

TENİS OYUNCULARINDA GÜDÜLENME VE OPTİMAL PERFORMANS  
DUYGU DURUMU ARASINDAKİ İLİŞKİ <sup>(1)</sup>THE RELATIONSHIP BETWEEN MOTIVATION AND FLOW STATE  
EXPERIENCE IN TENNIS PLAYERS*Aydın İLHAN<sup>1</sup>, Hayrettin GÜMÜŞDAĞ<sup>2</sup>, İzzet KIRKAYA<sup>3</sup>*<sup>1</sup> Pamukkale Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Denizli / Türkiye<sup>2,3</sup> Yozgat Bozok Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Yozgat / TürkiyeORCID ID: 0000-0001-9717-2746<sup>1</sup>, 0000-0002-1616-8671<sup>2</sup>, 0000-0002-0468-8434<sup>3</sup>

**Öz: Amaç:** Bu araştırma, tenis oyuncularında güdülenme düzeyleri ile optimal performans duygusu durumu arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yapılmıştır. **Yöntem:** Araştırmada veri toplama aracı olarak, tenisçilerin güdülenme düzeyleri ile optimal performans duygusu durumu arasındaki ilişkinin araştırmak için Türkiye'deki federe tenis kulüplerinde tenis oynayan 308 tenisçiye ait veriler için değerlendirildi. Tenis oyuncularının güdülenme ölçeği (Guay, Vallerand and Blanchard, 2000) ve optimal performans duygusu durumu ölçeği (Jackson and Eklund, 2004) ile belirlenmiştir. Verilerin analizinde tenis oyuncularının güdülenme ve duygusu durumlarının arasındaki ilişkiyi belirlemek için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon analizi kullanılmıştır. Verilerin analizi %95 güven aralığında,  $p < 0.01$  anlamlılık düzeyinde değerlendirilmiştir. **Sonuç:** Tenis oynayan oyuncuların yapılan analizler sonrasında, içsel güdülenme ve özdeşimle düzenleme ile optimal performans duygusu durumu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Ancak İçsel Güdülenme ve Dışsal Düzenleme aynı zamanda Özdeşimle Düzenleme ve Güdülenmeme arasında istatistiksel olarak anlamlı ve negatif ilişki olduğunu göstermiştir. Tenis oyuncularının güdülenme düzeylerinin optimal performans duygusu durumları üzerinde etkili olduğunu söyleyebiliriz. Tenis oynayan oyuncuların optimal performans duygusu durumunun oluşmasını içsel güdülenme ve dışsal düzenleme, özdeşimle düzenleme ve güdülenmeme arasında anlamlı ve negatif ilişki olduğunu söyleyebiliriz.

**Anahtar Kelimeler:** Optimal Performans Duygu Durumu, Güdülenme, Tenis Oyuncuları

**Abstract: Aim:** This study was conducted to examine the relationship between motivation levels and optimal performance mood in tennis players. **Methods:** The data collection tool in the study to investigate the relationship between optimal performance and motivation levels of tennis players who play tennis in the mood for federated tennis clubs in Turkey were evaluated, the data for 308 tennis players. Tennis players motivation scale (Guay, Vallerand and Blanchard, 2000) and optimal performance mood scale (Jackson and Eklund, 2004) were determined. Pearson Product Moment Correlation analysis was used to determine the relationship between motivation and emotional states of tennis players in analyzing the data. The analysis of the data was evaluated at 95% confidence interval and  $p < 0.01$  significance level. **Conclusion:** After the analysis of tennis players, no statistically significant relationship was found between internal motivation and identification with regulation and optimal performance mood. However, Internal Motivation and External Regulation also showed that there is a statistically significant and negative relationship between Identification and Regulation and Un-motivation. We can say that the motivation levels of tennis players are effective on their optimal performance mood. We can say that there is a significant and negative relationship between internal motivation and external regulation, regulation with identification, and non-motivation for the formation of optimal performance mood of tennis players.

