Research Article / **Araştırma Makalesi**

Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi (BAİBÜEFD)

Bolu Abant Izzet Baysal University Journal of Faculty of Education

*2026, 26(2), 1067 –1089. https://dx.doi.org/*10.17240/aibuefd.2026..- 1834777

Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Sporda Başarısızlık Olgusuna İlişkin Metaforik Algıları

Metaphorical Perceptions of Sports Science Faculty Students Regarding the Concept of Failure in Sports

Çağlar KAHRAMANOĞLU[1], **Zekiye BAŞARAN**[2],

Geliş Tarihi (*Received*): 02.12.2025 **Kabul Tarihi (*Accepted*):** 05.06.2026 **Yayın Tarihi (*Published*):** 30.06.2026

Öz: Bu çalışma, Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin sporda başarısızlık kavramına ilişkin metaforik algılarını incelemeyi amaçlamaktadır. Araştırma, öğrencilerin spor bağlamında yaşadıkları başarısızlık deneyimlerine ilişkin öznel yorumlarını ortaya koymak amacıyla nitel fenomenolojik araştırma deseni kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın çalışma grubunu, 2024–2025 akademik yılında Batı Karadeniz Bölgesi'nde bulunan bir üniversitenin Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören 50 öğrenci oluşturmaktadır. Veriler, katılımcılardan "Sporda başarısızlık … gibidir, çünkü …" ifadesini tamamlamaları istenen yarı yapılandırılmış görüşme formu aracılığıyla toplanmıştır. Elde edilen veriler; kodlama, kategorileştirme ve tematik yorumlama aşamalarını içeren içerik analizi yöntemi ile analiz edilmiştir. Bulgular, öğrencilerin sporda başarısızlık olgusuna ilişkin toplam 31 farklı metafor ürettiklerini göstermiştir. Bu metaforlar; kişisel gelişim ve öğrenme süreci, mücadele ve dayanıklılık, yeniden harekete geçme, geçici süreçler ve yenilenme ile duygusal deneyimler ve kayıplar olmak üzere beş ana kategori altında toplanmıştır. Araştırma sonuçları, öğrencilerin büyük çoğunluğunun başarısızlığı öğrenmeye, azme ve yeniden deneme motivasyonuna katkı sağlayan yapıcı bir deneyim olarak yorumladıklarını göstermektedir. "Antrenman", "rakip" ve "tırmanış" gibi metaforlar, başarısızlığın sportif gelişim ve çabanın doğal bir parçası olarak algılandığını yansıtmaktadır. Bununla birlikte bazı öğrenciler, "penaltı kaçırmak" veya "final kaybetmek" gibi metaforlarla başarısızlığı duygusal üzüntü ve kayıp ile de ilişkilendirmiştir. Genel olarak çalışma, sporda başarısızlığın yalnızca olumsuz bir sonuç olarak değil; psikolojik dayanıklılık, motivasyon ve duygusal tepkileri içeren çok boyutlu bir deneyim olarak algılandığını ortaya koymaktadır. Elde edilen bulgular, spor eğitiminde sporcuların başarısızlık karşısında psikolojik dayanıklılıklarını ve duygusal düzenleme becerilerini desteklemenin önemine dikkat çekmektedir.

Anahtar Kelimeler: Sporda başarısızlık, Metafor algısı, Zihinsel dayanıklılık, Psikolojik sağlamlık.

&

Abstract: This study aims to examine the metaphorical perceptions of Sports Sciences Faculty students regarding the concept of failure in sports. The research was conducted using a qualitative phenomenological design to explore students' subjective interpretations of failure experiences in sports contexts. The study group consisted of 50 students studying at the Faculty of Sports Sciences of a university located in the Western Black Sea region during the 2024–2025 academic year. Data were collected through a semi-structured interview form in which participants were asked to complete the statement "Failure in sports is like … because …". The obtained data were analyzed through content analysis involving coding, categorization, and thematic interpretation. The findings revealed that students produced 31 different metaphors related to failure in sports. These metaphors were grouped into five main categories: personal development and learning process, struggle and resilience, reactivation, temporary processes and renewal, and emotional experiences and losses. The results indicate that most students interpret failure as a constructive experience that contributes to learning, perseverance, and motivation to try again. Many metaphors such as "training," "opponent," and "climbing" reflect the perception of failure as a natural part of athletic development and effort. However, some students also associated failure with emotional distress and loss through metaphors such as "missing a penalty" or "losing a final." Overall, the study demonstrates that failure in sports is perceived not merely as a negative outcome but as a multidimensional experience involving psychological resilience, motivation, and emotional responses. The findings provide important implications for sports education by highlighting the need to support athletes' psychological resilience and emotional regulation in the face of failure.

Keywords: Failure in sports, Metaphor perception, Mental toughness, Psychological resilience.

Atıf/Cite as: Kahramanoğlu, Ç. **&** Başaran, Z.(2026). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin sporda başarısızlık olgusuna ilişkin metaforik algıları. *Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi,* 26(2), 1067-1089, 10.17240/aibuefd.2026..-1834777

İntihal-Plagiarism/Etik-Ethic: Bu makale, en az iki hakem tarafından incelenmiş ve intihal içermediği, araştırma ve yayın etiğine uyulduğu teyit edilmiştir. / This article has been reviewed by at least two referees and it has been confirmed that it is plagiarism-free and complies with research and publication ethics. https://dergipark.org.tr/tr/pub/aibuelt

Copyright © Published by Bolu Abant Izzet Baysal University– Bolu

[1] Sorumlu Yazar: Doktora Öğrencisi, Kocaeli Üniversitesi, kahramanoglu.caglar54@gmail.com , https://orcid.org/0009-0002-8057-9149,
[2] Prof. Dr., Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, zekiyebasaran@gmail.com, https://orcid.org/0000-0001-2345-6789

This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License

1. GİRİŞ

Spor, bireylerin fiziksel, psikolojik ve sosyal gelişiminde önemli bir rol oynayan çok boyutlu bir etkinlik alanıdır. Spor faaliyetleri yalnızca fiziksel yeterliliklerin sergilenmesi değil, aynı zamanda bireyin kendini gerçekleştirme, dayanıklılık geliştirme ve duygusal denge kurma süreçlerini de kapsamaktadır (Weinberg & Gould, 2019). Ancak sporun doğası gereği her zaman başarıya ulaşmak mümkün değildir; başarısızlık, spor deneyiminin kaçınılmaz bir parçası olarak karşımıza çıkmaktadır. Sporda başarısızlık, sadece performans düşüklüğü ya da hedeflere ulaşamama durumu değil, aynı zamanda bireyin zihinsel, duygusal ve motivasyonel kaynaklarını sınayan bir süreç olarak da değerlendirilmektedir (Sarkar & Fletcher, 2014). Bu bağlamda, sporcuların başarısızlık durumlarına verdikleri tepkiler, onların psikolojik sağlamlık zihinsel dayanıklılık ve kaygı düzeyleriyle yakından ilişkilidir (Jones, Hanton, & Connaughton, 2007). Spor, sadece fiziksel yetkinliklerin bir göstergesi değil, aynı zamanda bireyin psikolojik, bilişsel ve duygusal becerilerini sınayan dinamik bir alandır. Bu bağlamda, sportif performansı etkileyen en kritik deneyimlerden biri de başarısızlık olgusudur. Geleneksel yaklaşımlar başarısızlığı negatif bir sonuç olarak etiketlerken, çağdaş spor psikolojisi literatürü, başarısızlık deneyimini sporcu gelişimi ve psikolojik sağlamlık açısından çok boyutlu bir öğrenme fırsatı olarak ele almaktadır. Başarısızlık, bir sporcunun kariyer yolculuğunda kaçınılmaz bir engeldir ve bireyin bu durumu nasıl algıladığı, sonraki performansı ve uzun vadeli spor kariyeri üzerinde belirleyici bir rol oynamaktadır. Zihinsel dayanıklılık, sporcunun baskı, stres veya başarısızlık durumlarında performansını sürdürebilme kapasitesi olarak tanımlanmakta; psikolojik sağlamlık ise olumsuz yaşam olaylarına karşı bireyin uyum sağlama becerisi olarak ele alınmaktadır (Galli & Vealey, 2008). Sporda başarısızlığın psikolojik boyutu, literatürde sıklıkla psikolojik dayanıklılık ve gelişim zihniyeti gibi kavramlarla ilişkilendirilmektedir. Psikolojik dayanıklılık, sporcuların beklenmedik aksaklıklar ve başarısızlıklar karşısında psikolojik olarak geri sıçrama yeteneğini ifade eder. Bu bağlamda, başarısızlık bir nihai sonuçtan ziyade, sporcunun karakterini ve dayanıklılığını inşa eden dinamik bir mücadele süreci olarak görülür. Önde gelen araştırmacılar, bir sporcunun sadece fiziksel değil, aynı zamanda psikolojik olarak da performansa ne kadar hazırlıklı olduğunun, başarısızlıklarla başa çıkma becerisiyle yakından ilişkili olduğunu belirtmektedirler (Sarkar & Fletcher, 2014; Tutte-Vallarino vd., 2022). Bu iki kavram, spor psikolojisi literatüründe son yıllarda yoğun olarak çalışılan değişkenler arasında yer almaktadır. Sporcuların bu özellikleri, yalnızca fiziksel değil, aynı zamanda bilişsel ve duyuşsal düzeyde de etkili birer koruyucu faktör olarak kabul edilmektedir (Fletcher & Sarkar, 2012).

