



## Görev ve ego yönelimli hedeflerin yaşam doyumu ile ilişkisinin incelenmesi (dağcılık sporu yapanlarla ilgili bir çalışma)

**Turhan TOROS<sup>1</sup>**  
**Umut AKYÜZ<sup>2</sup>**  
**Mehmet BAYANSALDUZ<sup>3</sup>**  
**Fikret SOYER<sup>4</sup>**

### Özet

Bu çalışmanın amacı, dağcılık sporu yapanlarda görev ve ego yönelimli hedefler ile yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Çalışmaya dağcılık sporu yapan, yaş ortalaması  $25.15 \pm 6.37$  yıl olan 85 sporcu katılmıştır. Dağcıların hedef yönelimleri “Sporda Görev ve Ego Yönelim Ölçeği” ve yaşam doyumları “Yaşam Doyumu Ölçeği” ile belirlenmiştir. Elde edilen verilerin analizinde betimsel istatistikler ve korelasyon analizi istatistiksel tekniklerine başvurulmuştur.

Yapılan araştırmanın bulgularında, görev yönelimli hedefler ile yaşam doyumu arasında anlamlı bir korelasyon çıkmamıştır ( $0,254$ ;  $p > 0,05$ ). Ego yönelimli hedefler ile yaşam doyumu arasında da anlamlı bir korelasyon çıkmamıştır ( $0,352$ ;  $p > 0,05$ ).

Bu çalışmada, başarı güdülenmesinde hedef yönelimleri kuramlarını destekleyen önemli bulgular elde edilmiştir. Sonuç olarak, bir çok faktör yaşam doyumu ve bireyin görev ve ego yönelimi arasındaki ilişkiyi etkileyebilir.

**Anahtar kelimeler:** Dağcılık, hedef yönelimi, görev yönelimli hedefler, ego yönelimli hedefler, yaşam doyumu

1 Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü, Ankara [turhantoros@yahoo.com](mailto:turhantoros@yahoo.com)

2 Serbest Araştırmacı [umut@suegitim.com](mailto:umut@suegitim.com)

3 Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü, Ankara [bayansalduz@yahoo.com](mailto:bayansalduz@yahoo.com)

4 Sakarya Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Sakarya [fikretsoyer@gmail.com](mailto:fikretsoyer@gmail.com)

## Examining the relationship between task-and ego-oriented goals and life satisfaction (A study of people doing mountaineering sports)

**Turhan TOROS<sup>1</sup>**  
**Umut AKYÜZ<sup>2</sup>**  
**Mehmet BAYANSALDUZ<sup>3</sup>**  
**Fikret SOYER<sup>4</sup>**

### Abstract

The purpose of the study is to examine the relationship between task-and ego-oriented goals and life satisfaction in the people doing mountaineering sports. 85 sportsmen who do mountaineering sports and whose average of age is 25.15±6.37 years participated in the study. The goal orientations of the mountaineers were determined by means of "the Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire Scale" and "Life Satisfaction Scale". Descriptive statistics and the statistical techniques of correlation analyses were used to analyze the data.

The findings of the research showed that there is no significant correlation between task-oriented goals and life satisfaction (0,254;  $p>0,05$ ). It was found out that there is no significant correlation between ego-oriented goals and life satisfaction (0,352;  $p>0,05$ ).

The important findings supporting the goal orientation theories in achievement motivation were acquired in this research. In conclusion, so many factors can affect the relationship between life satisfaction and task and ego orientation.

**Key Words:** Mountaineering, goal orientation, task-oriented goals, ego-oriented goals, life satisfaction.

---

1 General Directorate of Youth and Sports, Ankara [turhantoros@yahoo.com](mailto:turhantoros@yahoo.com)

2 Free Researcher [umutakyuz@gmail.com](mailto:umutakyuz@gmail.com)

3 General Directorate of Youth and Sports, Ankara [bayansalduz@yahoo.com](mailto:bayansalduz@yahoo.com)

4 Sakarya University School of Physical Education and Sports, Sakarya [fikretsoyer@gmail.com](mailto:fikretsoyer@gmail.com)

## Giriş

Spor psikolojisinde başarı güdülenmesi kapsamı altında sportif davranışın amaç yapısı son yıllarda en çok incelenen alandır.