**Keywords:** Flow Experience, Motivation, Tennis Players

Doi: 10.17363/SSTB.2020/ABC89/38.2

(1) Sorumlu Yazar, Corresponding Author: Hayrettin GÜMÜŞDAĞ "Prof. Dr., Professor", Yozgat Bozok Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, hgumusdag06@hotmail.com, Geliş Tarihi / Received: 21.11.2020, Kabul Tarihi / Accepted: 15.02.2021, Makalenin Türü: Type of Article: (Araştırma – Uygulama; Research-Application) Çıkar Çatışması, Yok – Conflict of Interest, No, Etik Kurul Raporu veya Kurum İzin Bilgisi- Ethical Board Report or Institutional Approval, Yes (Yozgat Bozok Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Sayı: E-50514558-600-7471, Tarih: 25.02.2021)



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

January - February - March No: 38 Winter Term Year: 2021

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ocak - Şubat - Mart Sayı: 38 Kış Dönemi Yıl: 2021

ID:515 K:459

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972

## GİRİŞ

Tenis, müsabaka sırasında psikolojik faktörlerinin ön planda olduğu bireysel bir spor dalıdır. Tenis oyuncuları, oyun esnasında gelişen anlık durumlara göre farklı duygular yaşamaktadırlar. Sporcuların kaygı, stres, heyecan ve motivasyon kaybı gibi farklı duygu durumları müsabaka sırasındaki performanslarını etkilemektedir. Müsabaka esnasında sporcuların optimal performans ortaya koyabilmeleri duygu durumu ve güdülenme düzeylerinin bir sonucu olarak ortaya çıkacaktır (Yanar vd., 2017: 69).

Güdüler insanların davranışlarını belirleyen temel yapılardır. Sporcuların müsabakalar sırasında başarılı performans göstermelerinde güdülenmenin önemli etkileri olduğu bilinmektedir. Literatürde, güdülenme ile ilgili yapılan birçok tanım yer almaktadır. Yapılan tanımlara göre, güdülenme süreci, sporcuların başarı davranışını yönlendirmek, düzenlemek ve ona güç vermek için yapılan psikolojik bir destek olarak ifade edilmektedir (Roberts vd., 2007: 4). Bir başka tanıma göre güdülenme, baskın, yol gösterici ve kuvvetlendirici davranış süreci olarak belirtilmektedir (Hagger ve Chatzisaranti 2007).

Spor psikolojisinin temel konularından birisi güdülenmedir. Sporcuların müsabakalar sırasında optimal performans gösterebilmeleri ancak yüksek güdülenmeleri ile mümkün ola-

caktır (Terzioğlu, 1992; Soyer, Can, Güven, Hergün, Bayansalduz ve Tetik, 2010: 225). Sporcuların güdülenme sürecinde mental ve duygusal faktörlerin önemli etkileri olduğu bilinmektedir. Güdülenme ve duygusal faktörler arasında karşılıklı bir etkileşim olduğu söylenebilir. Güdülerin etkisiyle oluşan faaliyetin başarılı veya başarısız bir şekilde sonuçlanmasına bağlı olarak duygusal tepkiler ortaya çıkarken diğer yandan da duygular davranışlarımızı yönlendirmektedir (İkizler, 1993).

Bir müsabaka sırasında sporcuların yüksek performans gösterebilmelerinde optimal performans duygu durumunun önemli bir etkiye sahip olduğu söylenebilir. Literatürde, optimal performans duygu durumu konusunda yapılmış olan birçok araştırma bulunmaktadır (Jackson ve Marsh, 1996; Russell, 2001; Moneta, 2004a; Fournier vd., 2007: 898; Kawabata vd., 2008: 465; Keller ve Bless, 2008: 196). Yapılan bazı çalışmalarda, sporcuların optimal performans duygu durumunu değerlendirmek amacı ile geliştirilen envanterlerin güvenilirlik ve geçerliliği analiz edilmiştir (Fournier vd., 2007: 897; Kawabata vd., 2008: 465). Konu ile ilgili yapılan diğer çalışmalar ise (Fournier vd., 2007; Jackson ve Roberts, 1992; Kowal ve Fortier, 2000; Murcia vd., 2008), kaygı ve algılanan yeterlilik (Jackson vd., 1998: 358), hür irade (Jackson vd., 1998; Kowal ve Fortier, 2000), benlik algısı ve diğer psikolojik beceriler (hedef belirleme, imgele-



