

# “Sporcu Tükenmişlik Ölçeği”nin Türkçe Uyarlaması

## The Turkish Adaptation Of “Athlete Burnout Questionnaire”

Araştırma Makalesi

Selen KELECEK, <sup>2</sup>Feyza Meryem KARA, <sup>3</sup>F. Zişan KAZAK ÇETİNKALP, <sup>4</sup>F. Hülya AŞÇI

1Başkent Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Spor Bilimleri Bölümü  
2Kırıkkale Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi  
3Ege Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi  
4Marmara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

### ÖZ

Bu çalışmanın amacı, Raedeke ve Smith (2001) tarafından geliştirilen “Sporcu Tükenmişlik Ölçeği”nin Türkçe versiyonunun geçerliliği ve güvenilirliğinin test edilmesidir. Bu amaç doğrultusunda “Sporcu Tükenmişlik Ölçeği” 79 kadın, 128 erkek olmak üzere toplam 207 (Ort<sub>yaş</sub>: 20.57 ± 3.62) sporcuya uygulanmıştır. Sporcu Tükenmişlik Ölçeği 15 madde ve 3 alt boyuttan (Azalan Başarı Hissi, Duygusal/Fiziksel Tükenme ve Duyarsızlaşma) oluşmaktadır ve 5’li Likert tipinde değerlendirilmektedir. Verilerin analizinde, yapı geçerliliğine ilişkin olarak doğrulayıcı faktör analizi (DFA) ve iç tutarlılığın belirlenmesi için ise Cronbach Alfa güvenilirlik analizi kullanılmıştır. Bununla birlikte, Sporda Güdülenme Ölçeği ve Kendini Fiziksel Algılama Envanteri ile yakınsak geçerlik; Maslach Tükenmişlik Ölçeği ile eş zamanlı geçerlik test edilmiştir. Yapı geçerliliğine ilişkin bulgular, orijinal anketin üç faktör yapısıyla

### ABSTRACT

The aim of this study was to examine the validity and reliability of Turkish version of the Athlete Burnout Questionnaire (ABQ) which has been developed by Raedeke and Smith (2001). Scale was completed by 207 athletes (79 female, 128 male) with a mean of age 20.57 ± 3.62 years. ABQ consists of 15 items assigned to 3 subscales (Reduces Sense of Accomplishment, Emotional/Physical Exhaustion and Devaluation). Construct validity was evaluated by confirmatory factor analysis. The Internal consistency of the scale was determined by Cronbach alpha. Beside, Sport Motivation Scale and Physical Self Perception Profile were administered for testing convergent validity; Maslach Burnout Questionnaire was used to test concurrent validity. Findings of final Turkish version of ABQ (13 items) regarding the construct validity of the scale were rather consistent with the original scale’s three-factor structure [SB- $\chi^2$  (df = 66) = 185.70, RMSEA = .06, SRMR = .05, NFI = .92,

tutarlıdır [SB- $\chi^2$  (df = 66) = 185.70, RMSEA = 0.06, SRMR = 0.05, NFI = 0.92, NNFI = 0.94, CFI = 0.96, GFI = 0.92]. İç tutarlık katsayılarının ise 0.75 ile 0.87 arasında değiştiği belirlenmiştir. Eş zamanlı geçerlik için yapılan analiz sonucunda Sporcu Tükenmişlik Ölçeği alt boyutları ile Maslach Tükenmişlik Ölçeği'ne ait alt boyutlar arasındaki korelasyon değerlerinin anlamlı olduğu görülmüştür ( $p < .01$ ). Yakınsak geçerlik analizi için ele alınan içsel güdülenme, güdülenmeme ve sportif yeterlik alt boyutları ile Sporcu Tükenmişlik Ölçeği'nin alt boyutları arasındaki ilişkinin de anlamlı olduğu ( $p < .01$ ); ancak dışsal güdülenme alt boyutu ile anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür ( $p > .01$ ). Bulgular Sporcu Tükenmişlik Ölçeği'nin Türkçeye uyarlamasının sporcuların hangi boyutlarda tükenme yaşadıklarını belirlemek için yeterli düzeyde psikometrik özelliklere sahip olduğunu göstermiştir.

#### Anahtar Kelimeler

*Tükenmişlik ölçeği, Sporcu, Geçerlik, Güvenirlilik*

## GİRİŞ

Tükenmişlik olgusu ilk olarak 1974 yılında Freudenberg tarafından ortaya atılmıştır. Freudenberg (1974), yoğun çalışma temposunda kendinde ve diğer çalışanlarda meydana gelen bir takım değişiklikleri fark etmiş ve psikososyal bir yapı olarak etkililiği ve verimliliği olumsuz yönde etkilediğini düşündüğü bu kavram üzerinde araştırma ve gözlem yapmaya başlamıştır. Sözlük anlamı ile tükenmişlik "başarısız olmak, yorulmak, ya da enerji, kuvvet veya kaynaklardaki aşırı talep doğrultusunda tükenmiş hale gelme" demektir (Eklund ve Cresswell, 2007). Tükenmişlik, farklı araştırmacılar (örneğin, Freudenberg ve Richelson; Maslach; Pines, Aronson ve Kafry) tarafından bireyin gerçekliğe zit olan hedefi başarmaya olan bağlılığının baskısı sonunda oluşan zihinsel, duygusal ve fiziksel tükenme durumu şeklinde tanımlanırken; Fender tükenmeye en yakın bireylerin çok uzun süre çok yoğun çalışan ve kendilerini fazlasıyla işlerine adanmış bireyler olduğunu belirtmiştir (Henschen, 1992'de belirtildiği gibi). Daha sonra, Maslach insan merkezli meslek dalları çalışanlarında da aynı olguyu gözlemlemiş, aynı zamanda da yaygınlaşan ve farklı alanlarda çalışan bireylerde

NNFI = .94, CFI = .96, GFI = .92]. Internal consistency coefficients were ranged between 0.75 and 0.87. Results on concurrent validity revealed a significant correlation found between Athlete Burnout Questionnaire and Maslach Burnout Questionnaire ( $p < .01$ ). Furthermore, the convergent validity results indicated a significant relationship found between subscales of Athlete Burnout Questionnaire and intrinsic motivation, amotivation and sport competence subscales ( $p < .01$ ); but no significant relationship was found between ABQ and extrinsic motivation ( $p > .01$ ). The psychometric properties of the Turkish version of Athlete Burnout Questionnaire showed that the instrument is a valuable additional measure for the determination of athletes' burnout levels in Turkey.

#### Key Words

*Burnout questionnaire, Athlete, Reliability, Validity*

ortaya çıkabilen bu durumu bir *sendrom* olarak nitelendirmiştir (Eklund ve Cresswell, 2007'de belirtildiği gibi). Son olarak Maslach ve Jackson (1981) tarafından "insan odaklı iş yapan bireylerde sıklıkla meydana gelen duygusal çöküntü ve kötümserlik sendromu" olarak tanımlanan tükenmişlik kavramı; bireyin düşünce ve davranışlarına etki ettiğinden, bireylerin yaşamlarında önemli bir yere sahiptir.

Tükenmişlik kavramı Freudenberg (1974) tarafından ortaya atılıp, Maslach ve Jackson (1981) tarafından bu kavrama özel bir ölçüm aracı geliştirildiğinden bu yana, farklı alanlarda incelenmiş ve tükenmişliğin bireyin yaşamına etkileri ortaya konmaya çalışılmıştır. Örneğin, yapılan çalışmalarda tükenmişliğin iş-aile çatışmasını, yalnızlık (Selçukoğlu, 2001) ve depresyonu (Govardhan ve diğ., 2012) arttırdığı; yaşam doyumu (Selçukoğlu, 2001), iş doyumu (Govardhan ve diğ., 2012; Kılıç ve Yazıcı, 2012) ve yaşam kalitesini (Suner-Soler ve diğ., 2013) olumsuz etkilediği; bununla birlikte bilişsel fonksiyonlarda (Castaneda ve diğ., 2011) bozulmaya neden olduğu bulunmuştur.