Duda (1989), Duda ve White (1992) Nicholls'un gelişimsel temelli algılanan yetenek kuramından etkilenerek sporda hedeflere ulaşmada ve başarı güdülenmesinde iki temel stili ayırt etmişlerdir. Bunlardan birincisi görev ile ilişkili hedef yönelimidir. Görev ile ilişkili hedef yönelimini benimseyen sporcular beceri gelişimini, öğrenmeyi, görevde ustalaşmayı, takım uyumunu ve işbirliğini öne alırlar. Duda ve ark. (1995), görev ile ilişkili hedef yöneliminin doyum, hoşlanma, sporla içsel olarak ilgilenme ile pozitif olarak ilişkili olduğunu bulmuşlardır.

İkincisi, ego ile ilişkili hedef yönelimidir. Ego ile ilişkili hedef yönelimine sahip olan bireyler üstün olmaya, rakiplerini alt etmeye ve etkinliğin sonucuna odaklaşırlar. Araştırmalar, ego ile ilişkili hedef yöneliminin direnç eksikliğine, yüksek kaygı düzeyine, sportif etkinlikten daha az hoşlanmaya ve doyuma yol açtığına işaret etmektedir (Boyd, 1990; Duda, 1992; Duda ve Chi, 1989).

Görev yönelimli sporcular ustalık stratejilerini destekler ve belirtilen başarı için kişi referanslı kriter üzerine odaklanırlar. Bu sporcular, beceri gelişimi ve antrenmanda yoğun çalışmaya inanırlar. Bilinçli olarak yaşlılarıyla normatif karşılaştırmalardan kaçınırlar. Aynı zamanda başarı algılarını kişisel gelişimleri üzerine oturturlar. Zorluk ya da başarısızlıkla karşılaştıklarında, içsel motivasyonel davranışları gösterme ve sürdürmeye daha eğilimlidirler. Bunun aksine ego yönelimli sporcular, başarıyı belirtmek için dışsal kriterler üzerine odaklanırlar. Şans ve sosyal karşılaştırmaların önemli bir başarı kriteri olduğuna inanırlar. Ego yönelimli sporcular için algılanan yetenek yoğun çalışma ve çabadan daha önemlidir. Bu sporcular, zorluk ve başarısızlık karşısında, içsel motivasyonel davranışlar göstermemeye eğilimli olurlar. Ego yönelimli sporcular, başarıya ulaşmak için centilmenlik dışı avantajları kullanmaya daha eğilimlidirler (Duda ve White, 1992; Kavussanu ve Roberts, 1996; Lochbaum ve Roberts, 1993).

Yaşamdan alınan doyum ve öznel iyi olma durumları ile amaç yapısı ve amaca erişme arasında ilişkinin bulunduğu öne sürülmüştür (Diener, 1984; Emmons, 1986; Michalos, 1985; Yetim, 1993). Ryan ve ark. (1996), ilgililik, özerklik, yeterlilik gibi içsel gereksinmelere yönelik amaçlı davranışların yüksek doyum algısına yol açtığını belirtmişlerdir.

Csikszentmihalyi (1975, 1990), uygun beceri düzeyinde sürdürülen etkinliklerin zamanla mutluluğa ve doyuma yol açtığını bildirmiştir. Buna göre, sportif etkinlik sürecinin, bu süreçte ele alınan amaçların ve amaçlara erişmenin, sporcunun yaşamını doyumlu bulmasına yol açacağı söylenebilir. Yaşamını doyumlu bulan sporcuların, sportif hedefler ve hedef yönelimi ile daha fazla ilişkisi olması beklenen bir sonuç olacaktır.

