),

Continuing Psychology Education. (2005),

Festinger, L., Schachter, S., Back, K. Social pressures in informal groups: A study of human factors inhousting. New York: Harper Row (1950).

Fry, P.S.; Ghosh, R. ("Attributional differences in the life satisfactions of the elderly: A cross-cultural comparison of Asian and United States Subjects". International Journal of Psychology 15 (1980) 201-212.

Ford, M.E Motivation Humans Goals, Emotions and Personal Agency Beliefs. Newbury Park, Californa. (1992).

George, T.R. Self confidence and Baseball performance: A casual examination of Self-efficacy theory, Journal of Sport and Exercise Psychology. 16, 381-399 (1994).

Granito, V.J., Rainey, D.W "Differences in Cohesion Between High School and College Football Teams and Starters and Nonstarters". Perceptual and Motor Skills, 66, 471-477 (1988).

Gill, D. L Psychological Dynamics of Sport. Champaign, Illinois: Human Kinetics Publisher Inc. (1986).

Grieve, F.G., Whelan, J.P., Meyers, A.W. An experimental examination of the cohesion performance relationship in an interactive team sport. Journal of Applied Sport Psychology, 12, 219-235 (2000).

Howell, W., Dipboye R. Essential of İndustrial Organizational Psychology (3rd Ed.) The Dorsey Pres. Chicago. (1986).

Hogg, M.A. The Social Psychology of Group Cohesiveness: From Attraction to Social İdentity, London: Harvester and Wheatscheaf. (1992).

Horn, S.T. Advances in Sport Psycholoy (2nd. Edit.) America: Human Kinetics Publishers, Inc. (2002).

Heuze, J.P. ve arkadaşları The Realtionship of percieved motivational climate on cohesion and collective efficacy in elite female teams. Journal of Applied Sport Psychology, 18(3), 201-218 (2006).

Kocaekşi, S. Hentbol bayan milli takımında zaman değişimi ve performansın grup sargınlığı, sportif kendine güven, öz-yeterlik, hedef yönelimi ve yarışma kaygısı üzerine etkisi, Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi (2010).

Landers, D.M., Lüschen, G. Team performance outcome and cohesiveness of competetive coacting groups. İnternational Review of Sport Sociology. 9, 57-69 (1974).

Lu, L.“Gender and Conjugal Differences in Happiness” , Journal of Social Psychology, 140(1), 132-141 (2000),

Liddle J, march L, Carfrae B, et all, Can Occupational Therapy Intevention Play a part in Maintaining Indepedence and Quality of Life in Older People? A Randomized Controlled Trial, Austr New Zeland J Pub Health, 20(6): 574 – 578, (1996).

Liao, T. F. Interpreting Probability Models: Logit, Probit, and Other Generalized Linear Models, Sage Univerity Paper series on Quantitative Applications in the Social Sciences, 07 – 101, Thousand Oaks, CA:Sage (1994).

Martens. R., Vealey, R.S., Burton, D. Competetive Anxiety in Sports. Champaign: Human Kinetics Books (1990).

Mudrack, Peter.E. Defining Group Cohesiveness. Alegacy of Confusion? Small Group Bahavior, 21, 139-155 (1991).

Mullen, B., Copper, C. The relation between group cohesiveness and performance: an integration. Psychological Bulletin. 115, 210-227 (1994).

Martin, K.A., Hall, C.R. Situational and interpersonal moderators of sport competion state anxiety, Journal of Sport Behavior. 20.435-446 (1997).

Martin, L. J., Carron, A. V., & Burke, S.M. Team building interventions in sport: A meta-analysis. Sport and Exercise Psychology Review, 5, 3-18 (2009).

Newman B. Expediency as benefactor: How team building saves time and gets job done. Training and Development Journal, 38, 26-30 (1984).

Ntoumanis, N. ve Biddle, S. A Review of motivational climate in physical activity. Journal of Sports Sciences, 1999, 17, 643-665 (1999).