Sporda başarısızlık olgusu, literatürde farklı yönleriyle ele alınmıştır. Nicholls, Polman ve Levy (2012) sporcunun başarısızlığa verdiği tepkinin, onun stresle başa çıkma stratejileriyle doğrudan ilişkili olduğunu belirtmiştir. Ayrıca, sporcunun başarısızlık deneyimini nasıl anlamlandırdığı, gelecekteki performansını ve motivasyonunu etkileyen önemli bir değişkendir (Seligman, 2011). Özellikle gelişim çağındaki sporcuların başarısızlığa yükledikleri anlam, onların özgüven, motivasyon ve öz yeterlik düzeylerinde belirleyici bir rol oynamaktadır (Clough, Earle, & Sewell, 2002). Bu nedenle, spor başarısızlığının yalnızca bir sonuç değil, aynı zamanda bir öğrenme süreci olarak değerlendirilmesi gerektiği vurgulanmaktadır. Spor bilimleri fakültelerinde öğrenim gören öğrenciler açısından başarısızlık olgusu, hem kişisel hem de mesleki gelişim bağlamında ele alınmalıdır. Bu öğrenciler, geleceğin antrenörleri, beden eğitimi öğretmenleri veya profesyonel sporcuları olarak sporun hem fiziksel hem de psikolojik yönlerini deneyimlemektedirler. Bu noktada, başarısızlık deneyiminin metaforik düzeyde nasıl algılandığı, öğrencilerin spora ve kendilerine ilişkin bilişsel şemaları hakkında önemli ipuçları sunar. Metaforlar, bireylerin karmaşık ve soyut kavramları somutlaştırarak anlamlandırma biçimlerini yansıtan güçlü bilişsel araçlardır. Eğitim ve spor bilimleri alanında yapılan metaforik algı araştırmaları, katılımcıların bir olguya

yükledikleri öznel anlamları derinlemesine ortaya çıkarma potansiyeli taşımaktadır (Saban, 2008). Spor bilimleri fakültesi öğrencileri gibi hem akademik hem de pratik spor deneyimine sahip bir grup için, "sporda başarısızlık" olgusuna yönelik algıları incelemek, onların bilişsel ve duygusal yapılarını anlamak açısından önemlidir.

Metaforlar, bireylerin soyut deneyimlerini anlamlandırmalarına yardımcı olan güçlü bilişsel araçlardır (Lakoff & Johnson, 1980). Spor bağlamında kullanılan metaforlar, bireyin spora, başarıya ve başarısızlığa dair içsel tutumlarını ve anlamlandırma biçimlerini ortaya çıkarır (Schinke, Stambulova, Si, & Moore, 2018). Bu araştırma, spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin "sporda başarısızlık" olgusuna yükledikleri metaforik anlamları inceleyerek, bu anlamların bilişsel ve duygusal temellerini ortaya koymayı amaçlamaktadır. Böylelikle, sporcuların başarısızlık karşısında geliştirdikleri zihinsel modellerin, onların dayanıklılık, motivasyon ve psikolojik iyi oluş düzeyleriyle nasıl ilişkili olduğu anlaşılabilecektir. Nitel bir perspektifle yürütülen bu çalışma, spor başarısızlığını bireysel farkındalık, gelişim ve yeniden yapılanma süreçleri bağlamında ele almaktadır. Ayrıca, bu araştırma sporda başarısızlığın, öğrencilerin "zihinsel dayanıklılık" ve "psikolojik sağlamlık" düzeyleriyle nasıl bir ilişki içinde olduğunu anlamaya yönelik önemli bir adım sunmaktadır. Sporda başarısızlık olgusuna ilişkin metaforik algılar, bireyin başarısızlıkla başa çıkma biçimlerini, kaygı yönetimini ve motivasyonel süreçlerini yansıtır. Literatürde, yüksek zihinsel dayanıklılığa sahip sporcuların başarısızlık durumlarını bir tehditten ziyade öğrenme fırsatı olarak gördükleri belirtilmektedir (Gucciardi, Hanton, & Fleming, 2017). Buna karşın, yüksek sportif kaygı düzeyine sahip bireylerin başarısızlık deneyimini daha yoğun olumsuz duygularla ilişkilendirdikleri ifade edilmiştir (Martens, Vealey, & Burton, 1990). Sonuç olarak, bu araştırma sporda başarısızlık olgusunun yalnızca performans odaklı bir sonuç değil, aynı zamanda bireyin bilişsel, duygusal ve motivasyonel yapısını şekillendiren çok boyutlu bir süreç olduğunu vurgulamaktadır. Bu çerçevede, metaforik analizler aracılığıyla öğrencilerin başarısızlığa dair düşünsel ve duygusal yaklaşımları incelenerek, sporda psikolojik sağlamlık ve zihinsel dayanıklılık gibi koruyucu değişkenlerin önemi daha derinlemesine anlaşılabilecektir.

Bu araştırmanın bulguları, özellikle lisanslı sporcuların zihinsel dayanıklılık, sportif kaygı ve psikolojik sağlamlık düzeyleri arasındaki ilişkinin daha kapsamlı biçimde anlaşılmasına katkı sağlamaktadır. Lisanslı sporcuların yoğun antrenman programları, rekabet ortamı ve performans beklentileri, onların başarısızlık deneyimlerini daha keskin biçimde yaşamalarına neden olmaktadır. Bu bağlamda, başarısızlığa ilişkin metaforik algıların, sporcuların zihinsel süreçleriyle nasıl örtüştüğü önemli bir araştırma sorusudur. Zihinsel dayanıklılığı yüksek olan sporcular, başarısızlık durumlarını geçici ve geliştirici bir süreç olarak yorumlarken; sportif kaygı düzeyi yüksek olan bireyler bu durumu tehdit edici ve yıkıcı bir deneyim olarak algılayabilirler (Morgan, Fletcher, & Sarkar, 2015). Dolayısıyla, bu araştırmanın ortaya koyduğu metaforik algılar, spor psikolojisi alanında bireysel farklılıkların anlaşılmasına yönelik özgün bir katkı sunmaktadır.

Araştırmanın Amacı ve Önemi

Bu araştırma, Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin "Sporda Başarısızlık" olgusuna yükledikleri metaforik anlamları ortaya çıkarmayı ve incelemeyi amaçlamıştır. Nitel araştırma modellerinden olgubilim (fenomenoloji) deseni kullanılarak, öğrencilerin başarısızlık deneyimine ilişkin öznel bakış açıları derinlemesine analiz edilmiştir. Elde edilen bulgular, başarısızlık algısının beş temel kategori etrafında şekillendiğini göstermiştir: Kişisel Gelişim ve Öğrenme Süreci, Mücadele ve Dayanıklılık, Yeniden

Harekete Geçme, Geçici Süreçler ve Yenilenme, ve Duygusal Deneyim ve Kayıplar'dır. Bu çalışmanın önemi, spor eğitiminde başarısızlık sonrası öğrenme süreçlerinin ve psikolojik destek mekanizmalarının yapılandırılmasına, antrenör ve eğitimcilere yapıcı geri bildirim ve empatik iletişim stratejileri sunulmasına yönelik kritik pedagojik çıkarımlar sağlamasından kaynaklanmaktadır. Bu metaforik algıların ortaya konulması, sporcuların öz farkındalık ve öz değerlendirme becerilerinin güçlendirilmesi için de bir zemin oluşturmaktadır. Bu çalışma, Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin başarısızlığa yüklediği anlamları metaforlar aracılığıyla ortaya koyarken, elde edilen bulgular, başarısızlık algısının üç temel psikolojik yapı ile güçlü bir şekilde kesiştiğini işaret etmektedir: sportif kaygı, zihinsel dayanıklılık ve psikolojik sağlamlık. Başarısızlık karşısında öğrencilerin %30'unun en sık kaygı yaşadığını ifade etmesi, sportif kaygının performans düşüşünden sporculuktan kopmaya kadar uzanan riskleri beraberinde getirdiğini gösteren literatür bulgularıyla örtüşmektedir (Zhang & Hu, 2023). Bu nedenle, kaygıyı azaltmaya yönelik müdahale programları, başarısızlık algısının duygusal boyutunu yönetmede kritik rol oynayabilir. Öte yandan, çalışmanın bulgularına göre öğrencilerin önemli bir kısmı (%60) kendisini zihinsel olarak dayanıklı olarak görmektedir. Bu algı, öğrencilerin geliştirdiği metaforlarda açıkça görülmektedir: Başarısızlığı "mücadele", "direnç" ve "yeniden başlama" süreçleriyle ilişkilendirmeleri, yüksek düzeyde bir zihinsel dayanıklılık ve psikolojik sağlamlık göstergesidir. Nitekim, "fırtına" veya "gece" gibi geçici süreç metaforları, başarısızlık sonrası iyileşme ve toparlanma yeteneğine yani psikolojik sağlamlığın temel bileşenlerinden birine işaret etmektedir.

Bu bağlamda, başarısızlığı öğrenme ve mücadele aracı olarak gören olumlu metaforlar ile yüksek düzeyde algılanan zihinsel dayanıklılık arasındaki ilişki, öğrencilerin adaptif başa çıkma stratejilerini benimsediğini göstermektedir. Ancak, başarısızlığı kayıp ve üzüntü olarak tanımlayan grubun varlığı, bu pozitif ilişkinin mutlak olmadığını ve psikolojik destek programlarının, tüm öğrencilerin sportif kaygılarını yönetme ve psikolojik sağlamlıklarını geliştirme hedefine odaklanması gerektiğini vurgulamaktadır.

2. YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, çalışma grubu, verilerin toplanması ve analizinde kullanılan teknikler, geçerlik ve güvenirlik çalışmaları ile ilgili bilgiler yer almaktadır.