Diğer yaşam alanlarında olduğu gibi spor ortamında da, bireylerin zamanla değişen davranışlarını açıklamak ve bunların nedenlerini belirlemek için araştırmacılar tükenmişlik kavramını ele alıp irdelemişlerdir. Spor ortamında tükenmişlik, bireylerin bir aktiviteye uzun süreli ve yoğun katılımından kaynaklanan fiziksel ve psikolojik bedel olarak tanımlanır (Raedeke ve Smith, 2001). Eades'e göre ise tükenmişlik "sporcunun antrenman ve yarışma kaynaklı kronik strese tepki olarak, duygusal ve fiziksel bitkinlik, diğer bireylere karşı insancıl olmayan tutum, diğerleri tarafından dışlanma duygusu, sportif başarı/performansta düşüş, sporun birey için anlamını yitirmesi, duyarsızlaşma, rol karmaşası ve rol belirsizliği ile oluşan, spora katılımın bırakılması ile sonuçlanabilen psikofizyolojik sendrom"dur (Raedeke ve Smith, 2001'de belirtildiği gibi).

Sporcuların, fizyolojik ve psikolojik açıdan mesleklerini devam ettirmelerinde önemli bir yere sahip olan tükenmişlik kavramının değerlendirilmesi için Raedeke ve Smith (2001), Maslach ve Jackson (1981)'in tükenmişlik ölçeğinden yola çıkarak "Sporcular İçin Tükenmişlik Ölçeği"ni geliştirmişlerdir. Raedeke ve Smith (2001)'e göre tükenmişlik kavramı üç alt boyuttan oluşmaktadır. Bunlar; bireyin işi ile ilgili etkili çalışma yeteneğine karşı olumsuz tutumunu ifade eden "azalan başarı hissi", strese bağlı değişken olarak tanımlanan "duygusal/fiziksel tükenme" ve bireyin işine karşı negatif tutum ve duygu gelişimini ifade eden "duyarsızlaşma"dır. Tükenmişlik kavramının spor psikolojisinde de ele alınmaya başlanması ile beraber, araştırmacılar "Sporcu Tükenmişlik Ölçeği"nin geçerlik ve güvenilirliğini farklı örneklem grupları üzerinde test etmişlerdir. Örneğin, Raedeke ve Smith (2001), "Sporcu Tükenmişlik Ölçeği"nin geçerliği ve güvenilirliğini Amerikalı sporcularda test ederken; Cresswell ve Eklund (2006) Yeni Zelandalı; Lemyre ve diğ. (2008) Norveçli; Arce ve diğ. (2012) İspanyol; Isoard-Gauthier ve diğ. (2010) ise Fransız sporcularda sınımıştır. Yeni Zelanda, Norveç, İspanya ve Fransa örneklemelerinde yapılan uyarlama çalışmalarının, orijinal ölçeğin faktör yapısı ve madde sayısı ile benzerlik gös-

terdiği görülmüştür. Öte yandan, Çin örneğinde yapılan uyarlama çalışmasında ölçeğin faktör yapısı ile orijinal ölçekle benzerlik göstermekle birlikte, madde sayısının 15'ten 11'e indiği görülmüştür (Chen ve Kee, 2008).

Sporcu ortamında yapılan tükenmişlik çalışmaları, sporcuların tükenmişlik düzeylerinin artmasının; güdülenme düzeylerinin azalmasına (Gustafsson ve diğ., 2008; Lemyre ve diğ., 2007; Lonsdale ve diğ., 2009), kaygı düzeylerinin artıp, öz-güvenlerinin azalmasına (Cremades ve diğ., 2011), stres düzeylerinde artışa (Tabei ve diğ., 2012) ve umutsuzluğa kapılmalarına (Gustafsson ve diğ., 2010) neden olduğunu göstermektedir. Bunun yanında ego yönelimli (Isoard-Gauthier ve diğ., 2013), takıntılı tutkunculığa sahip (Gustafsson ve diğ., 2011) ve mükemmeliyetçi bireylerin (Appleton ve diğ., 2009; Chen ve diğ., 2009; Hill ve Appleton, 2011; Hill ve diğ., 2010) tükenmişlik düzeylerinin daha yüksek olduğu da yapılan araştırmalarda belirtilmiştir.

Tükenmişlik kavramının son zamanlarda popüler olan konular arasında yer alması ve özellikle ülkemizde bu kavram ile ilgili çalışmanın az olması bu çalışmaya yön vermiştir. Ülkemizde hemşire, doktor, öğretmen ve antrenör gibi farklı meslek grupları ile çalışılan tükenmişlik kavramını sporcular ile de çalışılması ve sporcular için geliştirilen ölçeğin Türkçe uyarlamasının yapılması spor psikolojisi literatürüne katkı sağlayacaktır. Bu doğrultuda bu çalışmanın amacı "Sporcular İçin Tükenmişlik Ölçeği (Raedeke ve Smith, 2001)"nin Türk sporcular için geçerlik ve güvenilirliğinin test edilmesidir. Geçerlik çalışması kapsamında ölçeğin faktör yapısının, eş zaman ile yakınsak geçerliğinin sınanması amaçlanmıştır.

Sporcu Tükenmişlik Ölçeği kullanılarak yapılan çalışmalarda, tükenmişlik kavramının farklı yapılar ile olan ilişkisi de ortaya konmuştur. Bu amaç kapsamında ilgili alan yazın incelendiğinde sporcularda tükenmişlik kavramının negatif duygu durumları ile pozitif, olumlu duygu durumu ya da psikolojik özelliklerle negatif ilişkili olduğu görülmüştür. Yapılan araştırmalarda sporcularda bilişsel ve bedensel kaygı (Crema-

des ve diğ., 2011), takıntılı tutkunluk (Gustafsson ve diğ., 2011), takım içi çatışmalar (Smith ve diğ., 2010) ve sürantrenman (Lemyre ve diğ., 2007) gibi olumsuz yapıların tükenmişlik ile pozitif; güdülenme (Gustafsson ve diğ., 2008; Lemyre ve diğ., 2007; Lonsdale ve diğ., 2009; DeFreese ve Smith, 2013), uyumlu tutkunluk (Curran ve diğ., 2011), öz-güven (Cremades ve diğ., 2011), takım arkadaşları tarafından sevildiğini, değerli olduğunu hissetme ve destek görme (Smith ve diğ., 2010; DeFreese ve Smith, 2013) gibi olumlu yapıların ise tükenmişlik ile negatif ilişkili olduğu belirtilmiştir. Bu bağlamda, alan yazın ışığında (Raedeke ve Smith, 2001; Cresswell ve Eklund, 2006; Isoard-Gautheur ve diğ., 2010), yakınsak geçerlik çerçevesinde ele alınan kavramların yapıları göz önünde alındığında; sporcuların tükenmişlik düzeylerinin, güdülenme düzeyleri (içsel ve dışsal güdülenme) ve sportif yeterlik algıları ile negatif; güdülenmeme düzeyleri ile de pozitif ilişkili olması beklenmektedir.

## YÖNTEM

**Örnekleme:** Tükenmişlik ölçeğinin geçerlik ve güvenilirliği 2012 - 2013 sezonunda Ankara'da yer alan spor kulüplerinde lisanslı olarak Süper Lig ve 1. Liglerde oynayan profesyonel sporcular üzerinde sınanmıştır. Çalışmaya 79 kadın ( $Ort_{yaş}: 21.67 \pm 3.59$ ), 128 erkek ( $Ort_{yaş}: 19.88 \pm 3.49$ ) toplam 207 sporcu ( $Ort_{yaş}: 20.57 \pm 3.62$ ) gönüllü olarak katılmıştır. Farklı spor branşları (futbol, basketbol, voleybol, hentbol ve tenis) ile uğraşan sporcuların ortalama spor deneyimi  $85 \pm 43.12$  aydır.