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

January - February - March No: 38 Winter Term Year: 2021

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ocak - Şubat - Mart Sayı: 38 Kış Dönemi Yıl: 2021

ID:515 K:459

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

me, pozitif düşünme, gevşeme) (Jackson vd., 2001) arasındaki ilişki test edilmeye çalışılmıştır. Tüm bu noktalardan hareketle bu çalışmanın amacı, tenis sporcularının güdülenme düzeyleri ile optimal performans duygu durumları arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

## YÖNTEM

### Araştırma Grubu

Araştırmada veri toplama aracı olarak, tenis oyuncularının güdülenme ve optimal performans duygu durumu araştırmak için Türkiye'deki federasyona bağlı tenis kulüplerinde tenis oynayan sporculara durumsal güdülenme ölçeği (DGÖ) (The Situational Motivation Scale SIM) ve sürekli optimal performans duygu durum ölçeği 2 (SOPDDÖ 2) (Flow State Scale 2 FSS2) uygulanmıştır.

Ölçekler Türkiye'de federasyona bağlı kulüplerde tenis oynayan 400 tenis oyuncusuna gönderilmiştir. Araştırmada ölçeklerin tamamını eksiksiz dolduran 308 tenis oyununun verileri kullanılmıştır. Araştırmaya tenis oyuncuları gönüllü olarak katılmışlardır. Bu çalışmaya denek olarak katılan tenis oyuncularını rastgele yöntem ile seçilmişlerdir.

### Veri Toplama Araçları

#### Sürekli Optimal Performans Duygu Durum Ölçeği-2-SOPDDÖ-2 (Flow State Scale-2-FSS-2)

Tenis oyuncularında optimal performans duygu durumları belirlemek için (SOPDDÖ 2) (Flow State Scale FSS 2) ölçeği kullanılmıştır. Ölçek Jackson ve Eklund (2004) tarafından geliştirilmiştir. Bireylerin fiziksel aktivite sırasında optimal performans duygu durumlarını değerlendirmektedir. Ölçeğin 36 madde ve 9 alt boyutu vardır. Bunlar görev odaklanma, kontrol duygusu, kendilik farkındalığının azalması, açık hedefler, belirli geri bildirim, eylem farkındalık birleşimi, zamanın dönüşümü, amaca ulaşma deneyimi, görev zorluğu beceri dengesi alt boyutlarıdır. Ölçek 5' li likert ölçekten oluşmaktadır. Ölçekte yer alan maddeler (1) hiçbir zaman ile (5) her zaman arasında ölçek üzerinde cevaplandırılır. Ölçeğin geçerlilik ve güvenilirlik çalışmasını Aşçı ve ark'ı (2007) yapmıştır.

#### Durumsal Güdülenme Ölçeği-DGÖ (The Situational Motivation Scale-SIMS)

Tenis oyuncularında güdülenme düzeylerini belirlemek için durumsal güdülenme ölçeği (DGÖ) kullanılmıştır. Ölçek Guay ve ark'ı (2000) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçe uyarlaması Kazak Çetinkalp (2010) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin 16 madden ve 4 alt boyuttan oluşmaktadır. Bunlar içsel güdülenme, güdülenmeme, dışsal düzenleme ve özdeşimle düzenleme alt boyutlarıdır. Ölçek 7'li likert ölçekten oluşmaktadır. Ölçekte yer alan maddeler (1) bütünüyle uygun değil ile (7) bütünüyle uygun arasında ölçek üzerinde



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

January - February - March No: 38 Winter Term Year: 2021

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ocak - Şubat - Mart Sayı: 38 Kış Dönemi Yıl: 2021

ID:515 K:459

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

cevaplandırılır. Ölçeğin geçerlilik ve güvenilirliğini Kazak Çetinkalp (2010) tarafından yapılmıştır.