Araştırmanın Modeli

Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin "Sporda Başarısızlık" olgusuna yükledikleri metaforik anlamların ortaya çıkartılıp incelenmesini amaçlayan bu çalışmada, nitel araştırma modellerinden olgubilim (fenomenoloji) deseni kullanılmıştır. Bu tür araştırmalarda araştırmacı inceleyeceği birey ve gruplarla yakından ve uzun süren görüşmeler yaparak farkında olduğumuz ya da olmadığımız olgular ile ilgili yeni bilgiler elde etmeye çalışır (Gürbüz ve Şahin, 2015).

Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu, 2024-2025 eğitim-öğretim bahar döneminde Batı Karadeniz Bölgesinde yer alan bir üniversitenin Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören 50 öğrenci oluşturmaktadır. Çalışma grubuna ait bilgiler aşağıda Tablo 1'de yer almaktadır.

Tablo 1.

Çalışma Grubunun Demografik Özellikleri

Cinsiyet	**f**	**%**	**Branş Türü**	**f**	**%**
Kadın	22	44	Bireysel	23	46
Erkek	28	56	Takım	27	54
Yaş	**f**	**%**	**Spor Yapma Süresi**	**f**	**%**
17-18 yaş	9	18			
19-20 yaş	15	30	1-3 yıl	14	28
21-22 yaş	16	32	4-6 yıl	17	34
23 yaş ve üstü	10	20	7 yıl ve üzeri	19	38
Toplam	**50**	**100**	**Toplam**	**50**	**100**

Tablo 1. incelendiğinde çalışma grubunda yer alan öğrencilerin % 56'sı "erkek" ve % 44'ü "kadın" öğrencidir. Öğrencilerin % 32'si "21-22 yaş" aralığındadır. Branş türünde öğrencilerin % 54'ü "Takım sporları" yapmaktadır. Yine öğrencilerin %38' spor yapmaya "7 yıl ve üzeri" başlamıştır.

Veri Toplama

Araştırma verilerini toplamak için, veri toplama aracı olarak nitel araştırma yönteminde kullanılan yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. Görüşme formu, çalışma grubu tarafından taslak olarak geliştirilmiş, daha sonra bu taslak forma, uzman görüşü alınarak, son şekli verilmiştir. Yarı yapılandırılmış görüşme formunda, öğrencilerin demografik durumunu ortaya koymak için sorular sorulmuş, ardından bu araştırmada, "Sporda Başarısızlık" olgusuna ilişkin algıların metaforlar yoluyla belirlenmesi için öğrencilerden "Sporda başarısızlık……...benzer, çünkü……..." cümlesindeki boşlukları doldurmaları istenmiştir. Katılımcıların ürettiği metafor aynı olsa bile nedeni farklı olabileceğinden "çünkü" kısımları dikkatle incelenmiştir. Bu formdan elde edilen cevaplar nihai olarak araştırmanın veri kaynağını oluşturmuştur.

Çalışmada veriler, 2024-2025 eğitim-öğretim yılı bahar döneminde Batı Karadeniz Bölgesinde yer alan bir üniversitenin Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören öğrencilere araştırmacılar tarafından elden dağıtılarak uygulanmış ve tekrar elden toplanmıştır. Bu şekilde gerçekleştirilen uygulamada katılımcılardan dönen 59 görüşme formundan 9 tanesi eksik ve birden fazla cevaplamalar ya da yanlış cevaplar vb. olması nedeni elenmiş geriye kalan 50 görüşme formu analiz işlemi için kullanılmıştır.

Verilerin Analizi

Verilerin analizinde kodlama, temaların bulunması, verilerin kod ve temalara göre örgütlenmesi aşamalarından oluşan içerik analizi kullanılmıştır. Yıldırım ve Şimşek'e (2016) göre içerik analizinde temel amaç, toplanan verileri açıklayabilecek kavramlara ve ilişkilere ulaşmaktır. Öğrencilerin geliştirdikleri metaforlar, aşağıda ayrıntılı olarak değinilen dört aşama ile analiz edilmiştir: Kodlama ve ayıklama, Örnek metafor belirleme, Kategori geliştirme ve Geçerlik ve güvenirliği sağlama (Saban, 2008).

Kodlama ve ayıklama

Öğrencilere dağıtılıp elden toplanan görüşme formları öncelikle gözden geçirilmiş, Öğrencilerin tümünün geçerli metafor üretmedikleri, bazılarının ise bir metafor ürettikleri hâlde mantıklı bir gerekçe sunmadıkları gözlenmiş ve bu cevaplar değerlendirme dışı tutulmuştur. Geliştirilen metaforlar ve gerekçeleri, öğrencilerin cinsiyeti ile araştırmacılar tarafından verilen numarayı belirten ifadelerle kodlanarak yazılmıştır. İki elemanlı bu kodlamada, ilk harf öğrencinin cinsiyeti (K: Kadın; E: Erkek), ikinci verilen rakam ise öğrencinin sayısını ifade etmektedir. Örnek K9, E25; K11; E49 gibi.

Örnek metafor derleme

Öğrencilere uygulanan görüşme formlarından analiz işlemine uygun olan 50 görüşme formu ayrıldıktan sonra, tek tek incelenmiş ve öğrencilerin "Sporda başarısızlık" olgusuna ilişkin 31 metafor ürettikleri gözlenmiştir. Oluşturulan metaforların içerisinde grubunu en iyi temsil eden metaforlar derlenmiş, bulgular kısmında, ilgili grubun hemen altında örnek olarak sunulmuştur.

Kategori geliştirme aşaması

Veri toplama formunda yer alan öğrencilere ait kodlarla, metaforların nedenlerinin birlikte yer aldığı bir tablo oluşturulmuştur. Bu şekilde bir araya getirilen "Sporda başarısızlık" olgusuna ilişkin metaforlar ve nedenleri arasındaki ilişkiler analiz edilerek ilgili olanlar bir araya getirilmek suretiyle kategoriler oluşturulmuştur. Öğrenciler tarafından "Sporda başarısızlık" kavramına ilişkin oluşturulan metaforlar içerikleri dikkate alınarak toplamda 5 kategoriye ayrılmıştır. Bu kategoriler; "1. Kişisel Gelişim ve Öğrenme Süreci, 2. Mücadele ve Dayanıklılık, 3. Yeniden harekete Geçme, 4. Geçici Süreçler ve Yenilenme, 5. Duygusal Deneyim ve Kayıplar"dır.

Geçerlik ve güvenirlik

Geçerlik ve güvenirlik, türüne bakılmaksızın herhangi bir araştırmanın kavramsal çerçevesinin oluşturulması, verilerin toplanması, analiz edilmesi ve yorumlanması ile bulgularının sunulması aşamalarını ilgilendiren önemli kaygılardır (Merriam, 2013). Bu doğrultuda, yarı yapılandırılmış görüşme formu ile toplanan veriler ayrıntılı bir şekilde incelenmiştir. Öğrenciler tarafından verilen yanıtlara bakıldığında "Sporda başarısızlık" olgusuna ilişkin 31 metafor oluştuğu gözlemlenmiş, bulgular kısmında etraflıca değinilen bu metaforları temsil ettiği düşünülen farklı kategori alanı belirlenmiştir. Oluşturulan kategoriler altına yerleştirilmiş metaforların, bulundukları kategoriyi temsil edip etmediğinin kontrolünün sağlanması adına bir alan uzman görüşüne başvurulmuştur. Araştırmanın güvenirliğini sağlamak adına yapılan bu aşamada, "Sporda başarısızlık" olgusuna ilişkin 31 metafor 5 kavramsal kategori tabloları ayrı ayrı biçimde, henüz eşleştirme yapılmamış haliyle, iki alan uzmanı (1 öğretim üyesi, 2 öğretmen) ile paylaşılmış, kendisinden metaforları, kavramsal kategorilerden uygun gördüğü birine yerleştirmesi istenmiştir. Uzman tarafından yapılan eşleştirme ile araştırmacıların yaptığı eşleştirme birbiri ile kıyaslanmıştır. Araştırmanın güvenirliği Miles ve Huberman'ın (1994), (güvenirlik= görüş birliği/görüş birliği+görüş ayrılığı x100) formülü kullanılarak hesaplanmıştır. Görüşüne başvurulan uzman ile araştırmacıların yaptığı eşleştirme karşılaştırıldığında, ifade edilen formül açısından güvenirlik = (../..+..)x100=% 80 olarak bulunmuştur. Nitel çalışmalarda araştırmacılar arasındaki uzlaşmanın %70 olarak bulunmasının çalışmanın güvenirliği açısından olumlu olduğu söylenebilir.

Etik kurul izin bilgileri

Etik değerlendirmeyi yapan kurul adı: Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimlerde İnsan Araştırmaları Etik Kurul Başkanlığı

Etik değerlendirme kararının tarihi: 29.12.2025 , Etik değerlendirme belgesi sayı numarası: 2025/10

3.BULGULAR

Bu bölümde, araştırmaya katılan öğrencilerin "Sporda başarısızlık" olgusuna ilişkin görüşleri ve bu olguya yükledikleri metaforlara ilişkin olarak elde edilen bulgular Tablolar halinde sunulmuş ve analiz edilmiştir.

1. Sporda Başarısızlık

Öğrenci algılarına dayalı olarak "Sporda başarısızlık" olgusuna ilişkin öğrencilere sorulan "**Kendinizi zihinsel olarak dayanıklı biri olarak görür müsünüz?"** sorusuna ilişkin bulgular aşağıda Tablo 2'de verilmiştir.

Tablo.2.

Zihinsel Dayanıklılık ile İlgili Bulgular

	Seçenekler	**f**	**%**
Zihinsel dayanıklılık	Evet	30	60
	Kısmen	20	40
	Hayır	-	-
	TOPLAM	**50**	**100**

Tablo 2'de öğrencilerin zihinsel dayanıklılık ile ilgili görüşleri yer almaktadır. Öğrencilerin %60 kendisini zihinsel olarak "Evet" dayanıklı olarak görmektedir. %40 ise "Kısmen" zihinsel dayanıklı olarak gördüklerini ifade etmiştir.