## Veri Toplama Araçları

**Sporcu Tükenmişlik Ölçeği:** Sporcu Tükenmişlik Ölçeği, Raedeke ve Smith (2001) tarafından sporcuların tükenmişlik düzeylerini belirlemek için geliştirilmiştir. Tükenmişlik ölçeği, "Azalan Başarı Hissi", "Duygusal/Fiziksel Tükenme" ve "Duyarsızlaşma" olmak üzere 3 alt boyuttan oluşmaktadır. Her alt boyut 5 madde ile değerlendirilmekte ve ölçek toplamda 15 maddeden oluşmaktadır. Alt boyutlardan alınan ortalama puanların artması, bireylerin tükenmişlik duygu-

sunu daha çok yaşadıkları anlamına gelmektedir. "Sporcu Tükenmişlik Ölçeği"ne ait Cronbach's Alpha ( $\alpha$ ) değerleri *Duygusal/Fiziksel Tükenme* alt boyutu için 0.88; *Azalan Başarı Hissi* alt boyutu için 0.84 ve *Duyarsızlaşma* alt boyutu için 0.87 olarak bulunmuştur (Raedeke ve Smith, 2001). Bir (Hiçbir Zaman) ile 5 (Her Zaman) arasında değişen 5'li Likert tipinde değerlendirilen sporcu tükenmişlik ölçeğine ait üç alt boyutun madde örnekleri aşağıda verilmiştir (Raedeke ve Smith, 2001).

### *Duygusal/Fiziksel Tükenme:*

"Spor yapmaktan dolayı kendimi aşırı yorgun hissediyorum."

"Sporun zihinsel ve fiziksel gerekliliklerinden dolayı tükendim."

### *Azalan Başarı Hissi:*

"Sporda çok şeyi başaramıyorum."

"Ne yaparsam yapayım olması gereken performansı göstermiyorum gibi geliyor."

### *Duyarsızlaşma:*

"Sporda harcadığım çabayı başka şeyler yapmaya harcasam daha iyi olurdu."

"Spora karşı olumsuz hislerim var."

**Maslach Tükenmişlik Ölçeği:** Maslach ve Jackson (1981) tarafından bireylerin yaptıkları işe olan tükenmişlik düzeylerini belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek; "duygusal tükenme" (9 madde), "duyarsızlaşma" (5 madde) ve "kişisel başarı" (8 madde) olmak üzere toplam üç alt boyut ve 22 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin Türkçe geçerlik güvenirlik çalışması Çam (1993) tarafından yapılmıştır. Çam (1993) tarafından yapılan uyarılama çalışmasında Cronbach alfa güvenirlik katsayısının duygusal tükenme alt boyutu için 0.89, duyarsızlaşma alt boyutu için 0.71, kişisel başarı alt boyutu için 0.72 olarak belirtilmiştir. Bu çalışmadaki 207 sporcu için yapılan analiz sonuçlarına göre ölçeğin Cronbach alfa güvenirlik katsayısının duygusal tükenme alt boyutu için 0.86, kişisel başarı alt boyutu için 0.67, duyarsızlaşma alt boyutu için ise 0.67 olduğu saptanmıştır.

**Sporda Güdülenme Ölçeği (SGÖ):** Pelletier ve diğ. tarafından (1995) Deci ve Ryan'ın kura-

mına dayanarak geliştirilmiştir. SGÖ'nin amacı, spor ortamında kişinin içsel, dışsal güdülenme ve güdülenmeme düzeyini belirleyerek bireyin güdülenmesinin kaynağını ortaya koymaktır (Kazak, 2004). Sporda Güdülenme Ölçeği değerlendirilmenin 7 seviyeye göre yapıldığı 28 madde ve 7 alt ölçek içerir. Bu alt ölçekler: bilmek, başarmak ve uyarın yaşamak için içsel güdülenme, dışsal düzenleme, içeatım, özdeşim ve güdülenmemedir. Ölçeğin Türk sporcuları için geçerlik ve güvenilirlik çalışması Kazak (2004) tarafından yapılmıştır. Kazak (2004)'ın çalışmasında Türkçe versiyonunda orijinal ölçekte iki ayrı alt boyut olarak yer alan bilmek ve başarmak için içsel güdülenme tek alt boyut olarak bulunmuştur. Bu çalışma kapsamında ilgili ölçeğin içsel güdülenme (*bilmek ve başarmak için içsel güdülenme ve uyarın yaşamak için içsel güdülenme*), dışsal güdülenme (*dışsal düzenleme, içeatım ve özdeşim*) ve güdülenmeme alt boyutları ele alınmıştır. Kazak (2004) ölçeğin Türkçe uyarılma çalışmasında alt boyutlara ait iç tutarlık katsayılarının bilmek ve başarmak için içsel güdülenme, uyarın yaşamak için içsel güdülenme, dışsal düzenleme, içeatım, özdeşim ve güdülenmeme alt boyutları için sırasıyla 0.88, 0.73, 0.74, 0.82, 0.72 ve 0.70 olarak bulunduğunu ifade etmiştir. Bu çalışma kapsamında, içsel güdülenme (bilmek ve başarmak için içsel güdülenme ve uyarın yaşamak için içsel güdülenme), dışsal güdülenme (dışsal düzenleme, içeatım ve özdeşim) ve güdülenmeme alt boyutları ele alınmıştır. Çalışmaya katılan 207 sporcu için yapılan analiz sonuçlarına göre ölçeğin Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı içsel güdülenme alt boyutu için 0.87, dışsal güdülenme alt boyutu için 0.82, güdülenmeme alt boyutu için ise 0.78 olarak bulunmuştur.

**Kendini Fiziksel Olarak Algılama Envanteri:** Fox ve Corbin (1989) tarafından geliştirilen Kendini Fiziksel Algılama Envanteri (Physical Self Perception Profile), kişinin 4 alt boyut (sporitif yeterlilik, fiziksel kondisyon, vücut çekiciliği, kuvvet) ve genel fiziksel yeterlik boyutunda kendini algılamasını değerlendiren bir envanterdir. Her alt ölçekte 6 madde içeren toplam 30 maddeden oluşan envanterin Türk örnekleme için ge-

çerlik ve güvenilirlik çalışması Aşçı ve diğ. (1999) tarafından yapılmıştır. Envanter, her madde için kişiye iki farklı insanı tanımlayan ifade sunmakta ve kişiden bu farklı gruptan hangisine ne derecede benzediğini belirlemesini istemektedir. Kişi önce, 2 farklı grup insandan hangisine daha çok benzediğine karar verdikten sonra bu benzemenin derecesini "Tam Bana Uygun" veya "Bana Oldukça Uygun" ifadelerini kullanarak yapmaktadır. Maddelerin puanlanması 1 ile 4 arasındadır. "4" yüksek yeterlik "1" ise düşük yeterliği ifade etmektedir. Bu çalışmada 6 madde içeren sporitif yeterlik alt ölçeği kullanılmıştır. Yapılan analiz sonucunda envantere ait bahsi geçen alt ölçeğin bu örneklem için Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı 0.71 olarak belirlenmiştir.