### Verilerin Analizi

Tenis oyuncularının güdülenme ile optimal performans duygu durumları arasındaki ilişkiyi belirlemek için pearson momentler çarpımı korelasyon analizi ile belirlenmiştir. Güdülenme alt boyutları ile optimal performans

duygu durumu toplam puanları arasındaki ilişkiye bakılmıştır.

### BULGULAR

#### Tanımlayıcı İstatistikler

Araştırmaya toplamda 308 tenis oyuncusu katılmıştır. Tenis oyuncularının cinsiyet, yaş, spor yapma yıllı değişkenlerine göre dağılımları Tablo 1’de verilmiştir.

**Tablo 1. Tenis Oyuncularına ait Demografik Özelliklerin Frekans ve Yüzelik Dağılımları**

Demografik Özellikler		N	Yüzde
Cinsiyet	Kadın	115	37.30
	Erkek	193	62.70
Yaş	14-19	147	47.70
	20-25	90	29.50
	26-31	71	23.00
Spor Yapma Yılı	1-3 Yıl	132	42.80
	4-6 Yıl	96	31.20
	7-9 Yıl	43	14.00
	10 yıl ve Üstü	37	12.00

## Genel Bulgular

**Tablo 2. Tenis Oyuncularının GÜdülenme Düzeyleri ile Optimal Performans Duygu Durumları Arasındaki İlişki Tablosu**

	1	2	3	4
1.İçsel GÜdülenme	1			
2.Özdeşimle DÜzenleme	-0,074	1		
3.Dışsal DÜzenleme	-,286**	-0,076	1	
4.GÜdülenmeme	-,156**	-,361**	-0,78	1
5.OPDD	-0,038	-0,01	-0,004	-0,73

### **OPDD: Optimal Performans Duygu Durumu \*\*p < 0.001**

Tenis oynayan oyuncuların yapılan analizleri sonrasında, içsel güdülenme ve özdeşimle düzenleme ile optimal performans duygu durumu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Özdeşimle düzenleme ile güdülenmeme ve içsel güdülenme ile dışsal düzenleme arasında istatistiksel olarak anlamlı ve negatif bir ilişki olduğunu göstermiştir.

### **TARTIŞMA**

Bu çalışma tenis oyuncularının güdülenme ile optimal performans duygu durumu arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılmıştır. Çalışmanın bulgularında, tenis oyuncularında

içsel güdülenme ve dışsal düzenleme arasında istatistiksel olarak anlamlı ve negatif ilişki olduğu bulunmuştur. Ayrıca özdeşimle düzenleme ve güdülenmeme arasında da istatistiksel olarak anlamlı ve negatif bir ilişki olduğunu göstermiştir.

Elde edilen bulguların tersine, içsel güdülenme ile optimal performans duygu durumunun pozitif ilişkisi olduğunu belirleyen çalışmalarda vardır. (Kowal ve Fortier, 2000: 171, Fournier vd., 2007: 897, Murcia vd., 2008: 181). Optimal performans duygu durumunu üzerinde içsel güdülenmenin belirleyici bir unsur olduğunun belirtmişlerdir (Moneta 2004b, Moreno vd., 2010: 390). Benzer bir çalışmada, 222 elit sporcu ile yapılan çalış-



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

January - February - March No: 38 Winter Term Year: 2021

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ocak - Şubat - Mart Sayı: 38 Kış Dönemi Yıl: 2021

ID:515 K:459

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972

manın bulgularında optimal performans duygusu durumu ile içsel güdülenme arasında pozitif bir ilişki olduğunu belirlemişlerdir (Altıntaş vd., 2013: 18).