Öcel, H. Takım sporu yapan oyuncularda kollektif yeterlik öz-yeterlik ve sargınlık ile başarı algı ve beklentileri arasındaki ilişkiler. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara (2002).

Prapavessis, H., Carron A.V., & Spink K.S. Team building in sport. International Journal of Sport Psychology, 27, 269-285 (1996).

Sherif, M., Harvey, O.J., White, E. J., Hood, W.R., Sherif, C. W İntergroup cooperation and competetion: The Robber's Cave experiment. Norman, OK: Universtity Book Exchange (1961).

Senecal J., Loughead, T. & Bloom, G. A season long team building intervention: Examining the effect of team gaol setting on cohesion. Journal of Sport & Exercise Psychology, 30, 186-189 (2008).

Schultz, D.P., Schultz, S.E. Psychology and work today: An introduction to industrial and organizational psycholoy (6th ed.). New York: Macmillan (1994).

Spink, K.S., Carron, A.V. Group cohesion effects in exercise group. Small Group Research, 25, 26-42 (1994).

Singer N. R., Murphey M, Tennant, K L. Handbook of Research on Sport Psychology: New York: Macmillan (1993).

Singer, R., Hauseblas, H. & Janelle, C. Handbook of Sport Psychology. Canada: John Wiley & Sons (2001).

Slater, M.R., Sewell, D.F. An examination of the cohesion-performance relationship in univesity hockey teams. Journal of Sports Sciences, 12, 423-431 (1994).

Shanghi, G.M., Carron, A.V. Group cohesion and its relationship with performance and satisifaction among high school basketball players. Canadian Journal of Sport Sciences. 12, 20 (1987).

Tatarkiewicz, W.. Analysis of Happiness, Martinus Nijhoff, The Hague. (1976).

Telfer. E., Happiness, Mc Milian Press. London, (1980).

Turner, J.H.C., McCusker, C., Hui. C.C. Multimethod Probes of İndividiualism and Collectivisim. Journal of Personality and Social Psychology. 23, 97-111 (1984).

Turman, P.D. Coaches and cohesion: The Impact of coaching techniques on team cohesion in the small group sport setting. Journal of Sport Behaviour, 26(1), 87-104 (2003).

Yaşam memnuniyeti ve yaşam memnuniyetini etkileyen değişkenler ile ekonometrik uygulama: Türkiye örneği Kahyaoğlu, Onur (2008).

Yorulmazlar M.M. Kültürel Değişme ve Spor,Spor Yönetiminde Seçme Konular I,1.Baskı,Ege Basım Sanatları San.Tic.Ltd.Şti ,İst 2017,S.24.

Widmeyer, W.N., Brawley, L.R., Carron A.V "The Effects of Group Size in Sport".Journal of Sport and Exercise Psychology, 12, 177-190 (1990).

Williams, J.M., Widmeyer, W.N. The cohesion-performance outcome relationship in a coacting sport. Journal of Sport and Exercise Psychology. 13,364-371 (1991).

Widmeyer,W.N., Williams, J.M. Predicting cohesion in a coacting sport. Small Group Research, 22, 548-570 (1991).

Wann, L.D. Sport Psychology. Prentice Hall, Inc. Upper Saddle River (1997).

EKLER

EK-1: GRUP SARGINLIĞI ÖLÇEĞİNİN ANKETİ

Değerli Katılımcı;