Öğrencilere sorulan "**Başarısızlık durumlarında en sık hissettiğiniz duygu nedir?"** sorusuna ilişkin bulgular aşağıda Tablo 3'de verilmiştir.

Tablo 3.

Başarısızlık Karşısında Hissedilen Duygu

	Seçenekler	**f**	**%**
Başarısızlık Karşısında Hissedilen Duygu	Kaygı	15	30
	Motivasyon kaybı	9	18
	Üzüntü	12	24
	Yeniden deneme isteği	14	28
	TOPLAM	**50**	**100**

Tablo 3'de öğrencilerin herhangi bir müsabaka da başarısızlık yaşadıklarında hissettikleri duygulara ilişkin bulgular yer almaktadır. Öğrencilerin %30 herhangi bir başarısızlıkta en çok "kaygı" yaşadıklarını ifade etmiştir. Bu seçeneği %28 ile "yeniden deneme isteği", %24 ile "üzüntü" ve %18 ile "motivasyon kaybı" yaşadıklarını belirtmiştir.

2. Sporda Başarısızlık Metaforik Algılar

"Sporda başarısızlık" olgusuna ilişkin 31 adet metafor saptanmıştır. 50 öğrenci tarafından üretilen 31 adet metafor araştırmacılar tarafından 5 kategori altında toplanmıştır. Bu kategoriler sırasıyla;

1. Kişisel Gelişim ve Öğrenme Süreci 13

2. Mücadele ve Dayanıklılık 11

3. Yeniden harekete Geçme 10

4. Geçici Süreçler ve Yenilenme (9)

5. Duygusal Deneyim ve Kayıplar 7

Kişisel Gelişim ve Öğrenme Süreci

Öğrenci görüşleri doğrultusunda üretilen metaforlar arasından oluşturulan "Kişisel Gelişim ve Öğrenme Süreci" kategorisinde, 13 öğrenci tarafından üretilen 7 metafor bulunmaktadır. Başarısızlığı kişisel gelişim, öğrenme veya deneyim olarak gören 13 öğrenci tarafından geliştirilen bir kategoridir. Bu kategoride öğrenciler başarısızlığı bir *öğretmen* veya *ders* gibi görmektedir. Hatalardan öğrenmek, kendini geliştirmek ve deneyim kazanmak vurgulanmaktadır. Bu kategori altında üretilen metaforlar Tablo 4'de sunulmuştur.

Tablo 4.

"Kişisel Gelişim ve Öğrenme Süreci" Kategorisi

Metafor No	Metafor Adı	f	Metafor No	Metafor Adı	f
1.	Antreman	4	5.	Analiz	1
2.	Deneme	3	6.	Isınma	1
3.	Ağrı/Kas ağrısı	2	7.	Uyarı	1
4.	Boş potaya atış	1		TOPLAM	13

Tablo 4.'de "Kişisel Gelişim ve Öğrenme Süreci" kategorisini oluşturan metaforlar ve her bir metaforu geliştiren öğrencilerin sayısı ile ilgili bilgiler yer almaktadır. Tablo 4 incelendiğinde, bu kategoride öğrenciler tarafından en fazla üretilen metaforun antreman (n=3) olduğu görülmektedir. Aşağıda "Kişisel Gelişim ve Öğrenme Süreci" kategorisine ilişkin üretilen metaforların öğrenciler tarafından açıklanan mantıksal dayanaklarına ilişkin örneklere yer verilmiştir.

Sporda başarısızlık **ilk antrenman gibidir**, çünkü zordur ama gelişimin başlangıcıdır (E.11).

Sporda başarısızlık **deneme atışı gibidir**, çünkü her tekrarda elin alışır (K.7).

Sporda başarısızlık **kas ağrısı gibidir**, çünkü o acı geliştiğini gösterir (E.5).

Sporda Başarısızlık **hocanın uyarısı gibidir**, çünkü seni hatanı fark etmeye zorlar (E.25).

Sporda başarısızlık **boş pota atışı gibidir**, çünkü denemeden sayı atmayı öğrenemezsin (K.19).

Spor başarısızlık **ısınma turu gibidir**, çünkü esas performans ondan sonra gelir (K.14).

Mücadele ve Dayanıklılık

Öğrenci görüşleri doğrultusunda üretilen metaforlar arasından oluşturulan "Mücadele ve Dayanıklılık" kategorisinde, 11 öğrenci tarafından üretilen 5 metafor bulunmaktadır. Başarısızlığı aşılması gereken bir engel veya mücadele alanı olarak görenler 11 öğrenci tarafından geliştirilen bir kategoridir. Bu kategoride başarısızlık, sporda doğal bir zorluk veya direniş alanı olarak görülür. Öğrenciler mücadele gücü, sabır ve azim kavramlarını öne çıkardığı görülmektedir. Bu kategori altında üretilen metaforlar Tablo 5.'de sunulmuştur.

Tablo 5.

"Mücadele ve Dayanıklılık" Kategorisi

Metafor No	Metafor Adı	f	Metafor No	Metafor Adı	f
1.	Rakip	4	4.	Blok/ Blok yeme	2
2.	Set	3	5	Rüzgara karşı koşu	1
3.	Tırmanış	2		TOPLAM	11

Tablo 5'de "Mücadele ve Dayanıklılık" kategorisini oluşturan metaforlar ve her bir metaforu geliştiren öğrencilerin sayısı ile ilgili bilgiler yer almaktadır. Tablo 5 incelendiğinde, bu kategoride öğrenciler tarafından en fazla üretilen metaforun rakip (n=3) olduğu görülmektedir. Aşağıda "Mücadele ve Dayanıklılık" kategorisine ilişkin üretilen metaforların öğrenciler tarafından açıklanan mantıksal dayanaklarına ilişkin örneklere yer verilmiştir.

Sporda Başarısızlık **zorlu rakip gibidir**, çünkü seni sınar ama geliştirir (E.1).

Sporda başarısızlık **uzun set gibidir**, çünkü sabırlı olan kazanır (K.5).

Sporda başarısızlık **dağa tırmanış gibidir**, çünkü nefesin yetmese de zirve seni bekler (E.4).

Sporda başarısızlık **rüzgâra karşı koşu gibidir**, çünkü ilerlemek için direnmeyi öğretir (K.15).

Sporda başarısızlık **blok yemek gibidir**, çünkü daha akıllı oynamayı hatırlatır (E.22).

Yeniden harekete Geçme

Öğrenci görüşleri doğrultusunda üretilen metaforlar arasından oluşturulan "Yeniden harekete Geçme" kategorisinde, 10 öğrenci tarafından üretilen 6 metafor bulunmaktadır. Başarısızlıktan sonra yeniden deneme, umut ve moral vurgusu yapan 11 öğrenci tarafından geliştirilen bir kategoridir. Bu kategoride öğrenciler başarısızlığı bir son olarak değil, yeniden başlamak için bir motivasyon kaynağı olarak algılar. Yeniden deneme, umut ve cesaret vurguları sıkça görülür. Bu kategori altında üretilen metaforlar Tablo 6'da sunulmuştur.

Tablo 6.

"Yeniden harekete Geçme" Kategorisi

Metafor No	Metafor Adı	f	Metafor No	Metafor Adı	f
1.	Mola	2	5.	Karanlıkta koşu	1
2.	Kapı	2	6.	Yeni sezon	1
3.	Kamp	1	7.	Soğuk duş	1
4.	Gökkuşağı	1		TOPLAM	10

Tablo 6'da "Yeniden harekete Geçme" kategorisini oluşturan metaforlar ve her bir metaforu geliştiren öğrencilerin sayısı ile ilgili bilgiler yer almaktadır. Aşağıda bu kategorisine ilişkin üretilen metaforların öğrenciler tarafından açıklanan mantıksal dayanaklarına ilişkin örneklere yer verilmiştir.

Sporda başarısızlık **mola gibidir**, çünkü nefeslenip yeniden başlama fırsatıdır (K.18).

Sporda başarısızlık **kapalı bir kapı gibidir,** çünkü anahtarı bulana kadar çabalamak gerekir (K.21).

Sporda başarısızlık **yağmur gibidir**, çünkü geçer ve ardından hava açar (E.6).

Sporda başarısızlık **bir gökkuşağı gibidir,** çünkü yağmurdan sonra ortaya çıkar ve güzellik getirir (E.14).

Sporda başarısızlık **yeni sezon gibidir**, çünkü her zaman tekrar şansın olur (K.10).

Geçici Süreçler ve Yenilenme

Öğrenci görüşleri doğrultusunda üretilen metaforlar arasından oluşturulan "Geçici Süreçler ve Yenilenme" kategorisinde, 9 öğrenci tarafından üretilen 4 metafor bulunmaktadır. Öğrenciler başarısızlığın gelip geçici olduğunu, zamanla toparlanmanın mümkün olduğunu vurgulamaktadır. Yenilenme ve yeniden başlama isteği ön plandadır. Bu kategori altında üretilen metaforlar Tablo 7.'de sunulmuştur.

Tablo 7.

"Geçici Süreçler ve Yenilenme" Kategorisi

Metafor No	Metafor Adı	f	Metafor No	Metafor Adı	f
1.	Fırtına	3	4.	Sakatlık	1
2.	Gök gürültüsü	2	5	Soğuk duş	1
3.	Gece	2		TOPLAM	9

Tablo 7'de "Geçici Süreçler ve Yenilenme" kategorisini oluşturan metaforlar ve her bir metaforu geliştiren öğrencilerin sayısı ile ilgili bilgiler yer almaktadır. Aşağıda "Geçici Süreçler ve Yenilenme" kategorisine ilişkin üretilen metaforların öğrenciler tarafından açıklanan mantıksal dayanaklarına ilişkin örneklere yer verilmiştir.