Hedef yönelimleri ve yaşam doyumu değişkenleri bilişsel yargılama ve değerlendirme temelli değişkenlerdir. Yaşam doyumu, bireylerin bir bütün olarak yaşamlarına ilişkin oldukça tutarlı bilişsel yargılarından oluşmaktadır (Diener, 1984). Yine, sporcunun görev veya ego ile ilişkili hedef yönelimlerine sahip olma derecesi, bir yaşantı değerlendirmesini, yargılamayı gerektirir. Spor ortamının görev ve ego yönelimli hedefleri algılaması, yaşantı sonucu oluşan bilişsel değerlendirmeleri kapsamaktadır. Bu bakımdan sözü geçen değişkenler arasındaki ilişkiyi belirlemek yerinde olacaktır.

Bu araştırmanın amacı, dağcılarda görev ve ego yönelimli hedefler ile yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Değişkenlerin dağcılık sporu yapanlar bakımından gösterdiği özelliklerin yanı sıra, yaşam doyumu düzeylerine göre ego ve görev yönelimli hedefler bakımından ayrı ayrı karşılaştırılması araştırmanın odağını oluşturmaktadır.

## **Yöntem**

### **Araştırmanın Sınırlılıkları**

Araştırma dağcılık sporu yapanlar ile sınırlıdır. Ölçeklerin Türk sporcularına uyarlama çalışmaları yapıldığı için yabancı uyruklu dağcılar araştırmaya dahil edilmemiştir.

### **Örneklem**

Araştırmada, dağcılık yapan 85 sporcu (73 erkek – 12 bayan) örneklem olarak belirlenmiştir. Örneklem seçiminde, özellikle bölge ve sporcu yoğunluğu temelli, tabakalı örnekleme yoluna başvurulmuştur.

### **Ölçeklerin Tanıtımı**

Araştırmamızda temel ölçme araçları, Duda (1989; 1992) tarafından geliştirilen Sporda Görev ve Ego Yönelimi Ölçeği (SGEYÖ) ve Diener ve ark. (1985) tarafından geliştirilen Yaşam Doyumu Ölçeği'dir.

Sporda Görev ve Ego Yönelimi Ölçeği 7'si görev, 6'sı ego yönelimi olmak üzere 13 maddeden oluşmuştur. Ölçeği yanıtlayanlar her bir maddeye katılımlarını 5'li değerlendirme sistemine göre yaparlar. Ölçek 8 yaşından itibaren tüm yaş gruplarına uygulanabilmektedir. Ölçeğin Türk sporcularına uyarlama çalışması Toros (2001) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin yapı geçerliliği çalışması açıklayıcı faktör analizi yardımıyla yapılmış (Duda, 1989; Duda ve ark., 1995), görev ve ego yönelimi olmak üzere iki faktör bulunmuştur. Ölçek ile ilgili çalışmada (Duda ve Whitehead, 1998), ölçeğin iç tutarlılığı görev yönelimi için .79 ve ego yönelimi için .81 olarak belirlenmiştir. Duda (1992), ölçeğin üç haftalık test tekrar test güvenilirliğini görev yönelimi için .68 ego yönelimi için .75 olarak bulmuştur. Toros (2001), yaptığı çalışmada ilgili bulguları Türk sporcuları için test etmiştir. Bu çalışmada görev ve ego yönelimi olmak üzere iki faktörün genel varyansın %58'ini açıkladığı; iç tutarlılığın görev yönelimi için .87, ego yönelimi için .85 olduğu ve üç haftalık test tekrar test güvenilirliğinin görev yönelimi için .65, ego yönelimi için .72 olduğu ortaya çıkmıştır.

Yaşam Doyumu Ölçeği 5 aynı yönde ifadeden oluşmuştur. Yanıtlayanlardan her maddeye katılım düzeylerini 7'li değerlendirme sistemine göre bildirmeleri istenir. Ölçeğin gerek orijinal formunun, gerekse Türkçe'ye uyarlanmış formunun yüksek güvenilirliğe ve yapı geçerliliğine sahip olduğu belirtilmiştir (Diener, 1984; Yetim, 1991).