Özdeşimle düzenleme ile güdülenmeme arasında da anlamlı negatif ilişki olduğunu göstermiştir. Bu bulguların tenis oyuncularının optimal performans duygusu durumlarının özdeşimle düzenleme ve güdülenmeme ile içsel güdülenme ve dışsal düzenlemenin artması ile optimal performans duygusu durumlarının düştüğünü göstermiştir.

Elde ettiğimiz sonuçlar ile aynı olan bir çalışmada optimal performans duygusu durumu ile dışsal güdülenme arasında negatif bir ilişki ortaya koymuşlardır (Kowall ve Fortier 2000: 178). Tenis oyuncularının güdülenmeme, dışsal güdülenme, dışsal düzenleme ile optimal performans duygusu durumu arasındaki ilişkinin düşük olduğunu söyleyebiliriz.

## SONUÇ

Tenis oyuncularının optimal performans duygusu durumlarında güdülenmenin etkisinin olduğunu söyleyebiliriz. Tenis oyuncularının içsel güdülenme ve özdeşimle düzenleme ile optimal performans duygusu durumunun arasında anlamlı bir fark yoktur, fakat içsel güdülenme ve dışsal düzenleme, güdülenmeme ve özdeşimle düzenleme arasında anlamlı ve negatif bir ilişki olduğu söylenebilir. Güdülenme alt boyutları ile optimal performans

duygusu seviyeleri arasında farklılıklar vardır. Bu farklılıkların sebebi araştırılabilir. Ayrıca, tenis oyuncularında güdülenme ile optimal performans duygusu durumunun ilişkisinin, cinsiyet, yaş ve spor yapma yılları ele alınarak araştırılabilir. Tenis oyuncuları ile farklı bireysel spor yapan sporcular arasındaki farklılıklar karşılatılabilir.

## KAYNAKÇA

**ALTINTAŞ, A., KELECEK, S., AŞÇI, F.H., (2013).** Elit Sporcularda Durumsal Güdülenme ve Optimal Performans Duygu Durumu Arasındaki İlişki. Pamukkale Spor Bilimleri Dergisi, 4, ss.14-21

**AŞÇI, F.H., ÇAĞLAR, E., EKLUND, R.C., ALTINTAŞ, A., JACKSON, S., (2007).** Durumluk ve sürekli optimal performans duygusu durum-2 ölçekleri'nin uyarlama çalışması. Spor Bilimleri Dergisi, 18(4): ss.182-196

**FOURNIER, J., GAUDREAU, P., DEMONTROND-BEHR, P., VISIOLI, J., FOREST, J., JACKSON, S.A. (2007).** French translation of the Flow State Scale-2: Factor structure, cross-cultural invariance, and associations with goal attainment. Psychology of Sport and Exercise, 8, pp.897-916

**GUAY, F., VALLERAND, R.J., BLANCHARD, C., (2000).** On the assessment



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

January - February - March No: 38 Winter Term Year: 2021

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ocak - Şubat - Mart Sayı: 38 Kış Dönemi Yıl: 2021

ID:515 K:459

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

of situational intrinsic and extrinsic motivation: The situational motivation scale (SIMS). *Motivation and Emotion*, 24, pp.175–213.

**HAGGER, M.S., CHATZISARANTIS, N.L.D., (2007).** Intrinsic Motivation and Self Determination in Exercise and Sport. *Human Kinetics*

**İKİZLER, C., (1993).** Sporda Başarının Psikolojisi. 1. Baskı, Alfa Basım Yayım Dağıtım, İstanbul

**JACKSON, S.A., ROBERTS, G.C., (1992).** Positive performance states of athletes: Toward a conceptual understanding of peak performance. *The Sport Psychologist*, 6, ss.156–171

**JACKSON, S.A., MARSH, H.W., (1996).** Development and validation of a scale to measure optimal experience: The Flow State Scale. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 18, pp.17–35

**JACKSON, S.A., KIMIECIK, J.C., FORD, S.K., MARSH, H.W., (1998).** Psychological correlates of flow in sport. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 20, pp.358–378

**JACKSON, S.A., THOMAS, P.R., MARSH, H.W., SMETHURST, C.J., (2001).** Relationships between flow, self-concept, psychological skills, and performance.