Bu veri toplama aracı, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Spor Eğitimi Ana Bilim Dalı'nda yürütülmekte olan ''2 lig Kadın Voleybol Oyuncularının Grup Sargınlığının ile Yaşam Memnuniyetine arasındaki ilişkinin incelenmesi'' adlı araştırmanın verilerini toplamak amacıyla uygulanmaktadır. Kişisel bilgi formu ve ölçekte yer alan bilgiler sadece bu bilimsel araştırmada kullanılacaktır. Araştırmaya katılanların bütün soruları eksiksiz doldurmaları, araştırmanın sonuçlarının güvenirliği açısından önemlidir.Bu nedenle lütfen bütün maddeleri dikkatlice okuyarak doldurunuz.Örneğin sizi hiç yansıtmıyorsa kesinlikle katılmıyorum üzerindeki 1 rakamını, bir miktar yansıtıyorsa 2 rakamını . . . . . , tamamen yansıtıyorsa kesinlikle katılıyorum üzerindeki 5 rakamını işaretleyiniz. Cevaplarınızın samimi olması bizim için çok önemlidir.Verdiğiniz cevaplar kesinlikle gizli tutulacaktır.Araştırmacının dışında herhangi bir kişi ya da antrenörünüz cevaplarınızı görmeyecektir. LÜTFEN size verilen bu ölçekler üzerinde isim belirtmeyiniz.Saygılarımla..

Yaş: 17-21 yaş altı ( ) 21-25 yaş ( ) 25-30 yaş ( )

Eğitim Durumunuz: Lise ( ) Ön lisans ( ) Lisans ( ) Yüksek lisans ( ) Doktora ( )

Medeni Haliniz: Bekar ( ) Evli ( )

Kaç Yıldır Lisanslı olarak Oynuyorsunuz: 1-3 ( ) 3-5( ) 5-8 ( )

Ekonomik (Maddi gelir) bakımında hangi gruba dahilsiniz: 500-1500 ( ) 1501-2500( ) 2501-3500( ) 3501 ve üstü ( )

Volkan Şimşek
Sağlık Bilimleri Enstitüsü
Spor Eğitimi Anabilim Dalı
Yüksek Lisans Öğrencisi
simsekvlkn7@gmail.com

Lütfen aşağıdaki ifadeleri okuduktan sonra kendinizi değerlendirip sizin için en uygun seçeneğin karşısına çarpı (X) işareti koyunuz.		Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Katılmıyorum	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
1	Bu takımın katıldığı sosyal faaliyetlerin bir parçası olmaktan hoşlanmıyorum.	1	2	3	4	5
2	Bu takımda bana oynamam konusunda yeteri kadar şans verilmiyor.	1	2	3	4	5
3	Sezon bittiğinde takım arkadaşlarımı özlemeyeceğim.	1	2	3	4	5
4	Takımımın kazanma hırsından dolayı memnun değilim.	1	2	3	4	5
5	En iyi arkadaşlarımın bazıları bu takımdadır.	1	2	3	4	5
6	Bu takımda oyunculuğumu geliştirmek için bana yeterince fırsat verilmemektedir.	1	2	3	4	5
7	Diğer arkadaşlarımla yapılan eğlencelere katılmayı takımla yapılan eğlencelere tercih ederim.	1	2	3	4	5
8	Bu takımın oyun tarzını sevmiyorum.	1	2	3	4	5

9	**Bu takım ait olduğum en önemli sosyal gruplardan bir tanesidir.**	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
10	**Takımımız hedefine ulaşmak için kenetlenmiştir.**	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
11	**Takım arkadaşlarım takımla birlikte olmaktan çok kafalarına göre takılmayı tercih ederler.**	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
12	**Kötü performans gösterdiğimizde sorumluluğu hep birlikte üstleniriz.**	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
13	**Takım arkadaşlarımız nadiren birlikte eğlenirler.**	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
14	**Takımımın hedefleri konusunda arkadaşlarımın birbirinden farklı görüşleri vardır.**	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
15	**Takım arkadaşlarımız ölü sezonda da birlikte olmaktan hoşlanırlar.**	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
16	**Bazı arkadaşlarımız antrenman eksikliği ve benzeri nedenlerden dolayı sorun yaşadıklarında tekrar bir arada olmak için hepimiz onlara yardım ederiz.**	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
17	**Takım arkadaşlarımız antrenman ve maçların dışında pek bir şey paylaşmazlar.**	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**

18	**Maçlarda ve antrenmanlarda takım arkadaşlarımız birbirlerine uyarıda bulunamazlar.**	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**