### **Uygulama**

Bir batarya haline getirilen ölçekler, yüz yüze görüşme tekniğiyle sporculara uygulanmıştır. Uygulama sonucu, araştırmacılar tarafından denetlenen ölçeklerden 14 tanesi geçersiz bulunmuştur. Uygulama yaklaşık on beş gün (iki hafta) sürmüştür.

### **İstatistiksel Analizler**

Elde edilen verilerin analizinde betimsel istatistikler ve Pearson korelasyon analizi tekniklerine başvurulmuştur. Veriler bilgisayar ortamında analiz edilmiştir.

### **Bulgular**

Araştırmamızda elde edilen bulgular betimsel istatistik olarak verilmiştir.

**Tablo 1. Araştırmaya Katılan Dağcıların Betimsel İstatistik Verileri**

CİNSİYET	n
Bayan	12
Erkek	73
Toplam	85

Tablo 1’de bayan sporcuların (n=12), erkek sporcuların (n=73) olduğu görülmektedir.

Araştırmaya katılan dağcıların istatistik verileri Tablo 2’de verilmiştir.

**Tablo 2. Araştırmaya Katılan Dağcıların İstatistik Verileri**

Dağcılık Sporunu Yapanlar	$\bar{X}$	SS	n
Yaş	25,15	6,37	85
Dağcılık Yapma Süresi	3,83	3,53	85
Görev Yönelimi	3,20	0,89	85
Ego Yönelimi	2,69	0,82	85
Yaşam Doyumu	4,62	1,26	85

Tablo 2’de dağcıların yaş ortalaması ( $\bar{X}=25,12\pm 6,37$ ), dağcılık yapma süresi ( $\bar{X}=3,83\pm 3,53$ ), görev yönelimi ( $\bar{X}=3,20\pm 0,89$ ), ego yönelimi ( $\bar{X}=2,69\pm 0,82$ ) ve yaşam doyumu ( $\bar{X}=4,62\pm 1,26$ ) olarak verilmiştir.

Araştırmaya katılan dağcıların korelasyon analizi Tablo 3’de verilmiştir.

**Tablo 3. Değişkenlerin (Görev Yönelimi-Yaşam Doyumu) Korelasyon Tablosu**

Değişkenler	Görev Yönelimi	Yaşam Doyumu
Görev Yönelimi	1,0000	0,13
Yaşam Doyumu	0,13	1,0000

0,254      p>0,05

Tablo 3' de görüldüğü gibi dağcılık yapanlar açısından değişkenler arası ilişkiler, pearson katsayıları olarak sunulmuştur. Burada, çift uçlu değerlendirme bakımından anlamlılık taşıyan ilişkiler incelendiğinde, görev yönelimli hedefler ile yaşam doyumu (0,254;  $p>0,05$ ) arasında anlamlı bir ilişki görülmemiştir.

Araştırmaya katılan dağcıların korelasyon analizi Tablo 4'de verilmiştir.

**Tablo 4. Değişkenlerin (Ego Yönelimi-Yaşam Doyumu) Korelasyon Tablosu**

Değişkenler	Ego Yönelimi	Yaşam Doyumu
Ego Yönelimi	1,0000	0,11
Yaşam Doyumu	0,11	1,0000
0,352	$p>0,05$	

Tablo 4' de görüldüğü gibi, dağcılık yapanlar açısından değişkenler arası ilişkiler, pearson katsayıları olarak sunulmuştur. Burada, çift uçlu değerlendirme bakımından anlamlılık taşıyan ilişkiler incelendiğinde, ego yönelimli hedefler ile yaşam doyumu (0,352;  $p>0,05$ ) arasında anlamlı bir ilişki görülmemiştir.

### **Tartışma ve Sonuç**

Bu çalışmada, dağcılık sporu yapanlar açısından hedef yönelimi ve yaşam doyumu değişkenlerine bağlı olarak farklı sonuçlara ulaşılması hedeflenmiştir. Dağcılık sporu yapanların görev ve ego yönelimli hedeflerinin yaşam doyumu ile anlamlı bir ilişki görülmemiştir.