*Journal of Applied Sport Psychology*, 13, pp.129–153

**JACKSON, S.A., EKLUND, R.C., (2004).** *The Flow Scales Manual*. Morgantown, WV, USA: Fitness Information Technology, Inc

**KAZAK ÇETİNKALP, Z., (2010).** Durumsal Güdülenme Ölçeği (Situational Motivation Scale- SIMS)'nin Türkçe Versiyonunun Psikometrik Özellikleri. *Türkiye Klinikleri Spor Bilimleri Dergisi*, 2, pp.86-94

**KAWABATA, M., MALLETT, C.J., JACKSON, S.A., (2008).** The flow state scale and dispositional flow scale- 2: Examination of factorial validity and reliability for Japanese adults. *Psychology of Sport and Exercise*, 9, pp.465-485

**KELLER J., BLESS, H., (2008).** Flow and Regulatory Compatibility: An Experimental Approach to the Flow Model of Intrinsic Motivation. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 34, pp.196-209

**KOWAL, J., FORTIER, M.S., (2000).** Testing relationships from the hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation using flow as a motivational consequence. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 71, pp.171-181



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

January - February - March No: 38 Winter Term Year: 2021

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ocak - Şubat - Mart Sayı: 38 Kış Dönemi Yılı: 2021

ID:515 K:459

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

**MONETA, G.B., (2004A).** The flow experience across cultures. *Journal of Happiness Studies*, 5(2): pp.115- 121

**MONETA, G.B., (2004B).** The flow model of intrinsic motivation in Chinese: Cultural and personal. moderators. *Journal of Happiness Studies*, 5, pp.181–217

**MORENO, J.A., CERVELLO, E., GONZALEZ-CUTRE, D., (2010).** The achievement goal and self-determination theories as predictors of dispositional flow in young athletes. *Anales de Psicología*, 26; (2): pp.390-399

**MURCIA, J.A.M., GIMENO, E.C., COLL, D.G.C., (2008).** Relationship among goal orientations, motivational climate and flow in adolescents athletes: Differences by gender. *The Spanish Journal of Psychology*, 11(1): pp.181-191

**ROBERTS, G.C., TREASURE, D.C., CONROY, D.E., (2007).** Understanding the dynamics of motivation in sport and physical activity: An achievement goal

interpretation. In G. Tenenbaum and R. C. Eklund (Ed.), *Handbook of Sport Psychology*, Third Edition, John Wiley and Sons, pp.3-10

**RUSSELL, W.D., (2001).** An examination of flow state occurrence in college athletes. *Journal of Sport Behavior*, 24(1): pp.83-107

**SOYER, F., CAN, Y., GÜVEN, H., HERGÜNER, G., BAYANSALDUZ, M., TE-TİK, B., (2010).** Investigation of relation between motivation of success and team unity of sportsmen. *Journal of Human Sciences* 7(1): ss.225-39

**TERZİOĞLU, A.E., (1992).** Spor Eğitiminde Motivasyon Kavramı\*. *Atatürk Eğitim Fakültesi Spor Bilimleri Dergisi*; 2(2): İstanbul

**YANAR, Ş., KIRANDI, O., ÇİMEN, K., (2017).** Tenisçilerde Başarı Motivasyonu ile Optimal Performans Duygu Durumu İlişkisinin İncelenmesi. *Spor Eğitim Dergisi*, 1(1): ss.69-75





SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

January - February - March No: 38 Winter Term Year: 2021

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ocak - Şubat - Mart Sayı: 38 Kış Dönemi Yıl: 2021