#### **Çeviri Aşaması ve Verilerin Toplanması:**

Ölçeğin çevrilme sürecinde Brislin (1986) tarafından önerilen standart çeviri-geri çeviri yöntemi kullanılmıştır. Ölçek çeviri-geri çeviri yöntemi ile İngilizceden Türkçeye daha sonra tekrar İngilizce çevrilmiştir. Ölçeğin İngilizcesi İngilizce alanında uzman 1, İngilizce bilen spor alanında uzman 3 kişi tarafından Türkçe'ye çevrilmiştir. Elde edilen ölçeklerdeki maddeler birbiri ile karşılaştırılmış ve aynı çeviriye sahip maddeler belirlenmiştir. Aynı ve farklı çeviriye sahip maddeler yeniden kişilere verilerek tekrar İngilizceye çevrilmiştir. Geri çevirisi yapılan ölçek maddeleri, orijinal ölçek maddeleri ile karşılaştırılmış, farklılıklar, hatalar belirlenmiştir. İngilizce çeviri orijinal ölçek ile karşılaştırılarak birbirine en yakın çeviriler ile Türkçe ölçeğin son şekli oluşturulmuştur.

**Verilerin toplanması aşamasında;** araştırmacılar, sporculara ölçekler ve çalışma ile ilgili genel bir bilgilendirme sağlamışlardır. Ölçeklerin tamamlanma süreci araştırmacıların kontrolünde gerçekleştirilmiştir ve ölçekler, çalışmaya katılan sporculara antrenman sonrasında uygulanmıştır. Tüm uygulamanın tamamlanmasının ardından, ölçekler kontrol edilmiş ve eksik veya yanlış doldurulan ölçekler işleme alınmamış, geçerli ve kabul edilebilir nitelikte olan 207 ölçek değerlendirilmiştir.

**Verilerin Analizi:** Sporcu Tükenmişlik Ölçeği'nin geçerliği doğrulayıcı faktör analizi,

eş zamanlı ve yakınsak geçerlik ile incelenmiştir. Sporcu Tükenmişlik Ölçeği'nin geçerliğini test etmek amacı ile ele alınan diğer ölçeklere (Sporda Güdülenme Ölçeği, Kendini Fiziksel Algılama Envanteri ve Maslach Tükenmişlik Ölçeği) ait alt boyutlar ile Sporcu Tükenmişlik Ölçeği alt boyutları arasındaki ilişkileri incelemek için Pearson Çarpım Momentler Korelasyon analizi yapılmıştır. Ölçeğin güvenilirliği hakkında bilgi sahibi olabilmek için Cronbach alfa katsayısı hesaplanmıştır. İlk olarak, uygun analiz metodunu belirleyebilmek amacıyla veri setinin çok değişkenli normallik varsayımına uyup uymadığı hesaplanmıştır. Normal dağılım göstermediği belirlenen veriler, güçlü maksimum olasılık (Robustmaximumlikelihood) metodu ile analiz edilmiştir. Çalışmada maddelerin bir örtük değişken içerisinde en yüksek ölçüm değerleri, yani faktör yük değerini belirleyen yüksek Lambda ( $\lambda_x$ ) değerleri ve her bir gözlenen değişken (madde) ile örtük değişken arasındaki ilişkinin gücünü, diğer bir anlamıyla güvenilirliğini belirleyen yüksek çoklu korelasyonun karesi ( $R^2$ ) değerleri dikkate alınmıştır. Bunun yanında faktör analizinde, Satorra-Bentler ölçeklendirilmiş ki-kare değeri ( $SB-\chi^2$ ), Ortalama hata karekök yaklaşımı (RMSEA; Steiger ve Lind, 1980), Standardize edilmiş ortalama hataların karekökü (SRMR), Karşılaştırmalı uyum indeksi (CFI; Bentler, 1990), Uyum iyilik indeksi (GFI; Jöreskog ve Sörbom, 1989; Tanaka ve Huba, 1984), Normlaştırılmış uyum indeksi (NFI; Bentler ve Bonett, 1980) ve Normlaştırılmamış uyum indeksi (NNFI; Tucker ve Lewis, 1973) gibi uyum indeksleri de incelenmiştir. Uyum indekslerinde, RMSEA ve SRMR değerlerinin 0-0.05 aralığı iyi uyumu, 0.05-0.10 kabul edilebilir uyumu; NNFI ve CFI değerlerinin 0.97-1.00 aralığı iyi uyumu, 0.95-0.97 kabul edilebilir uyumu; NFI ve GFI değerlerinin 0.95-1.00 aralığı iyi uyumu, 0.90-0.95 kabul edilebilir uyumu işaret etmektedir (Schermelleh-Engel ve Moosbrugger, 2003).

## BULGULAR

### Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA)

Sporcu Tükenmişlik Ölçeği'nin yapı geçerliği için ilk olarak ölçeğin orijinal formunda bulunan fak-

törlerin doğrulanması amacıyla DFA uygulanmıştır.

Sporcu Tükenmişlik Ölçeği'ne ait 15 madde-lik ilk ölçüm modelinde 15 hata, 15 faktör yükü, 3 tane de faktörler arası hata varyansı olmak üzere toplam 33 parametre incelenmiş, genel olarak gözlenen değişkenler ve örtük değişken arasında tek yönlü doğrusal ilişkiyi ifade eden parametrelerin istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir (Tablo 1). Her bir gözlenen değişkende örtük değişkeni tarafından açıklanan varyans değerleri incelendiğinde; varyans değerlerinin 0.07 ile 0.78; Lambda değerlerinin ise 0.26 ile 0.89 arasında değiştiği saptanmıştır. Gizir ve Gizir (2005), 0.20'den küçük olan  $R^2$  değerlerini düşük ölçüm değerleri olarak; Çalık ve Kurt (2010) ve Kabakçı ve Owen (2010) ise Lambda ( $\lambda$ ) değerlerinin değerlendirilmesinde 0.30 ve üstü maddeleri kabul edilir maddeler olarak kabul etmişlerdir. Bu çalışmada da 0.20'den küçük olan  $R^2$  ve 0.30 ve üstü Lambda ( $\lambda$ ) değerlerine sahip olmayan maddelerin modelden çıkarılarak yeniden test edilme yolu izlenmiştir. Buna göre "Azalan Başarı Hissi" alt boyutuna ait madde 1 ve "Duyarsızlaşma" alt boyutuna ait madde 11, yukarıda bahsedilen koşulları sağlamadığından dolayı modelden çıkartılmış ve 13 maddelik haliyle model yeniden test edilmiştir.

İlgili ölçeğe ait 13 maddelik ikinci ölçüm modelinde 13 hata, 13 faktör yükü, 3 tane de faktörler arası hata varyansı olmak üzere toplam 29 parametre incelenmiş, genel olarak gözlenen değişkenler ve örtük değişken arasında tek yönlü doğrusal ilişkiyi ifade eden parametrelerin istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir (Tablo 2). Her bir gözlenen değişkende örtük değişkeni tarafından açıklanan varyans değerleri incelendiğinde; varyans değerlerinin 0.29 ile 0.79; Lambda değerlerinin ise 0.54 ile 0.89 arasında değiştiği saptanmıştır. 2. modelde Modele ilişkin  $\lambda_x$ , t ve  $R^2$  değerleri incelendiğinde Sporcu Tükenmişlik Ölçeği'ne ait ölçüm modelinde en yüksek katkıyı 8. maddenin, en düşük katkıyı 14. maddenin sağladığı görülmektedir. Model uyumu için parametre tahminlerinin ardından model uyum indekslerine bakıldığında, 2. mode-