Elde edilen bulgulara göre, dağcılık sporu yapanlarda yaşam doyumu ile görev yönelimi arasında belirgin bir ilişki bulunmamıştır. Buna göre, sporcular belirli düzeylerde hem yaşam doyumu, hem de görev ile ilişkili hedef yönelimine sahip görünmektedirler. Literatürde böyle bir yapı için ayrıntılı bulgu bulunmamaktadır. Genelde elit sporcularda ego ile ilişkili hedef yönelimlerinin baskın olduğu, elit olmayanlar ve amatörlerde ise görev ile

ilişkili hedef yöneliminin ağırlıklı olduğu belirtilmiştir (Duda, 1989; Meece, 1991; Duda ve White, 1992).

Nicholls, Cheung, Lauer, ve Patashnick'in (1989) hedef yönelim kuramına göre insanlar, hedeflere ulaşmada başarı hissi elde etmektedirler. Başarı hisleri, hedeflerin başarılmamasının sonucu olarak elde edilir. Hedefin sporcu tarafından başarılmamasına göre değişir. Örneğin; bir dağcı için en yükseğe çıkmak mı, yoksa belli bir yüksekliğe tırmanmak mı daha önemlidir? Maksimum kapasite ile zirveye çıkmak yerine sadece yaşamdan aldığı doyum duygusu ile yükseğe çıkmak sonucu sporcu kendisini ne kadar başarılı hissedecektir? Bu nedenle başarı veya başarısızlık hissi sporcunun hedef yönelimine bağlıdır. Dağcılar için başarı hedefi, hem kendi performansı hem de diğer dağcılarının performanslarıyla karşılaştırıldığında hedef yönelimini belirler. Bu nedenle dağcılık sporunda kazanmak ya da şampiyonluk gibi bir ölçüt olmadığı için yaşam doyumu ile ego ve görev yönelimli hedefler arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Sporcunun yüksek yaşam doyumlu olması, becerisini koruma ve diğer sporculardan üstün olma isteklerini ortaya çıkarabilir. Ancak, yaşamdan yüksek oranda doyum bulanların en fazla performansı gösterdiği düşünülmektedir. Dolayısıyla yüksek yaşam doyumu, yıldız sporcu olmayı ve tanınmışlığı beraberinde getirir. Bu bulgular dağcılık sporu yapanların daha fazla görev ve ego yönelimli hedefler bulgusuyla örtüşmektedir (Papaioannou, 1994; Toros ve Yetim, 2000a, 2000b, 2000c, 2000d). Dağcılar ile ilgili bu yönde bulgulara rastlanmamıştır. Bu bulgular, Duda (1992) ve Walling, Duda ve Chi' nin (1993) elde ettikleri bulgularla paralellik göstermemektedir.

Konuyla ilgili olarak literatür incelenmesinde, aynı kategorilerdeki sporcular ile farklı sporlar dallarında yer alan sporcuların hedef yöneliminin karşılaştırıldığı bir çalışma bulunamamıştır. Fakat, aynı spor dalında farklı kategorilerde sporcuların hedef yönelimi karşılaştırması ile ilgili akademik çalışmalar bulunmaktadır. Carpenter ve Yates (1997) amatör futbolcuların, görev yönelimli hedefler düzeyinin yarı profesyonel futbolculardan daha yüksek olduğunu belirtmişlerdir.

Sporcunun hedef yönelimi ile ilgili diğer bir faktör ise cinsiyettir. Duda (1989)'nın bireysel ve takım sporları yapan, üniversiteli ve liseli sporcular üzerinde yaptığı çalışmada, erkek ve kız öğrencilerin hedef yönelimleri arasında anlamlı bir farklılık ortaya çıkmıştır. Bu



araştırma sonucuna göre, bayanların daha çok görev yönelimli, erkeklerin ise ego yönelimli olduğu belirtilmiştir.