Sporda başarısızlık **fırtına gibidir**, çünkü geçtikten sonra arkada daha temiz bir hava bırakır (E.19).

Sporda başarısızlık **gök gürültüsü gibidir,** çünkü korkutucu ama geçicidir (K.2).

Sporda başarısızlık **gece gibidir**, çünkü sabah mutlaka gelir (E.23).

Sporda başarısızlık **soğuk duş gibidir**, çünkü başta zor gelir ama sonunda rahatlatır (E.28).

Sporda başarısızlık **sakatlık gibidir**, çünkü iyileşince daha güçlü dönersin (K.20).

Duygusal Deneyim ve Kayıplar

Öğrenci görüşleri doğrultusunda üretilen metaforlar arasından oluşturulan "Duygusal Deneyim ve Kayıplar" kategorisinde, 7 öğrenci tarafından üretilen 7 metafor bulunmaktadır. Başarısızlığı kırılma, hayal kırıklığı veya duygusal kayıp olarak yaşayan 7 öğrenci tarafından geliştirilen bir kategoridir. Bu kategoride öğrenciler başarısızlığı duygusal bir yıkım ya da kayıp olarak tanımlar. Ancak bu acı, genellikle farkındalık veya içsel güç kazanımıyla sonuçlanmaktadır. Bu kategori altında üretilen metaforlar Tablo 8.'de sunulmuştur.

Tablo 8.

"Duygusal Deneyim ve Kayıplar" Kategorisi

Metafor No	Metafor Adı	f	Metafor No	Metafor Adı	f
1.	Kırık pota	1	5.	Oyundan alınma	1
2.	Penaltı kaçırmak	1	6.	Soyunma odası	1
3.	Kaybetme	1	7.	Yağmurlu maç	1
4.	Hatalı pas	1		TOPLAM	7

Tablo 8'de "Duygusal Deneyim ve Kayıplar" kategorisini oluşturan metaforlar ve her bir metaforu geliştiren öğrencilerin sayısı ile ilgili bilgiler yer almaktadır. Aşağıda "Duygusal Deneyim ve Kayıplar" kategorisine ilişkin üretilen metaforların öğrenciler tarafından açıklanan mantıksal dayanaklarına ilişkin örneklere yer verilmiştir.

Sporda başarısızlık **kırık bir pota gibidir,** çünkü oyun devam eder ama tam verim almak için tamir gerekir (E.18).

Sporda başarısızlık **penaltı kaçırmak gibidir**; çünkü basit görünür ama içini yakar (E.26).

Sporda başarısızlık **final kaybetmek gibidir**; çünkü çok emek verip sonuç alamamaktır (K.4).

Sporda başarısızlık **hatalı pas gibidir**; çünkü küçük bir hata bazen sonucu değiştirir (E.13).

Sporda başarısızlık **hocanın oyundan alması gibidir**; çünkü moral bozar ama bazen gereklidir (K.17).

Sporda başarısızlık **sessiz soyunma odası gibidir**; çünkü herkes içinde kaybı yaşar (E.24).

Sporda başarısızlık **yağmurlu maç gibidir**; çünkü ıslanırsın ve kazanamazsın (K.11).

4. TARTIŞMA SONUÇ ve ÖNERİLER

Tartışma

Bu çalışma, Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin "Sporda Başarısızlık" olgusuna yükledikleri metaforik anlamları derinlemesine inceleyerek, bu deneyimin duygusal, bilişsel ve motivasyonel boyutlarını ortaya koymayı amaçlamıştır. Elde edilen bulgular, başarısızlığın katılımcılar tarafından sadece basit bir teknik sonuç olarak değil, literatürde sıklıkla ele alınan psikolojik sağlamlık, zihinsel dayanıklılık ve sportif kaygı kavramları ile iç içe geçmiş, karmaşık ve çok katmanlı bir deneyim olarak algılandığını göstermektedir. Öğrenci algıları, bir yandan başarısızlığı "Öğretmen" ve "Mücadele" gibi adaptif metaforlarla öğrenme ve gelişim kaynağı olarak kodlarken, diğer yandan "Kaybetme" ve "Penaltı kaçırmak" gibi duygusal kırılma ve kayıp metaforlarıyla da yoğun bir duygusal maliyet taşıdığını ifade etmektedir. Genel olarak, bulgular; öğrencilerin yüksek düzeyde zihinsel dayanıklılığa dair öz algılarına rağmen, başarısızlık anında kaygı ve üzüntü gibi maladaptif duygularla da mücadele etmek zorunda kaldıklarını işaret etmekte, bu durum, metafor analizi yoluyla elde edilen nitel verilerin nicel bulgularla (Tablo 2 ve 3) örtüştüğünü göstermektedir. Bu bağlamda, çalışmanın tartışma bölümü, belirlenen beş ana metaforik kategoriyi temel alarak, öğrencilerin başarısızlığa karşı geliştirdiği bu çift yönlü tepkiyi mevcut spor psikolojisi literatürü ışığında derinlemesine inceleyecektir.

Bu çalışmada öğrencilerin %100'ünün kendilerini zihinsel olarak görmesi, Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin kendi psikolojik yeterliliklerine dair yüksek bir öz algıya sahip olduğunu göstermektedir (Tablo 2). Bu bulgu, öğrencilerin metaforik algıları arasında en fazla yer tutan "Mücadele ve Dayanıklılık" ile "Gelişim ve Öğrenme" kategorileriyle doğrudan örtüşmektedir. Bu yüksek öz algı, literatürde Jones ve arkadaşları (2007) tarafından tanımlanan zihinsel sağlamlığın temel bileşenlerinden biri olan özgüven ile paralellik taşır. Spor ortamında zihinsel sağlamlık, sporcuların zorluklar, baskı ve başarısızlık karşısında azimli, kararlı kalma ve yüksek performans sergileme kapasitesini ifade eder (Clough vd., 2002). Öğrencilerin tamamının bu yeteneğe kısmen veya tamamen sahip olduğunu belirtmesi, spor bilimleri eğitiminin ve spor kültürünün, bireylere zorluklar karşısında dirençli olma değerini aşıladığını düşündürmektedir. Ancak bu algının, gerçek performans ve duygusal tepkilerle ne ölçüde tutarlı olduğu, Tablo 3 bulgularıyla birlikte değerlendirilmelidir. Başarısızlık karşısında hissedilen duygulara ilişkin bulgular (Tablo 3), öğrencilerin psikolojik durumlarının ikircikli bir yapıya sahip olduğunu ortaya koymaktadır. Öğrencilerin en sık hissettiği duygunun "Kaygı" (%30) olması, yüksek zihinsel dayanıklılık algısına rağmen, rekabetçi sporun doğasında bulunan stresörlerin güçlü bir duygusal tepkiye yol açtığını göstermektedir. Bu bulgu, Martens ve arkadaşlarının (1990) klasikleşmiş çalışmasıyla temellendirilen sportif kaygı kavramının, başarısızlık durumunda bilişsel ve somatik bileşenleriyle birlikte baskın bir şekilde ortaya çıktığını kanıtlamaktadır. Kaygı; öğrencilerin metaforlarında yer alan "Kayıp, Acı ve Üzüntü" kategorisinin temelini oluşturur ve bu durum, performansta düşüşe veya motivasyon kaybına yol açabilecek riskli bir duygusal tepkidir (Nicholls vd., 2012). Ancak kaygıyı hemen ardından %28 ile "Yeniden deneme isteği" seçeneğinin takip etmesi, öğrencilerin duygusal bir kırılma yaşarken bile yüksek düzeyde adaptif (uyum sağlayıcı) bir başa çıkma stratejisine sahip olduğunu göstermektedir. Bu "geri sıçrama" arzusu, sporcu psikolojisi literatüründe sıkça vurgulanan psikolojik sağlamlığın ve motivasyonun yenilenmesinin (Galli & Vealey, 2008) doğrudan bir göstergesidir. Öğrencilerin hem Kaygı hem de Yeniden deneme isteği gibi karşıt duyguları yüksek oranlarda deneyimlemesi, başarısızlık anının karmaşık bir duygusal regülasyon mücadelesi olduğunu ortaya koyar. Sonuç olarak, öğrencilerin kendilerine biçtikleri yüksek zihinsel dayanıklılık algısı (Tablo 2), anlık başarısızlık durumlarında kaygı ve üzüntü gibi duygularla sınanmaktadır. Eğitimcilerin ve uygulayıcıların temel görevi, bu yüksek

yeniden deneme isteği (motivasyon) potansiyelini kullanarak, kaygı tepkisini yönetilebilir hale getirecek zihinsel hazırlık ve duygusal düzenleme becerilerini güçlendiren müdahale programları geliştirmek olmalıdır (Sarkar & Fletcher, 2014).