EK-2 YAŞAM MEMNUNİYETİ ANKETİ

Değerli Katılımcı;

Bu veri toplama aracı, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Spor Eğitimi Ana Bilim Dalı'nda yürütülmekte olan ''2 lig Kadın Voleybol Oyuncularının Grup Sargınlığının ile Yaşam Memnuniyetine arasındaki ilişkinin incelenmesi'' adlı araştırmanın verilerini toplamak amacıyla uygulanmaktadır. Kişisel bilgi formu ve ölçekte yer alan bilgiler sadece bu bilimsel araştırmada kullanılacaktır. Araştırmaya katılanların bütün soruları eksiksiz doldurmaları, araştırmanın sonuçlarının güvenirliği açısından önemlidir.Bu nedenle lütfen bütün maddeleri dikkatlice okuyarak doldurunuz.Örneğin sizi hiç yansıtmıyorsa kesinlikle katılmıyorum üzerindeki 1 rakamını, bir miktar yansıtıyorsa 2 rakamını tamamen yansıtıyorsa kesinlikle katılıyorum üzerindeki 7 rakamını işaretleyiniz.Cevaplarınızın samimi olması bizim için çok önemlidir.Verdiğiniz cevaplar kesinlikle gizli tutulacaktır. Araştırmacının dışında herhangi bir kişi yada antrenörünüz cevaplarınızı görmeyecektir. LÜTFEN size verilen bu ölçekler üzerinde isim belirtmeyiniz.

Yaş: 17-21 yaş altı ( ) 21-25 yaş ( ) 25-30 yaş ( )

Eğitim durumunuz: Lise ( ) Ön lisans ( ) Lisans ( ) Yüksek lisans ( ) Doktora ( )

Medeni haliniz: Bekar ( ) Evli ( )

Anne ve babanız ayrımı: Evet ( ) Hayır ( )

Ekonomik (Maddi gelir) bakımında hangi gruba dahilsiniz: 500-1500 ( ) 1501-2500( ) 2501-3500( ) 3501 ve üstü ( )

Volkan Şimşek

Sağlık Bilimleri Enstitüsü

Spor Eğitimi Anabilim Dalı

Yüksek Lisans Öğrencisi

simsekvlkn7@gmail.com

Lütfen aşağıdaki ifadeleri okuduktan sonra kendinizi değerlendirip sizin için en uygun seçeneğin karşısına çarpı (X) işareti koyunuz.		Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Bazen Katılmıyorum	Kararsızım	Bazen Katılıyorum	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
1	Hayatımdan memnunum.	1	2	3	4	5	6	7
2	Yaşamımı dolu dolu yaşıyorum.	1	2	3	4	5	6	7
3	Yaşamımı bir bütün olarak değerlendirdiğimde hedeflerime ulaşamadığımı düşünüyorum.	1	2	3	4	5	6	7
4	Yapmak istediğim her şeyi yapamadığım için yaşamımdan memnun değilim.	1	2	3	4	5	6	7
5	Yaşamımda şu anda her şey yolunda gidiyor.	1	2	3	4	5	6	7

EK-3: ANKET İZİN YAZISI

Sayın Volkan Şimşek

İlgili anketlerimi çalışmanızda atıf göstererek kullanabilirsiniz.

Çalışmalarınızda başarılar dilerim.

12 Aralık 2017 18:56 Salı tarihinde Volkan Şimşek< simsekvlkn7@gmail.com > şöyle yazdı:

Tamam Hocam, görüşmek üzere. Teşekkür ederim.

Sayın Doç.Dr.Hatem Öcel Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Spor Yönetim Bilimleri Bilim Dalı Tezli Yüksek Lisans Programı'nda yüksek lisans tezi olarak yapmayı planladığım "2 inci lig Kadın voleybol oyuncaların Grup sargınlığı ile Yaşam memnuniyeti arasındaki ilişkinin incelenmesi'' konulu tezim için, hazırlamış olduğunuz Grup sargınlığıyla ilgili sorulardan oluşturan anketinizden faydalanmak istiyorum.