Dağcılar ile ilgili araştırmada ise cinsiyet ayrımı yapılmadığından görev ve ego yönelim ile yaşam doyumu arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

Yine bu çalışmada, ülke koşulları gereği özgün bazı bulgulara da ulaşılmıştır. Bunlardan birincisi, toplulukçu kültürel yapı gereği dağcılarda yarışmacı değil, katılımcı bir karakter özelliği göstermesidir. İkincisi ise, böyle bir kültürel yapı gereği birinin diğerine belirgin bir baskınlık kurmamış olmasıdır. Bunun, rekabet sporu olarak tanımlanmayan dağcılıkta görülmesi beklenen bir durumdur.

Bu araştırmada, başarı güdülenmesinde hedef yönelimleri kuramlarını destekleyen önemli bulgular elde edilmiştir. Sonuç olarak, bir çok faktör yaşam doyumu ve bireyin görev ve ego yönelimi arasındaki ilişkiyi etkileyebilir.

## KAYNAKLAR

- Barnes, J.K., Page, A., & McKenna, J.(1997). Goal orientation and motivational climate of international rowers during training and competition seasons. *Journal of Sport Science*, 15, 70-71.
- Boyd, M.P. (1990). The effects of participation orientation and success-failure on post-competitive affect in young athletes. Yayınlanmamış doktora tezi, *University of Southern California*.
- Csikszentmihalyi, M. (1975). Beyond boredom and anxiety: The experience of play in work and games. San Francisco: Jossey-Bass.
- Csikszentmihalyi, M. (1990). Flow: The psychology of optimal experience. New York: Harper and Row.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.
- Diener, E., Emmons, R.A., Larsen, R.J. & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- Duda, J. L. (1989). Goal perspectives, participation and persistence in sport. *International Journal of Sport Psychology*, 20, 42-56.

- Duda, J. L., (1992). Motivation in sport setting: A goal perspective approach. In Roberts, G. C. (Eds.), *Motivation in sport and exercise* (pp.57-91). *Champaign, Illinois: Human Kinetics*.
- Duda, J.L. (1996). Maximizing motivation in sport and physical education among children and adolescents: The case for greater task involvement. *Quest*, 48, 290-302.
- Duda, J.L. & Chi, L.(1989). The effect of task and ego involving conditions on perceived competence and causal attributions in basketball. *Makale Uygulamalı Spor Psikoloji Birliği*, University of Washington, Seattle, WA, Eylül'de sunulmuştur.
- Duda, J. L., & White, S. A., (1992). Goal orientations and beliefs about the cause of sport success among elite skiers. *The Sport Psychologist*, 6, 334-343.
- Duda, J.L., & Whitehead, J. (1998). Measurement of goal perspectives in the physical domain. In J.L.Duda(Ed.), *Advances in sport and exercise psychology measurement*, s.21-48. Morgantown, WV: Fitness Information Technology, Inc.
- Duda, J.L., Chi, L., Newton, M.L., Walling, M.D., ve Catley, D. (1995). Task and ego orientation and intrinsic motivation in sport. *International Journal of Sport Psychology*, 26,40-63.
- Emmons, R.A.(1986). Personal strivings: An approach to personality and subjective well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1058-1068.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (1998). *Kültürel psikoloji: Kültür bağlamında insan ve aile*. İstanbul: Yapı ve Kredi Yayınları.
- Kluckhohn, C.& Murray, H.A. (1953). Outline of a conception of personality. In C. Kluckhohn, H.Murray & D.Schneider (Eds.). *Personality in nature, society and culture* (2.ed). NewYork: Knopf
- Lewin, K. (1935). *A dynamic theory of personality*. NewYork: Mc Graw-Hill.
- Maehr, M.L. ve Nicholls, J.G.(1980). Culture and achievement motivation: A second look. In N. Warren(Ed.), *Studies in cross-cultural psychology*, s.221-267. New York: Academic Press.
- Meece, J. L., (1991). The classroom contest and students' motivational goals, *Advances in Motivational and Achievement*, 7, 261-258.
- Michalos, A. (1985). Multiple discrepancies theory(MDT). *Social Indicators Research*, 16, 347-413.