Bu çalışma kapsamında, öğrencilerin bir kısmı başarısızlığı öğrenme ve gelişme açısından olumlu bir durummuş gibi algılamışlardır. Hatalar "öğretmen", "merdiven", "antrenman" gibi metaforlarla ifade edilmiştir. Bu bulgu, spor psikolojisi literatüründe başarısızlık sonrası nasıl bir zihniyete sahip olunduğunun kritik olduğunu göstermektedir. Örneğin Spor Psikolojisi alanında başarısızlık yalnızca bir sonuç değil; ona verilen anlam, kişinin sonraki performansı açısından belirleyicidir. Öğrencilerin hatalarını analiz edip buna göre hareket etme eğiliminde olmaları, "gelişim zihniyeti" ile paralel bir tutumdur. Bu yaklaşım, hatanın sabit bir başarısızlık değil, potansiyel bir fırsat olduğunu vurgular. Bu bağlamda, öğrencilerin metafor üretimlerinde "video analizi", "boş pota" gibi ifadeleri seçmeleri, hataya karşı aktif bir gözlemci tutumu benimsediklerini göstermektedir. Ancak burada dikkat edilmesi gereken, bu zihniyeti yalnızca olumlu görmekle yetinilmemesidir. Öğrenciler bu tutuma sahip olsa da, yeterli destek veya uygun geri bildirim olmazsa, sadece tekrar eden hata döngüsüne girilebilir. Dolayısıyla, okul içi uygulamalarda "başarısızlık sonrası öğrenme süreçlerinin yapılandırılması" gereklidir. Kişisel Gelişim ve Öğrenme Süreci kategorisi, öğrencilerin başarısızlığa yönelik en adaptif bilişsel çerçevesini yansıtmaktadır. Toplam 13 öğrenci tarafından üretilen metaforlar ("antrenman," "deneme," "kas ağrısı," "uyarı" gibi), başarısızlığın sadece bir sonuç değil, aktif bir gelişim ve öğrenme aracı olarak algılandığını göstermektedir. Özellikle "Antrenman" (n=4) metaforunun sıklığı, başarısızlığın zihinsel ve fiziksel dayanıklılığı artıran bir süreç (tıpkı antrenmanın kas geliştirmesi gibi) olarak kabul edildiğini vurgular. Öğrenci ifadelerinde yer alan "gelişimin başlangıcıdır" veya "geliştiğini gösterir" gibi açıklamalar, bu algının merkezinde gelişim zihniyetinin olduğunu düşündürmektedir. Bu zihniyet, hataların bireyin sabit yeteneklerinin bir yansıması değil, potansiyelini artırmak için kullanılabilecek değerli bir geri bildirim kaynağı olduğunu vurgular (Dweck, 2006; Yeager & Dweck, 2020). Öğrencilerin hataları "Analiz" ve "Boş potaya atış" (deneme) gibi ifadelerle ilişkilendirmesi, onların pasif bir kabullenme yerine aktif bir gözlemci ve düzeltici tutum benimsediğini göstermektedir. Bu aktif rol, spor psikolojisi literatüründe ele alınan, sporcunun stresörleri yönetme ve onlardan faydalanma becerisi olan psikolojik dayanıklılığın temel bir bileşenidir (Sarkar & Fletcher, 2014). Başarısızlığı bir "Uyarı" veya "Hocanın uyarısı" gibi gören öğrenci (E.25) ise, dışsal geri bildirimi kişisel gelişimi için motive edici bir araç olarak içselleştirdiğini kanıtlar niteliktedir. Ancak bu olumlu zihniyetin işlevsel olması için dikkat edilmesi gereken kritik bir nokta vardır: Öğrenciler bu tutuma sahip olsa da, yeterli destek veya uygun yapılandırılmış geri bildirim sağlanmazsa, yalnızca tekrarlayan hata döngüsüne girilebilir. Bu nedenle, okul içi uygulamalarda başarısızlık sonrası öğrenme süreçlerinin yapılandırılması; yani, antrenörlerin hataları kişisel eleştiri yerine nesnel performans verileri üzerinden analiz etmesi ve öğrencinin bu veriler ışığında somut hedefler belirlemesine rehberlik etmesi elzemdir. Bu, başarısızlık algısını teoriden pratiğe taşıyan bir köprü görevi görecektir.

Mücadele ve Dayanıklılık kategorisi altında öğrenciler başarısızlığı, öngörülen zorluklar ve mücadele edilmesi gereken engeller olarak algılamışlardır. Mücadele ve Dayanıklılık kategorisi, öğrencilerin başarısızlığı sporda kaçınılmaz, ancak aşılabilir bir zorluk veya direnç alanı olarak gördüğünü göstermektedir. Bu kategoride öne çıkan metaforlar, "Rakip" (n=4), "Set" (n=3) ve "Tırmanış", sporcu kimliğinin temelini oluşturan mücadele gücü, sabır ve azim kavramlarını vurgulamaktadır. Özellikle

başarısızlığın "Rakip" olarak görülmesi, öğrencinin dışsal bir engel karşısında kendini sınama ve geliştirme eğiliminde olduğunu; bu rakiple rekabet ederek daha da güçlendiğini (Sporda Başarısızlık zorlu rakip gibidir, çünkü seni sınar ama geliştirir) düşündüğünü ortaya koymaktadır. Bu algı, spor psikolojisi literatüründeki psikolojik dayanıklılık kavramıyla güçlü bir örtüşme içindedir. Psikolojik sağlamlık, Galli ve Gonzalez'in (2015) ifade ettiği gibi, sporcuların zorluklarla karşılaştığında nasıl tepki vereceğinin temelini oluşturur. Öğrencilerin "uzun set" veya "dağa tırmanış" metaforlarını kullanması, sporcuların engeller karşısında geri çekilmek yerine, azim ve sebat göstererek toparlanma yeteneğine (Jaiyeoba & Becker, 2023) sahip olduğunu göstermektedir. "Rüzgâra karşı koşu" metaforu ise, ilerlemek için dışsal direnci göğüsleme ve karşı koyma zorunluluğunu, yani doğrudan dayanıklılığı temsil eder. Ancak bu olumlu algının tam olarak işlevsel hale gelmesi için, sporcuların yalnızca zorluğa direnmesi değil, aynı zamanda bu mücadele sürecinden öğrenmesi gerekir. "Blok yemek" metaforunun açıklaması ("daha akıllı oynamayı hatırlatır"), mücadele algısının aynı zamanda bilişsel bir analiz içerdiğini gösterir. Bu bağlamda, psikolojik dayanıklılığın geliştirilmesi, stres faktörlerini yönetme ve bu faktörleri gelişim için kullanma stratejilerini (Sarkar & Fletcher, 2014) içermelidir. Antrenörler ve eğitimciler, bu mücadele ruhunu desteklerken, öğrencilerin duygusal kırılmalar yaşama riskine (Zhang & Hu, 2023) karşı da tetikte olmalı ve zihinsel hazırlık (Clough vd., 2002) uygulamalarıyla bu dayanıklılığı somut becerilere dönüştürmelidirler. "Rüzgâra karşı koşu", "dağa tırmanış" ve "blok yemek" gibi spor odaklı metaforlar, başarısızlık sürecinin dinamik bir mücadele alanı olduğunu ortaya koymaktadır. Bu algı, spor bağlamında psikolojik dayanıklılık kavramıyla güçlü bir şekilde örtüşmektedir. Araştırmalar, sporcuların başarısızlık ve beklenmedik aksaklıklarla nasıl başa çıktıklarının, sadece fiziksel performansı değil, aynı zamanda psikolojik performansı da belirlediğini göstermektedir. Örneğin, bir sporcu başarısızlığı sadece bir "yenilgi" değil, aktif bir mücadele süreci olarak gördüğünde, bu süreçte direnç kazanabilir ve sonraki performansa daha hazırlıklı olabilir. Literatürde, psikolojik sağlamlığın; stres faktörleri, zorluklar ve sporcu tükenmişliği gibi olumsuzluklarla mücadelede kritik bir rol oynadığı vurgulanmaktadır (Tutte-Vallarino vd., 2022; Jaiyeoba & Becker, 2023). Spor bilimleri öğrencilerinin bu algısı, sporcu kimliğinin temel bileşenleri olan azim, direnç ve kararlılık niteliklerinin öğrencilerde yerleşik olduğunu işaret etmektedir. Ancak, bu mücadele algısının olumlu işleyebilmesi için öğrenci-sporcu desteği, mentorluk, uygun antrenman ve zihinsel hazırlığın eş zamanlı olması gerekir. Özellikle, sporcu dayanıklılığının geliştirilmesi, stres faktörlerini yönetme ve koruyucu faktörleri artırma stratejilerini (Sarkar & Fletcher, 2014) içermelidir. Ayrıca, mücadele algısı tek başına yeterli değildir; öğrencinin bu süreçten bir anlam çıkarması, dönüt alabilmesi ve ilerleyebilmesi önemlidir. Zira, yüksek düzeyde zihinsel dayanıklılığa sahip sporcular bile, başarısızlık karşısında duygusal kırılmalar yaşayabilir, bu da duygusal regülasyon ve başa çıkma becerilerinin önemini ortaya koyar (Zhang & Hu, 2023). Bu nedenle, eğitimciler başarısızlığı, öğrencilerin psikolojik sağlamlığını güçlendiren, yapılandırılmış bir öğrenme deneyimine dönüştürmelidirler.