Daha önce sizinle yaptığımız telefon görüşmesine istinaden bu anketten faydalanmak için gerekli izni vermenizi saygıyla arz ederim.

Saygılarımla,

Volkan Şimşek

E-mail: simsekvlkn7@gmail.com

Tel: 05436432065

EK 4: ANKET İZİN YAZISI

13 Aralık 2017 18:56 Çarşamba tarihinde Volkan Şimşek< simsekvlkn7@gmail.com > şöyle yazdı:

Sayın Prof. Dr. Ahmet Akın Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Spor Yönetim Bilimleri Bilim Dalı Tezli Yüksek Lisans Programı'nda yüksek lisans tezi olarak yapmayı planladığım "2 inci lig Kadın voleybol oyuncaların Grup sargınlığı ile Yaşam memnuniyeti arasındaki ilişkinin incelenmesi'' konulu tezim için, hazırlamış olduğunuz. Yaşam memnuniyeti ile ilgili sorulardan oluşturan anketinizden faydalanmak istiyorum. Saygılarımla

13.12.2017

Ahmet Akın <aakin@sakarya.edu.tr> şöyle yazdı

Sayın Volkan Şimşek

Şuan ofiste değilim hafta içi ölçeği sizi yollarım başarıların devamı dilerim.

Ekler 20/12/2017

Alıcı: bana

Prof. Dr. Ahmet Akın

İstanbul Medeniyet Üniversitesi

Eğitim Bilimleri Fakültesi

Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Anabilimdalı

13 Aralık 2017 18:56 Çarşamba tarihinde Volkan Şimşek< simsekvlkn7@gmail.com > şöyle yazdı:

Tamam Hocam, Çok sağolun görüşmek üzere.

EK -5 ÖRNEK İZİN BELGESİ



İSTANBUL BBSK
İSTANBUL BÜYÜKŞEHİR BELEDİYESİ SPOR KULÜBÜ

"Önce Ahlak ve Maneviyat"

Sayı : 2018/ 118
Konu : İzin Hk.

18.01.2018

MARMARA ÜNİVERSİTESİ SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTUSU
Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı Spor Yönetimine

Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Spor Yönetimi Bilimleri Bilim Dalı Tezli Yüksek lisans programında yüksek lisans yapan Volkan Şimşek'in 2.Lig Bayan takımı sporcularımızla Yüksek lisans tez çalışmalarında kullanılmak üzere anket çalışması yapmasına izin verilmiştir.

Bilgilerinize arz ederiz.

İlkay SAĞIR
Sportif İşler Müdürü

www.istanbulbbsk.org ● info@istanbulbbsk.org

ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler

Adı	VOLKAN	**Soyadı**	ŞİMŞEK
Doğum Yeri	AĞRI	**Doğum Tarihi**	05.06.1991
Uyruğu	TÜRKİYE CUMHURİYETİ	**Telefon**	05436432065
E-mail	simsekvlkn7@gmail.com		

Eğitim Düzeyi

	Mezun Olduğu Kurumun Adı	**Mezuniyet Yılı**
Yüksek Lisans	MARMARA ÜNİVERSİTESİ	Devam ediyor
Lisans	MARMARA ÜNİVERSİTESİ	2016
Lise	PATNOS ALPARSLAN LİSESİ	2011

Yabancı Dilleri	**Okuduğunu Anlama***	**Konuşma***	**Yazma***
İngilizce	İyi	Orta	Orta

YDS	ÜDS	TOEFL IBT	TOEFL PBT	TOEFL CBT	FCE	CAE	CPE

ALES	**Sayısal**	**Eşit Ağırlık**	**Sözel**
	70.5	75.6	76.8

Bilgisayar Bilgisi

Program	**Kullanma Becerisi**
Microsoft Office (Word, Excel, Power Point vb.)	Çok İyi
Windows İşletim Sistemleri (XP, Vista, Win 7, 8, 10)	İyi
SPSS (Statistical Package for the Social Sciences)	Orta