Toros, T., Akyüz, U., Bayansalduz, M., Soyer, F., "Görev ve ego yönelimli hedeflerin yaşam doyumu ile ilişkisinin incelenmesi (dağcılık sporu yapanlarla ilgili bir çalışma)" *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi* [Bağlantıda]. 7:2. Erişim: <http://www.insanbilimleri.com>

- Nicholls, J.G. (1984). Achievement motivation: Concepts of ability, subjective experience, task choice and performance. *Psychological Review*, 91, 329-346.
- Nicholls, J.G. (1989). The competitive ethos and democratic education. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Papaioannou, A., (1994). Development of a questionnaire to measure achievement orientation in physical education. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 65, 11-20.
- Pervin, L.A. (1983). The static and flow of behavior: Toward a theory of goals. In M.M. Page (Ed), Nebraska Symposium on Motivation (Vol.30), s.1-53. Lincoln: University of Nebraska Press.
- Roberts, G. C., & Ommundsen, Y., (1996). Effect of goal orientation on achievement beliefs, cognition and strategies in team sport. *Scandinavian Journal of Medicine and Science on Sport*, 6, 46-56.
- Ryan, R.M., Sheldon, K.M., Kasser, T. & Deci, E.L. (1996). All goals are not created equal: An organismic perspective on the nature of goals and their regulation. In P.M. Gollwitzer & J.A. Barg (Eds.), *The psychology of action: Linking cognition and motivation to behavior*, s.7-47. New York: Guilford.
- Seifriz, J.J., Duda, J.L. & Chi, L. (1992). The relationship of perceived motivational climate intrinsic motivation and beliefs about success in basketball. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 14, 375-391.
- Solmon, M. A., & Boone, J., (1993). The impact of student goal orientation in physical education classes. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 64, 418-424.
- Toros, T. & Yetim, Ü. (2000a). Sporda algılanan motivasyonel (güdüsel) iklim ölçeğinin Türk sporcuları için uyarlama ön çalışması. *Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi*. 11-13 Mayıs, İstanbul.
- Toros, T. & Yetim, Ü. (2000b). İkinci ligde oynayan erkek basketbolcularda hedef yönelimi ve güdüsel (motivasyonel) iklimin yaşam doyumu ile ilişkisi. *X. Ulusal Psikoloji Kongresi*, 19-22 Eylül, İzmir.
- Toros, T. & Yetim, Ü. (2000c). Sporda hedef belirlemenin penaltı atışlarına etkisi. *Ege Üniversitesi, II. Futbol ve Bilim Kongresi*, 17 Ekim, İzmir.

Toros, T., Akyüz, U., Bayansalduz, M., Soyer, F., "Görev ve ego yönelimli hedeflerin yaşam doyumu ile ilişkisinin incelenmesi (dağcılık sporu yapanlarla ilgili bir çalışma)" *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi* [Bağlantıda]. 7:2. Erişim: <http://www.insanbilimleri.com>

---

- Toros, T. & Yetim, Ü. (2000d). Elit bayan basketbolcularda hedef yönelimi ve güdüsel (motivasyonel) iklimin yaşam doyumu ile ilişkisi. *Hacettepe Spor Bilimleri Kongresi*, 3-5 Kasım, Ankara.
- Toros, T. (2001). Elit ve elit olmayan erkek basketbolcularda hedef yönelimi, güdüsel iklim ve hedeflerin özgünlük güçlük derecesi özelliklerinin yaşam doyumuna etkisi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Mersin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Walling, M. D., Duda, J. L., & Chi, L., (1993). The perceived motivational climate in sport questionnaire: construct and predicative validity. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 15, 172-183.
- Yetim, Ü. (1991). Kişisel projelerin organizasyonu açısından yaşam doyumu. Yayınlanmamış doktora tezi. Ege Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Yetim, Ü. (1993). Life satisfaction: A study based on the organization of personal projects. *Social Indicators Research*, 29, 277-289.