Yeniden Harekete Geçme kategorisi, öğrencilerin başarısızlığa karşı geliştirdiği ileriye dönük, umut odaklı ve proaktif bir zihniyeti temsil etmektedir. Öğrencilerin başarısızlığı bir son olarak değil, "yeni sezon", "mola" ve "kapı" gibi metaforlarla yeniden başlamak için bir motivasyon kaynağı olarak algılaması, yüksek düzeyde içsel motivasyona sahip olduklarını göstermektedir. Bu metaforlar, başarısızlık deneyiminin ardından gelen "tersine çevirme" potansiyelini vurgular. "Mola" (n=2) ve "Yeni sezon" (n=1) metaforları, tıpkı Galli ve Vealey'in (2008) sporcuların toparlanma deneyimlerini incelediği çalışmalarında olduğu gibi, başarısızlık sonrası nefeslenme, değerlendirme ve enerjiyi yeniden toplama ihtiyacını yansıtmaktadır. Metaforlarda yer alan "Kapı" (n=2), "Gökkuşağı" ve "Yağmur" (Geçicilik

kategorisinden gelen benzer algı), başarısızlığın doğası gereği geçici bir durum olduğunu ve ardından mutlaka bir iyileşme/başarı döneminin geleceği inancını yansıtmaktadır. Bu inanç, sporcuların psikolojik sağlamlıklarının temelini oluşturur. Sporcuların zorluklarla karşılaştığında nasıl tepki verecekleri, uzun vadeli kariyer başarısı için kritik öneme sahiptir (Galli & Gonzalez, 2015). Bu algı, sporcuların başarısızlığı kişisel bir kusurdan ziyade, süreçte karşılaşılan, aşılması gereken bir engel olarak gördüğünü kanıtlamaktadır. Ancak, bu "yeniden başlama" motivasyonunun sürdürülebilir olması için yalnızca içsel umut yetmez; bu sürecin yapılandırılmış eylem planlarıyla desteklenmesi gerekir. Literatür, zihinsel dayanıklılığın geliştirilmesinde, bireyin başarısızlık sonrası hedef belirleme, gerçekçi planlama ve zihinsel hazırlık becerilerinin kritik olduğunu belirtir (Jones vd., 2007). "Karanlıkta koşu" metaforu, yeniden başlama sürecinin belirsizlik ve zorluk içerebileceğini gösterirken, "Soğuk duş" ise hızlıca kendine gelme ve duygusal düzenleme ihtiyacına işaret eder. Bu nedenle, uygulayıcılar öğrencilerin "anahtarı bulana kadar çabalama" arzusunu, somut ve ölçülebilir hedeflerle eşleştirerek, duygusal toparlanmayı bilişsel yeniden yapılanmayla birleştirmelidir.

Geçici Süreçler ve Yenilenme kategorisi, öğrencilerin başarısızlığı bir durumdan ziyade, zaman içinde kendiliğinden geçecek veya dönüşecek bir döngüsel olay olarak algıladığını göstermektedir. "Fırtına" (n=3), "Gök gürültüsü" ve "Gece" gibi metaforların kullanımı, başarısızlığın geçici, doğa olayları gibi kaçınılmaz ancak sonunda sona erecek bir zorluk olduğunu vurgular. Bu algı, öğrenci ifadelerinde yer alan “geçtikten sonra arkada daha temiz bir hava bırakır” ve “sabah mutlaka gelir” gibi açıklamalarla desteklenmekte, bu da yüksek düzeyde iyimserlik ve kontrol odağı inancına işaret etmektedir. Bu geçici algı, sporcu performansının uzun vadeli sürdürülebilirliği açısından kritik öneme sahiptir. Toparlanma sadece fiziksel değil, aynı zamanda bilişsel ve duygusal yenilenmeyi de içerir (Jaiyeoba & Becker, 2023). Öğrencilerin "Sakatlık" metaforunu kullanması ("iyileşince daha güçlü dönersin"), fiziksel zorluklardan edinilen dayanıklılık bilgisini psikolojik zorluklara da uyguladıklarını göstermektedir. Bu, sporcuların zorluk karşısında geri sıçrama yeteneği olan psikolojik sağlamlık becerisinin temel göstergesidir (Sarkar & Fletcher, 2014). Benzer şekilde, "Soğuk duş" metaforu da, başlangıçtaki acıya rağmen, sürecin sonunda temizlenme ve rahatlama getiren hızlı duygusal regülasyon (duygusal düzenleme) ihtiyacına işaret eder. Ancak, bu kategorinin temel çıkarımı olan "Geçicilik" algısı, pasif bir bekleyişe yol açmamalıdır. Başarısızlığı bir son değil, geçici bir süreç olarak görmek adaptif olsa da, bu sürecin sonunda kalıcı öğrenme ve gelişim sağlanması için yapılandırılmış eylemler gereklidir. Aksi takdirde, Tutte-Vallarino ve arkadaşlarının (2022) belirttiği gibi, doğru destek mekanizmalarının yokluğunda, geçici stresörler kronikleşerek sporcu tükenmişliğine yol açabilir. Bu nedenle, spor eğitiminde zihinsel toparlanma stratejileri ve zorluk sonrası analiz/geri bildirim döngüleri, bu olumlu geçicilik algısını kalıcı başarıya dönüştürmek için entegre edilmelidir.

Duygusal Deneyim ve Kayıplar kategorisi, öğrencilerin başarısızlığı bir kırılma, hayal kırıklığı veya doğrudan duygusal kayıp olarak yaşadıklarını göstermektedir. “Penaltı kaçırmak”, “final kaybetmek” ve “sessiz soyunma odası” gibi metaforlar, başarısızlığın teknik bir sonuçtan öte, yoğun bir duygusal ve psikososyal etkiye sahip olduğunu ortaya koymaktadır. Özellikle “penaltı kaçırmak gibidir, çünkü basit görünür ama içini yakar” ifadesi, dışarıdan önemsiz gibi görünen hataların dahi sporcunun iç dünyasında yarattığı derin etkiyi ve duygusal sarsıntıyı (Zhang & Hu, 2023) gözler önüne sermektedir. Bu bulgu, spor psikolojisi literatüründeki sportif kaygı ve öz-yeterlilik kavramlarıyla yakından ilişkilidir (Martens vd., 1990; Nicholls vd., 2012). Büyük çaba harcanan ancak sonuç alınamayan "final kaybetmek"

metaforu, harcanan emeğin ardından gelen yıkımın yoğunluğunu ve dolayısıyla motivasyon düşüşü riskini barındırır. "Sessiz soyunma odası" metaforu ise, kaybın bireysel bir acı olmaktan çıkıp, kolektif bir duygusal deneyime dönüştüğünü; bu durumda sporcunun kendini izole edilmiş veya yalnız hissedebileceğini gösterir. Araştırmalar, bu tür başarısızlıklardan kaynaklanan duygusal sarsıntının, uzun vadede spordan kopmaya ve hatta sporcu tükenmişliğine yol açabileceğini belirtmektedir (Tutte-Vallarino vd., 2022; Schinke vd., 2018). Öğrenci görüşlerinde bu acının "farkındalık veya içsel güç kazanımıyla" sonuçlandığına dair vurgu bulunsa da, bu dönüşümün kendiliğinden gerçekleşmediği unutulmamalıdır. Duygusal acının öğrenmeye dönüşmesi için, sporcunun öncelikle bu duyguyu sağlıklı bir şekilde işlemesi gerekir. Bu noktada eğitimciler, antrenörler ve spor yöneticileri, öğrencilerin yalnızca performansına değil, duygusal durumuna da dikkat etmelidir. Zihinsel sağlamlık geliştirme çabalarının, duygusal sağlığı göz ardı etmemesi, aksine onu desteklemesi gerekir (Gucciardi vd., 2017). Bu nedenle, psikolojik danışmanlık, duygusal regülasyon becerileri ve öz-şefkat (kendine merhamet) eğitimi gibi uygulamalar, bu tür duygusal kayıpları yaşayan sporcuların, yaşadıkları acıyı yapıcı bir güce dönüştürebilmesi için kritik öneme sahiptir (Zhang & Hu, 2023).

Bu çalışmada Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin "Sporda Başarısızlık" olgusuna yönelik algılarının, karmaşık ve çok boyutlu bir zihinsel yapıyı yansıttığı tespit edilmiştir. Öğrencilerin metaforları, başarısızlığı bir yandan Gelişim ve Öğrenme Süreci ve Umut ve Yeniden Başlama gibi adaptif (uyum sağlayıcı) bilişsel çerçevelerle ele alırken, diğer yandan Kayıp, Acı ve Üzüntü gibi yoğun duygusal tepkilerle deneyimlediklerini göstermektedir. Zorluk ve Mücadele ile Geçicilik ve Yenilenme kategorileri ise, öğrencilerin başarısızlığı bir nihai durumdan ziyade, psikolojik dayanıklılık ve zihinsel sağlamlık (Jones vd., 2007; Sarkar & Fletcher, 2014) gerektiren döngüsel bir süreç olarak algıladığını teyit etmektedir. Bu bulgular, gelişim zihniyetinin teorik olarak benimsenmesine rağmen, uygulamada duygusal kırılganlık riskinin sürdüğünü göstermektedir. Dolayısıyla, spor eğitimi programlarının, öğrencilerin kayıp ve acı metaforlarıyla ilişkilendirdikleri duygusal tepkileri yönetebilmeleri için öz-şefkat (Zhang & Hu, 2023) ve duygusal regülasyon becerilerini güçlendirmeye odaklanan, bütüncül bir psikolojik destek yaklaşımını benimsemeleri gerekmektedir. Bu bütüncül yaklaşım, öğrencilerin yalnızca fiziksel değil, aynı zamanda zihinsel ve duygusal olarak da zorluklara karşı dirençli sporcular olarak yetişmelerini sağlayacaktır (Gucciardi vd., 2017).

Sonuç ve Öneriler

Bu araştırma, Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin "sporda başarısızlık" olgusuna ilişkin metaforik algılarını ortaya çıkarmayı amaçlamıştır. Bulgular, öğrencilerin başarısızlık deneyimini tek boyutlu bir başarısızlık duygusundan ziyade, çok yönlü bir psikolojik ve deneyimsel süreç olarak anlamlandırdıklarını göstermektedir. Araştırmadan elde edilen sonuçlar, "sporda başarısızlık" olgusuna ilişkin metaforik algıların beş temel kategori çerçevesinde şekillendiğini ortaya koymaktadır:

1. Kişisel Gelişim ve Öğrenme Süreci

Bu kategori, öğrencilerin başarısızlığı bir "ders", "antrenman" veya "öğretici süreç" olarak görmeleriyle öne çıkmıştır. Öğrenciler, başarısızlığın gelişimsel değerini fark etmiş, hatalardan öğrenmeyi ve yeniden denemeyi bir tür öz-düzenleme stratejisi olarak benimsemiştir.