ID:515 K:459

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

## EXTENDED ABSTRACT

**Introduction:** Tennis is an individual sport branch where psychological factors are at the forefront during the competition. Tennis players experience different emotions according to the momentary situations that develop during the game. Different emotional states of athletes such as anxiety, stress, excitement and loss of motivation affect their performance during the competition. The ability of athletes to exhibit optimal performance during the competition will emerge as a result of their mood and motivation levels. Motives are the basic structures that determine people's behavior. It is known that motivation has an important effect on the successful performance of athletes during the competitions. There are many definitions of motivation in the literature. According to the definitions, the motivation process is expressed as a psychological support to direct, regulate and empower the athletes' success behavior. According to another definition, motivation is defined as the dominant, guiding and reinforcing behavioral process. It can be said that optimal performance mood has an important effect on the high performance of athletes during a competition. There are many studies in the literature on optimal performance mood. In some studies, the reliability and validity of the inventories developed to evaluate the optimal performance mood of athletes were analyzed. Other studies on the subject have tried to test the relationship between anxiety and perceived competence, free will, self-perception and other psychological skills (goal setting, imagination, positive thinking, relaxation). **Aim:** Based on all these points, the purpose of this study is to examine the relationship between the motivation levels of tennis athletes and their optimal performance mood. **Method:** As data collection tool in the study of tennis players motivation and optimal performance mood federation in Turkey to investigate depends tennis clubs played tennis athletes to situational motivation scale (DGO) (The Situationl Motivation Scale SIM) and continuous flow state scale 2 (SOPD-DÖ 2) (Flow State Scale 2 FSS2) was applied. Scales was sent to play tennis clubs under 400 tennis player in the federation in Turkey. The data of 308 tennis games that filled the scales completely were used in the study. Tennis players voluntarily participated in the study. The tennis players participating in this study were randomly selected. Pearson moments product was determined by correlation analysis to determine the relationship between motivation of tennis players and their optimal performance emotional states. The relationship between motivation sub-dimensions and optimal performance emotional state total scores was examined. **Findings:** After the analysis of tennis players, no statistically significant relationship was found between internal motivation and identification with regulation and optimal performance mood. He



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

January - February - March No: 38 Winter Term Year: 2021

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ocak - Şubat - Mart Sayı: 38 Kış Dönemi Yıl: 2021

ID:515 K:459

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972

showed that there is a statistically significant and negative relationship between identification and regulation and non-motivation, and between internal motivation and external regulation. OPDD: Optimal Performance Emotional State, \*\*  $p < 0.001$  **Conclusion:** This study was conducted to examine the relationship between the motivation of tennis players and their optimal performance mood. In the findings of the study, it was found that there is a statistically significant and negative relationship between intrinsic motivation and external regulation in tennis players. It also showed that there is a statistically significant and negative relationship between identification and regulation and unmotivation. Contrary to the findings obtained, there are studies indicating that there is a positive relationship between intrinsic motivation and optimal performance mood. They stated that intrinsic motivation is a determining factor on optimal performance emotional state. In a similar study, findings of the study conducted with 222 elite athletes found a positive relationship between optimal performance mood and intrinsic motivation. It showed that there is a significant negative relationship between intrinsic motivation and external regulation and optimal performance mood. It also showed that there is a significantly negative relationship between identification and regulation and unmotivation. These findings showed that the optimal performance mood of tennis players was regulated by identification and not motivated, and by increasing intrinsic motivation and external regulation, optimal performance moods decreased. In a study with the same results we obtained, optimal performance revealed a negative relationship between emotional state and external motivation. We can say that the relationship between unmotivation, external motivation, external regulation and optimal performance mood of tennis players is low. We can say that motivation can have an effect on the optimal performance emotional states of tennis players. There is no significant difference between internal motivation and regulation with identification and optimal performance mood of tennis players, but we can say that there is a significant and negative relationship between internal motivation and external regulation, non-motivation, and identification and regulation. There are differences between motivation sub-dimensions and optimal performance emotion levels. The reason for these differences can be investigated. In addition, the relationship between motivation and optimal performance in tennis players can be investigated by considering gender, age, and years of doing sports. Differences between tennis players and athletes doing different individual sports can be compared.