**Tablo 1.** "Sporcu Tükenmişlik Ölçeği"ne ait modellere ilişkin parametre tahminleri

Madde	1. Model (15 madde)			2. Model (13 madde)		
	$\lambda_x$	R2	t	$\lambda_x$	R2	t
1	0.26	0.07	3.26	-	-	-
5	0.69	0.48	11.62	0.70	0.49	11.73
7	0.64	0.41	9.40	0.64	0.41	9.35
13	0.76	0.58	12.22	0.75	0.56	11.73
14	0.56	0.31	7.17	0.54	0.29	6.68
2	0.58	0.33	8.84	0.58	0.33	8.79
4	0.64	0.41	10.88	0.64	0.41	10.84
8	0.89	0.78	23.89	0.89	0.79	23.78
10	0.77	0.59	14.07	0.77	0.59	14.05
12	0.86	0.74	18.32	0.86	0.74	18.29
3	0.71	0.50	13.53	0.71	0.50	13.61
6	0.76	0.58	14.38	0.76	0.58	14.21
9	0.80	0.64	18.33	0.80	0.65	18.36
11	0.39	0.16	5.69	-	-	-
15	0.72	0.51	11.02	0.72	0.52	11.09

**Tablo 2.** Hipotez edilen modeller için uyum indeks değerleri

Model	İndeksler							
	aSB- $\chi^2$	sd	RMSEA (90 % GA)	SRMR	NFI	NNFI	CFI	GFI
1. Model (15 madde)	162.605	87	0.07 (0.05; 0.08)	0.06	0.88	0.92	0.93	0.90
2. Model (13 madde)	107.275	62	0.06 (0.04; 0.08)	0.05	0.92	0.94	0.96	0.92

lin uygunluğu için S-B  $\chi^2/sd = 107.275/62 = 1.73$  olarak hesaplanmıştır.  $\chi^2$  değerinin serbestlik derecesine oranının 3'den küçük olması mükemmel uyumu göstermektedir (Hair ve diğ. 2006). Diğer uyum iyiliği indeks değerleri ise kabul edilebilir uyum aralıklarında bulunmuştur.

### Eş Zamanlı (Concurrent) Geçerlik

Eş zamanlı geçerlik, ölçme aracından elde edilen toplam puanlar ile daha önceden geliştiril-

miş ve geçerliği kanıtlanmış aynı özellik ya da özellikleri ölçen başka bir ölçme aracından elde edilen toplam puanlarla arasındaki ilişkiyi inceleme esasına dayanır (Erkuş, 2013; Büyüköztürk, 2014). Sporcu Tükenmişlik Ölçeği'nin eş zamanlı geçerliğini değerlendirmek amacıyla ölçeğe ait "Azalan başarı hissi, Duygusal/Fiziksel Tükenme ve Duyarsızlaşma" alt boyutları, Maslach Tükenmişlik Ölçeği'ne ait kişisel başarı, duygusal tükenme ve duyarsızlaşma alt boyutları arasın-

**Tablo 3.** Sporcu Tükenmişlik Ölçeği alt boyutları ile Maslach Tükenmişlik Ölçeği'ne ait alt boyutlar arasındaki korelasyon değerleri.

		Maslach Tükenmişlik Ölçeği		
		Kişisel Başarı r	Duygusal Tükenme r	Duyarsızlaşma r
Sporcu Tükenmişlik Ölçeği	Azalan Başarı Hissi	-0.31**	0.48**	0.32**
	Duygusal/Fiziksel Tükenme	-0.21**	0.43**	0.33**
	Duyarsızlaşma	-0.24**	0.52**	0.46**

\*\*p&lt;.01

daki korelasyonlar değerlendirilmiştir. Sporcu Tükenmişlik Ölçeği alt boyutları ile Maslach Tükenmişlik Ölçeği'ne ait alt boyutlar arasındaki korelasyon değerleri incelendiğinde, ilişkilerin .01 düzeyinde anlamlı olduğu görülmektedir (Tablo 3).

### Yakınsak (Convergent) Geçerliliği

Sporcu Tükenmişlik Ölçeği'nin yakınsak geçerliliğini belirlemek amacıyla alt boyutları olan "Azalan Başarı Hissi, Duygusal/Fiziksel Tükenme ve Duyarsızlaşma" puanları, Sporda Güdülenme Ölçeği'nin İçsel Güdülenme, Dışsal Güdülenme ve Güdülenmeme alt boyutları, Kendini Fiziksel Algılama Envanteri'nin Sportif Yeterlik alt boyutu puanları arasındaki ilişkiler Pearson Çarpım Momentler Korelasyon analizi ile incelenmiştir (Tablo 4).

Elde edilen sonuçlara göre (Tablo 4), Güdülenmeme ile Azalan Başarı Hissi, Duygusal/

Fiziksel Tükenme ve Duyarsızlaşma alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif bir ilişki bulunmuştur. İçsel Güdülenme ve Sportif Yeterlik ile Azalan Başarı Hissi, Duygusal/Fiziksel Tükenme ve Duyarsızlaşma alt boyutları arasında ise istatistiksel olarak anlamlı ancak negatif ilişki bulunmuştur. Dışsal Güdülenme ile Sporcu Tükenmişlik Ölçeği'nin alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

### İç Tutarlık

Ölçek maddelerinin birbirleri ile ilişkili olarak aynı yapıyı ölçüp ölçmediğinin bir göstergesi olan iç tutarlık, Cronbach alfa katsayısı hesaplanarak değerlendirilmiştir. Buna göre, ölçeğe ait Cronbach alfa katsayılarının Duygusal/Fiziksel Tükenme (5 madde) alt boyutu için 0.87, Azalan Başarı Hissi (4 madde) alt boyutu için 0.75, Duyarsızlaşma (4 madde) alt boyutu için ise 0.83 olduğu belirlenmiştir.

**Tablo 4.** Sporcu Tükenmişlik Ölçeği alt boyutları ile Sporda Güdülenme Ölçeği alt boyutları, Kendini Fiziksel Algılama Envanteri'nin Sportif Yeterlik alt boyutu arasındaki korelasyon değerleri.

	Azalan Başarı Hissi r	Duygusal/Fiziksel Tükenme r	Duyarsızlaşma r
Güdülenmeme	0.41**	0.55**	0.60**
İçsel Güdülenme	-0.23**	-0.26**	-0.35**
Dışsal Güdülenme	-0.08	-0.09	-0.13
Algılanan Sportif Yeterlik	-0.27**	-0.23**	-0.33**

\*\*p &lt; .01



## TARTIŞMA

Bu çalışma, Raedeke ve Smith (2001) tarafından geliştirilen Sporcu Tükenmişlik Ölçeği'nin Türkçe versiyonunun geçerliliğini ve güvenilirliğini test etmek amacı ile yapılmıştır.

Yapılan DFA analizi sonucunda üç faktör yapısı belirlenmiştir. Belirlenen faktör yapısının, orijinal ölçek ve farklı araştırmacılar (Arce ve diğ., 2012; Cresswell ve Eklund, 2006; Isoard-Gautheur ve diğ., 2010; Lemyre ve diğ., 2008; Raedeke ve Smith, 2001) tarafından yapılan çalışmalarda elde edilen faktör yapıları ile aynı olduğu görülmüştür. Diğer bir deyişle, Sporcu Tükenmişlik Ölçeği Türkçe uyarlamasının, orijinal model ve farklı kültür uyarlamaları ile iyi uyum gösterdiği saptanmıştır. Faktörler altında yer alan maddelerin tümü orijinal ölçekteki faktörlere uygun bir dağılım göstermekle birlikte, ölçekte yer alan iki madde yeterli faktör yük değerlerine sahip olmadığı için Türkçe formundan çıkarılmıştır. Bu maddeler, Azalan Başarı Hissi alt boyutunda yer alan madde 1 (Sporda değerli olan pek çok şeyi başarıyorum) ve Duyarsızlaşma alt boyutunda yer alan madde 11 (Sporda başarılı olma konusunda eskiye göre daha az endişeleniyorum)'dir.

Ölçeğin Türkçe formundaki bu farklılığın, kültürel ve bireysel farklılıklardan kaynaklanmış olabileceği düşünülmektedir. Örneklem grubundaki sporcuların, mesleklerindeki etkili çalışma algılarına karşı olumsuz tutumunu ifade eden "azalan başarı hissi" alt boyutunda yer alan madde 1'e verdikleri cevapların, spor ortamında önem verilen olguların (bireysel başarı ya da takım başarısı, kazanma ya da oyunun kalitesi, taktiği uygulayabilme, oyun analizi, maaş, adil/dürüst oyun... vb) benzer olmaması nedeni ile farklılaştığı ve buna paralel olarak da değer algılarının farklı olmasından kaynaklanmış olabileceği düşünülmektedir. Bununla birlikte, çalışılan antrenörlerin spora ilişkin değerlerinin farklı olması ve sporcuya isteyerek ya da istemeden bu değerleri empoze edişi, spor kulüplerinde, federasyonlarda hatta daha geniş bir çerçeve ile ülkede hâkim olan spor kültürünün örtük öğretileri, gerek yönetsel gerekse bireysel olarak fark-

lı bakış açıları ile sporu farklı anlamlandırmanın, bu bağlamda da sporcuların "değer" kavramlarının farklı olmasının, ilgili maddede bireylerce ortak anlamlılık yaratmadığı düşünülmektedir. Benzer şekilde, ölçeğin Türkçe versiyonunda madde 11'in, bireyin işine karşı negatif tutum ve duygu gelişimini ifade eden "duyarsızlaşma" alt boyutunu desteklemediği görülmüştür. Bunun sebebinin, sporcuların "başarı"yı tanımlamasındaki farklılıklar, zaman ve deneyim ile birlikte başarı tanımının da değişmesi ve sporcunun başarı ya da başarma kavramı üzerindeki antrenör, aile ve sosyal çevrenin etkilerinin olabileceği düşünülmektedir. Buna ek olarak, sporcuların henüz hedeflerini gerçekleştirmemiş olmaları, mesleki deneyimleri arttıkça kendi başarı kriterlerinin de değişmesiyle farklı güdülere sahip olmaları ve başarıya ulaşmak için çabaladıkları da söylenebilir. Bu değişkenler kapsamında sporcuların içinde buldukları toplumun ve spor yapısının farklı olması, sporcuların mesleki başarıları ve mesleki tatminlerinin çok benzer olmaması, ilgili maddede ortak bir çoğunluk sağlanamamış olmasının nedeni olmuş olabilir.

Sporcu Tükenmişlik Ölçeği (Raedeke ve Smith, 2001), Maslach ve Jackson (1981) tarafından geliştirilen "Maslach Tükenmişlik Ölçeği"nden yola çıkılarak geliştirilmiştir. Aynı özellikleri ölçtüğünden ve aynı yapılarla sahip olduklarından bu iki ölçeğin alt boyutları arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Teorik olarak, alt boyutların kapsadığı duygular bazında, Maslach Tükenmişlik Ölçeği'nin başarma hissi üzerinde odaklanan kişisel başarı alt boyutunun Sporcu Tükenmişlik Ölçeği'ne ait tüm alt boyutlar (azalan başarı hissi, duygusal/fiziksel tükenme ve duyarsızlaşma) ile negatif ilişkide; negatif duygulanım ve negatif tutumlar üzerinde odaklanan duygusal tükenme ve duyarsızlaşma alt boyutlarının ise Sporcu Tükenmişlik Ölçeği'nin tüm alt boyutları ile pozitif ilişkide olacağı düşünülmüştür. Türkçe uyarlamasının geçerliliği kabul edilen Maslach Tükenmişlik Ölçeği'nin alt boyutları ile Sporcu Tükenmişlik Ölçeği'nin alt boyutları arasındaki ilişkilerin beklenen yönde ve anlamlı olduğu bulunmuştur. Diğer bir deyişle, Sporcu Tüken-

mişlik Ölçeği'nin, sporcularda mesleğe yönelik olumsuz tutum, başarısızlık duygusu, fizyolojik ve psikolojik olarak güçsüz, yorgun ve isteksiz hissetme gibi duygulanımları ölçtüğünü ve aynı yapıyı ölçen Maslach Tükenmişlik Ölçeği ile desteklendiği saptanmıştır. Ancak, yapılan analiz sonucunda benzer yapılara sahip Maslach Tükenmişlik Ölçeği ile Sporcu Tükenmişlik Ölçeği alt boyutları arasındaki korelasyonun düşük-orta düzeyde olduğu gözlenmiştir. Eş zamanlı geçerlik kapsamında bakıldığında, aynı özellikleri ölçen ölçeklerin alt boyutları arasında yüksek korelasyon bulunmamasının nedenleri davranışların kültürlerdeki farklı anlamları, davranışların farklı şekillerde pekiştirilmesi veya söndürülmesi, durum yada davranış ile olan tanışıklık/önem farklılıkları olarak sıralanabilir (Öner, 2008). Bununla birlikte Öner (2008)'e göre ölçeklerin örneklemelere uygulandığı kültür, zaman ve çevresel koşulların önemi de göz ardı edilmemelidir. Psikolojik ölçeklerin, değişen bireysel ve toplumsal yapıda güncelliğini koruması adına ilgili ölçeğin geçerliğinin değişen zaman ve gruplarda irdelenmesinde fayda vardır (Erkuş, 2013). Maslach Tükenmişlik Ölçeği'nin bireyin iş yaşamına odaklandığı ve bireyin yaşamında daha genel bir durumu ölçmeye yönelik geliştirilmiş bir ölçek olduğu bilinmektedir. Sporcu Tükenmişlik Ölçeği ise spor ortamına ve sporcuya özgü olarak geliştirilmiştir. Elde edilen bu düşük-orta korelasyonun, tükenmişlik sendromunu ölçen bu iki ölçek arasındaki hedef kitlenin ve çalışma ortamının farkı olmasından kaynaklanıyor olabileceği düşünülmektedir. Bir meslek olarak ele alındığında da, sporun kendi içindeki dinamik yapısı, çevresel değişimleri (takım, şehir... vb), kurum kültür ve örgütsel yapıları gibi sayılabilecek birçok neden, sporu ve sporcuyu yaşamını diğer meslek dallarından ayırmaktadır. Tüm bu değişkenler göz önüne alındığında iki ölçeğin alt boyutları arasındaki ilişkinin düşük çıkmasının olası olabileceği söylenebilir.

Bunun yanında, Schmidt ve Stein, tükenmişlik olgusuna, kuramsal olarak güdülenme ile tükenmişlik arasındaki ilişkiyi tanımlayan, tükenmedeki bağlılık perspektifinden bakmışlardır

(Raedeke ve Smith, 2001'de belirtildiği gibi). Bu söylemi detaylandırarak olursak; sporcuların tükenmelerinin sebebinin, spora katılımı istemedikleri fakat zorunda hissettikleri olduğunun altını çizmişlerdir (Raedeke ve Smith, 2001). Bu da Raedeke ve Smith'in (2001) orijinal çalışmasında olduğu gibi, tükenmişlik ve güdülenme arasında bağlantı olup olmadığının araştırılmasına yol açmıştır. İlgili ölçeğin (Raedeke ve Smith, 2001) geliştirilme aşamasında da aynı yöntem ile (yakınsak geçerlik) birbirine benzer ve birbiri ile ilişkili yapıların ilişkisi incelenmiştir. Sporcuların tükenmişliklerinin, güdülenme düzeyleri ve sportif yeterlik algıları ile negatif; güdülenmeme düzeyleri ile de pozitif ilişkili olacağı denencesi kurulmuştur. Analiz sonucu elde edilen bulgular çalışma denencelerini desteklemektedir. Çalışmanın yakınsak geçerlilikle ilgili sonuçlarına baktığımızda, "Sporcu Tükenmişlik Ölçeği"ni oluşturan ölçütlerin güdülenmeme ve duyarsızlaşma gibi benzer yapılar ile pozitif anlamlı; sportif yeterlik, başarıma hissi ve güdülenme gibi karşıt yapılar ile de negatif anlamlı ilişki gösterdiği görülmektedir. Bu bağlamda, Sporcu Tükenmişlik Ölçeği'nin geçerliğinin mevcut ölçekler ile desteklendiğini ve geçerli bir ölçüm aracı olduğunu söylemek mümkündür. Buna ek olarak, Sporcu Tükenmişlik Ölçeği ile dışsal güdülenme arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Raedeke ve Smith (2011) ve Lemyre ve diğ. (2007) tarafından sporcular ile yapılan çalışma sonuçları da bu araştırma bulguları ile paralellik göstermektedir. Yapısal olarak ele alındığında dışsal güdülenme, çevresel faktörlerin bireyin davranışları üzerindeki etkisini barındırır. Tükenmişlik ise, bireyin psikolojik süreçlerinin yoğun olarak işlendiği psikofizyolojik bir kavramdır. Tükenmişlik sürecinin temelinde, bireyin güdülenmesinin içsel kaynaklardan uzaklaşmanın önemli rol oynadığı bilinmektedir (Curran ve diğ., 2013). Bireyin spora katılım sebepleri, dışsal olarak (sosyal baskı, birey içi/bireyler arası zorunluluk hissi... vb) kontrol edilmeye başlandıkça, bireyin spora verdiği önemin, spora olan aidiyet hissini ve olumlu duygulanımın azaldığı; bunu takiben tükenmişliği deneyimlemeye yak-

laştıkları düşünülmektedir. Dışsal güdülenmenin (alt boyutları ile birlikte kendi içindeki çoklu yapısının) güdülenmeme ve içsel güdülenme arasında, "zorunda olmak" ve "dışsal kaynakların içselleştirilmesi"ni kapsayan bir yelpaze olduğu bilinmektedir. Pelletier ve diğerlerinin (1995) de üzerinde durdukları gibi, öz-belirleme sürekliliğinde dışsal güdülenmeni bir kısmı içselleştirilmiştir. Bununla birlikte, araştırmacılar, bireylerin tükenmişlik yaşamaları için güdülenmemeye doğru giden bir süreçte olmaları gerektiğini, dışsal olarak dahi olsa güdülendiklerinde spora katılım için bir amaçları olacağından tükenmişlik yaşamayacaklarını belirtmişlerdir (Gustafsson ve diğ., 2011'de belirtildiği gibi). Bu bağlamda Sporcu Tükenmişlik Ölçeği ile dışsal güdülenme arasında anlamlı bir ilişki olmamasının olası olduğu düşünülebilir.

Ölçeğin güvenilirliğinin sınanmasında iç tutarlılık katsayısı Cronbach alfa katsayısı ile hesaplanmıştır. Üç alt boyut için de elde edilen güvenilirlik katsayıları Alpar (2001) tarafından oldukça güvenilir olarak ifade edilen 0.60-0.80 değerleri arasında yer almaktadır. Buna ek olarak, elde edilen iç tutarlılık katsayıları daha önce farklı örneklemelerde yapılan çalışmalara benzerlik göstermekle birlikte; elde edilen değerler bazı çalışmalardaki değerlerden yüksek iken, bazı çalışmalardaki değerlerden düşük bulunmuştur. Örneğin; "Azalan Başarma Hissi" alt boyutu için bulunan iç tutarlılık katsayısı Cresswell ve Eklund (2006), Arce ve diğ., (2012), tarafından elde edilen katsayıdan yüksek iken; Raedeke ve Smith (2001), Isoard Gautheur ve diğ., (2010) tarafından elde edilen katsayıdan düşük bulunmuştur. "Duyusal/Fiziksel Tükenme" alt boyutu için bulunan iç tutarlılık katsayısı Cresswell ve Eklund (2006) ve Arce ve arkadaş-

ları (2012) tarafından elde edilen ilgili alt boyuta ait katsayıdan yüksek iken; Raedeke ve Smith (2001) ve Isoard Gautheur ve arkadaşları (2010) tarafından elde edilen ilgili alt boyuta ait katsayıdan düşük bulunmuştur. Son olarak "Duyarsızlaşma" alt boyutuna ait iç tutarlılık katsayısı Cresswell ve Eklund (2006), Arce ve arkadaşları (2012) ve Isoard Gautheur ve arkadaşları (2010) tarafından elde edilen katsayıdan yüksek; Raedeke ve Smith (2001) tarafından elde edilen katsayıdan ise düşük bulunmuştur.

## SONUÇ VE ÖNERİLER

Sonuç olarak, çalışma sonucu elde edilen bulgular doğrultusunda; İspanya, Fransa ve Çin örneklemelerine benzer şekilde, "Sporcu Tükenmişlik Ölçeği"nin Türkçe formunun (13 madde) da sporcuların tükenmişlik düzeylerinin belirlenmesi ve sporcuların hangi boyutlarda tükenme yaşadıklarını belirlemek amacı ile geçerli ve güvenilir biçimde kullanılabileceği söylenebilir. Bundan sonra yapılacak çalışmalarda sporcu tükenmişlik ölçeğinin farklı yaş gruplarını ve spor deneyimini kapsayan farklı örneklemeler üzerinde doğrulayıcı faktör analizi ile uygulanmasının ölçeğin geçerlik ve güvenilirliğine katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

### **Yazışma Adresi (Corresponding Address):**

Öğr. Gör. Selen KELECEK

Başkent Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi,  
Spor Bilimleri Bölümü

E-posta: selenkelecek23@gmail.com ; skelecek@  
baskent.edu.tr

Telefon No: 0312 246 66 77

Faks No: 0312 246 66 72

## KAYNAKLAR

1. **Alpar R.** (2001). *Spor Bilimlerinde Uygulamalı İstatistik*. 2. Baskı. İstanbul: Nobel Yayın Dağıtım.
2. **Appleton PR, Hall HK, Hill AP.** (2009). Relations between multidimensional perfectionism and burnout in junior-elite male athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 10, 457-465.
3. **Arce C, De Francisco C, Andrade E, Seoane S, Raedeke T.** (2012). Adaptation of the athlete burnout questionnaire in a spanish sample of athletes. *The Spanish Journal of Psychology*, 15(3), 1529-1536.
4. **Aşçı HF, Aşçı A, Zorba E.** (1999). Cross cultural validity and reliability of physical self-perception profile. *International Journal of Sport Psychology*, 30, 309-406.
5. **Bentler PM, Bonett DG.** (1980). Significance tests and goodness of fit in the analysis of covariance structures. *Psychological Bulletin*, 88(3), 588-606
6. **Bentler PM.** (1990). Comparative fit indexes in structural models. *Psychological Bulletin*, 107, 238-246.
7. **Brislin RW.** (1986). The wording and translation of research instruments. (WJ Lonner, JW Berry, eds.) *Field Methods in Educational Research*. s.137-64. 1st ed. Newbury Park, CA: Sage Publications.
8. **Büyükoztürk, Ş.** (2014). *Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı*. Ankara: Pegem Akademi.
9. **Castaneda AE, Suvisaari J, Marttunen M, Perälä J, Saarni SI, Aalto-Setälä T, ve diğ.** (2011). Cognitive functioning in relation to burnout symptoms and social and occupational functioning in a population-based sample of young adults. *Nordic Journal of Psychiatry*. 65(1), 32-39.
10. **Chen LH, Kee YH.** (2008). Gratitude and adolescent athletes' well-being. *Social Indicators Research*, 89, 361-373.
11. **Chen LH, Kee YH, Tsai Y.** (2009). An examination of the dual model of perfectionism and adolescent athlete burnout: A short-term longitudinal research. *Social Indicators Research*, 91, 189-201.
12. **Cremades JG, Wated G, Wiggins MS.** (2011). Multiplicative measurements of a trait anxiety scale as predictors of burnout. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 15, 220-233.
13. **Cresswell SL, Eklund RC.** (2006). The convergent and discriminant validity of burnout measures in sport: A multi-trait/multi-method analysis. *Journal of Sports Sciences*, 24(2), 209-220.
14. **Curran T, Appleton PR, Hill, AP, Hall HK.** (2011). Passion and burnout in elite junior soccer players: The mediating role of self-determined motivation. *Psychology of Sport and Exercise*, 655 - 661.
15. **Curran T, Appleton PR, Hill, AP, Hall HK.** (2013). The mediating role of psychological need satisfaction in relationships between types of passion for sport and athlete burnout. *Journal of Sport Sciences*, 31(6), 597 - 606.
16. **Çalık T, Kurt T.** (2010). Okul iklimi ölçeğinin geliştirilmesi. *TED Eğitim ve Bilim*, 157, 167-180.
17. **Çam O.** (1993), *VII. Ulusal Psikoloji Kongresi: Tükenmişlik envanterinin geçerlilik ve güvenilirliğinin araştırılması*. Ankara: Türk Psikologlar Derneği.
18. **DeFreese JD, Smith AL.** (2013). Teammate social support, burnout and self-determined motivation in collegiate athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 14, 258 - 265.
19. **Eklund RC, Cresswell SL.** (2007). Athlete Burnout. (G Tenenbaum, RC Eklund eds.) *Handbook of Sport Psychology*. s. 621-641. John Wiley & Sons Inc.
20. **Erkuş, A.** (2013). *Davranış Bilimleri İçin Bilimsel Araştırma Süreci*. Ankara: Seçkin Yayıncılık.
21. **Fox KR, Corbin CB.** (1989). The physical self-perception profile: Development and preliminary validation. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11, 408-430.
22. **Freudenberger HJ.** (1974). Staff burnout. *Journal of Social Issues*, 30(1), 159-165.
23. **Gizir S, Gizir CA.** (2005). Akademik ortamda iletişim analizi envanteri. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(1), 112-125.
24. **Govardhan LM, Pinelli V, Schnatz PF.** (2012). Burnout, depression and job satisfaction in obstetrics and gynecology residents. *Connecticut Medicine*, 76(7), 389-395.
25. **Gustafsson H, Hassmen P, Podlog L.** (2010). Exploring the relationship between hope and burnout in competitive sport. *Journal of Sport Sciences*, 28(14), 1495-1504.
26. **Gustafsson H, Hassmen P, Kentia G, Johansson M.** (2008). A qualitative analysis of burnout in elite swedish athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 9, 800-816.
27. **Gustafsson H, Hassmén P, Hassmén N.** (2011). Are athletes burning out with passion?. *European Journal of Sport Science*, 11(6), 387-395.
28. **Hair JF, Black WC, Babin BJ, Anderson RE, Tatham RL.** (2006). *Multivariate Data Analysis*. (6th Edition.) New Jersey: Pearson Prentice Hall.
29. **Henschen KP.** (1992). Athletic stress and burnout: Diagnosis, prevention and treatment. (JM Williams Ed.) *Applied Sport Psychology*. s. 328-337. Mayfield Publishing Company.
30. **Hill AP, Appleton PR.** (2011). The predictive ability of the frequency of perfectionistic cognitions, self-oriented perfectionism and socially prescribed perfectionism in relation to symptoms of burnout in youth rugby players. *Journal of Sports Sciences*, 29, 695-703.
31. **Hill AP, Hall HK, Appleton PR.** (2010). Perfectionism and athlete burnout in junior elite athletes: The mediating role of coping tendencies. *Anxiety, Stress & Coping*, 23(4), 415-430.
32. **Isoard-Gautheur S, Gulliet-Descas E, Duda JL.** (2013). How to achieve in elite training centers without

- burning out? An achievement goal theory perspective. *Psychology of Sport and Exercise*, 14, 72-83.
33. **Isoard-Gauthier S, Oger M, Guillet E, Martin-Krumm C.** (2010). Validation of a french version of the athlete burnout questionnaire (ABQ): In competitive sport and physical education context. *European Journal of Psychological Assessment*, 26(3), 203-211.
  34. **Jöreskog KG, Sörbom D.** (1989). *LISREL 7: A Guide to the Program and Applications*. 2nd Edn. SPSS Inc.
  35. **Kabakçı ÖM, Owen F.** (2010). Sosyal duygusal öğrenme becerileri ölçeği geliştirme çalışması. *Eğitim ve Bilim*, 35(157), 152-166.
  36. **Kazak Z.** (2004). Sporda Güdülenme Ölçeği -SGÖ-'nin Türk sporcuları için güvenilirlik ve geçerlik çalışması. *Spor Bilimleri Dergisi*, 15(4), 191-206.
  37. **Kılıç I, Yazıcı T.** (2012). Study of job satisfaction and professional exhaustion of music teachers in fine arts and sport high schools in terms of some variables. *e-Journal of New World Sciences Academy*, 7(2), 182-198.
  38. **Lemyre PN, Hall HK, Roberts GC.** (2008). A social cognitive approach to burnout in elite athletes. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 18, 221-234.
  39. **Lemyre PN, Roberts GC, Stray-Gundersen J.** (2007). Motivation, overtraining, and burnout: Can self-determination predict overtraining and burnout in elite athletes?. *European Journal of Sport Science*, 7, 115-126.
  40. **Londsdale C, Hodge K, Rose E.** (2009). Athlete burnout in elite sport: A self-determination perspective. *Journal of Sport Sciences*, 27(8), 785-795.
  41. **Martens R, Vealey RS, Burton D.** (1990). *Competitive Anxiety in Sport*. Champaign, IL: Human Kinetics.
  42. **Maslach C, Jackson SE.** (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behaviour*, 2, 99-113.
  43. **Öner, N.** (2008). *Türkiye'de Kullanılan Psikolojik Testlerden Örnekler Bir Başvuru Kaynağı*. İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yayınevi.
  44. **Pelletier LG, Fortier MS, Vallerand RJ, Tuson DM, Briere NM, Blais MR.** (1995). Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation in sports: The sport motivation scale. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 17, 35-53.
  45. **Raedeke TD, Smith AL.** (2001). Development and preliminary validation of an athlete burnout measure. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 23, 281-306.
  46. **Schermelleh-Engel K, Moosbrugger H, Müller H.** (2003). Evaluating the fit of structural equation models: Test of significance and descriptive goodness-of-fit measures. *Methods of Psychological Research - Online*; 8(2), 23-74.
  47. **Selçukoğlu Z.** (2001). Araştırma Görevlilerinde Tükenmişlik Düzeyi ile Yalnızlık Düzeyi ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkinin Bazı Değişkenler Açısından Değerlendirilmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü.
  48. **Smith AL, Gustafsson H, Hassmen P.** (2010). Peer motivational climate and burnout perceptions of adolescent athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 6, 453 - 460.
  49. **Steiger JH, Lind JC.** (1980). *Annual Spring Meeting of the Psychometric Society: Statistically-based tests for the number of common factors*. Iowa City.
  50. **Suñer-Soler R, Grau-Martín A, Font-Mayolas S, Gras ME, Bertran C, Sullman MJ.** (2013). Burnout and quality of life among Spanish healthcare personnel. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 20(4), 305-313.
  51. **Tabei Y, Fletcher D, Goodger K.** (2012). The relationship between organizational stressors and athlete burnout in soccer players. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 6, 146-165.
  52. **Tanaka JS, Huba GJ.** (1984). Structures of psychological distress: Testing confirmatory hierarchical models. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 52(4), 719-721.
  53. **Tucker HR, Lewis C.** (1973). A reliability coefficient for maximum likelihood factor analyses. *Psychometrika*, 38(1), 1-10.