2. Mücadele ve Dayanıklılık

Öğrenciler başarısızlığı bir "rakip" veya "zorluk alanı" gibi görerek, mücadelenin sporda kaçınılmaz olduğunu vurgulamıştır. Bu durum, sporcu kimliğinin temel bileşenlerinden olan azim, direnç ve kararlılık niteliklerinin öğrencilerde yerleşik olduğunu göstermektedir.

3. Yeniden Harekete Geçme

Bu kategori, öğrencilerin başarısızlık karşısında yeniden motive olma, hedef belirleme ve umut duygusunu koruma eğiliminde olduklarını ortaya koymuştur. "Yeni sezon", "mola", "gökkuşağı" gibi metaforlar, yeniden başlama enerjisinin güçlü olduğunu göstermektedir.

4. Geçici Süreçler ve Yenilenme

Başarısızlık, birçok öğrenci için geçici bir dönem olarak algılanmıştır. "Fırtına", "gece", "soğuk duş" gibi metaforlar, başarısızlığın ardından gelen yenilenme sürecine işaret etmektedir. Bu da öğrencilerin psikolojik dayanıklılık düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir.

5. Duygusal Deneyim ve Kayıplar

Az sayıda öğrenci başarısızlığı bir "kayıp" ya da "duygusal kırılma" olarak tanımlamıştır. "Penaltı kaçırmak", "final kaybetmek", "sessiz soyunma odası" gibi metaforlar, hayal kırıklığı ve moral bozukluğunu yansıtmaktadır. Bu durum, spor başarısızlığının duygusal yönünün ihmal edilmemesi gerektiğine işaret etmektedir. Genel olarak çalışma, öğrencilerin büyük bir kısmının başarısızlığı öğrenmeye, dayanıklılığa ve yeniden başlamaya yönelik olumlu bir fırsat olarak değerlendirdiğini ortaya koymuştur. Bununla birlikte, bir grup öğrencinin başarısızlığı duygusal olarak yıpratıcı bir deneyim olarak yaşadığı da gözlemlenmiştir. Bu farklılık, spor eğitimi süreçlerinde hem bilişsel hem duygusal desteklerin önemine işaret etmektedir.

Çalışmanın sonuçları, öğrencilerin başarısızlığa karşı hem adaptif (uyum sağlayıcı) hem de maladaptif (uyum bozucu) duygusal ve bilişsel tepkiler geliştirdiğini göstermiştir. Bir yandan başarısızlığı bir "öğretmen" ve "mücadele" alanı olarak görme eğilimi (Gelişim ve Öğrenme; Zorluk ve Mücadele), öğrencilerin yüksek düzeyde zihinsel dayanıklılık potansiyeline sahip olduğunu göstermektedir (Jones vd., 2007). Ancak diğer yandan, başarısızlığı "final kaybetmek" gibi somut bir kayıp, acı ve üzüntü duygusuyla ilişkilendiren metaforların yoğunluğu, sporcuların duygusal kırılganlık riskini ve sportif kaygılarının varlığını (Martens vd., 1990) işaret etmektedir. Bu çelişkili algısal yapı, spor eğitiminde başarısızlık sonrası süreçlerin yalnızca teknik düzeltmelerle değil, aynı zamanda psikolojik sağlamlık becerilerinin geliştirilmesiyle desteklenmesi gerektiği sonucuna götürmektedir (Sarkar & Fletcher, 2014). Öğrencilerin Geçicilik ve Yenilenme algısı, başarısızlık sonrası toparlanma sürecine yönelik olumlu bir zemin sağlarken, bu zemin üzerinde aktif hedef belirleme ve yapılandırılmış geri bildirim mekanizmalarının kurulması kritik öneme sahiptir. Sonuç olarak, bu çalışma spor bilimleri eğitiminde başarısızlık yönetiminin bütüncül bir yaklaşımla ele alınması gerektiği tezini güçlendirmektedir. Elde edilen sonuçlar çerçevesinde, sporcu gelişimini desteklemek amacıyla uygulamacılar (antrenörler, eğitimciler vb.) için kritik öneme sahip aşağıdaki çıkarımlar ve öneriler geliştirilmiştir:

Uygulayıcılara Yönelik Öneriler

Bu araştırmanın bulguları ve tartışma sonuçları ışığında, antrenörler, spor psikologları, eğitimciler ve spor yöneticilerine yönelik aşağıdaki öneriler sunulmaktadır:

- Duygusal Regülasyon Eğitimi: Antrenman ve ders programlarına, öğrencilerin Kayıp, Acı ve Üzüntü kategorisindeki olumsuz duyguları yönetmelerine yardımcı olacak öz-şefkat ve duygusal regülasyon (Zhang & Hu, 2023) becerilerini geliştirmeye yönelik modüller eklenebilir.
- Geri Bildirim Yapılandırması: Antrenörlerin, Gelişim ve Öğrenme metaforunu desteklemek amacıyla, başarısızlık sonrası geri bildirimleri kişisel eleştiri yerine süreç odaklı analizler (video analizleri, performans metrikleri) şeklinde sunmaları teşvik edilebilir.
- Zihinsel Dayanıklılık Modülleri: Öğrencilerin Zorluk ve Mücadele algısını güçlendirmek için, hedef belirleme, görselleştirme ve stresle başa çıkma gibi zihinsel dayanıklılık becerilerine odaklanan periyodik atölye çalışmaları düzenlenebilir (Clough vd., 2002).
- Mentorluk ve Akran Desteği: Özellikle yoğun başarısızlık deneyimleri sonrasında, öğrencilerin Umut ve Yeniden Başlama sürecini desteklemek amacıyla akran mentorluk programları ve psikolojik destek birimleri aktif hale getirilebilir.

Gelecek Araştırmalara Yönelik Öneriler

- Boylamsal Çalışmalar: Başarısızlık algısının sporcuların kariyer süreçleri boyunca nasıl değiştiğini ve bu metaforların gerçek sportif performans ve uzun vadeli zihinsel dayanıklılık üzerindeki etkilerini inceleyen boylamsal çalışmalar yapılabilir.
- Kültürel Karşılaştırmalar: Farklı kültürel ve coğrafi bölgelerdeki spor bilimleri öğrencileri ve elit sporcular arasında başarısızlık algısını karşılaştıran araştırmalar yapılabilir. Bu, kültürel normların metaforik algılar üzerindeki etkisini ortaya çıkarabilir.
- Nicel İlişkisel Araştırmalar: Bu çalışmada belirlenen metaforik kategoriler, sportif kaygı, zihinsel dayanıklılık ve psikolojik sağlamlık gibi nicel değişkenlerle ilişkilendirilerek, hangi metaforik algının hangi psikolojik yapıyı güçlü bir şekilde yordadığını belirleyen korelasyonel ve regresyon analizleri yapılabilir.
- Müdahale Çalışmaları: Öğrencilerin olumsuz metaforlardan (Kayıp, Acı, Üzüntü) adaptif metaforlara (Gelişim, Mücadele) geçişini sağlamaya yönelik tasarlanmış eğitim programlarının etkililiğini inceleyen deneysel müdahale araştırmaları yürütülmesi önerilir.

Kaynakça / Reference

Clough, P., Earle, K., & Sewell, D. (2002). *Mental toughness: The concept and its measurement.* In I. Cockerill (Ed.), *Solutions in sport psychology* (pp. 32–43). Thomson.

Dweck, C. S. (2006). *Mindset: The new psychology of success*. Random House.

Fletcher, D., & Sarkar, M. (2012). A grounded theory of psychological resilience in Olympic champions. *Psychology of Sport and Exercise, 13*(5), 669–678. https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2012.04.007

Galli, N., & Gonzalez, S. (2015). The question is not if an athlete will encounter adversity in sport, but instead how will they respond when adversity occurs? In D. Fletcher & M. Sarkar (Eds.), *Psychology of adaptation and resilience in sport* (pp. 225–235). Routledge.

Galli, N., & Vealey, R. S. (2008). Bouncing back from adversity: Athletes' experiences of resilience. *The Sport Psychologist, 22*(3), 316–335. https://doi.org/10.1123/tsp.22.3.316

Gucciardi, D. F., Hanton, S., & Fleming, S. (2017). Are mental toughness and mental health contradictory concepts in elite sport? A narrative review. *Journal of Science and Medicine in Sport, 20*(3), 307–311. https://doi.org/10.1016/j.jsams.2016.08.006

Jaiyeoba, O., & Becker, G. (2023). The role of resilience on stress and recovery of elite athletes in sport. *Athens Journal of Sports, 10*(1), 4–16. https://doi.org/10.30958/ajs.10-1-4

Jones, G., Hanton, S., & Connaughton, D. (2007). A framework of mental toughness in the world's best performers. *The Sport Psychologist, 21*(2), 243–264. https://doi.org/10.1123/tsp.21.2.243

Lakoff, G., & Johnson, M. (1980). *Metaphors we live by.* University of Chicago Press.

Martens, R., Vealey, R. S., & Burton, D. (1990). *Competitive anxiety in sport.* Human Kinetics.

Morgan, P. B. C., Fletcher, D., & Sarkar, M. (2015). Understanding team resilience in the world's best athletes: A case study of a rugby union World Cup winning team. *Psychology of Sport and Exercise, 16*, 91–100. https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2014.08.007

Nicholls, A. R., Polman, R. C. J., & Levy, A. R. (2012). Coping self-efficacy, pre-competitive anxiety, and subjective performance among athletes. *European Journal of Sport Science, 12*(1), 1–10. https://doi.org/10.1080/17461391.2010.551410

Saban, A. (2008). İlköğretim I. kademe öğrencilerinin fen ve teknoloji kavramlarına yönelik metaforları. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi, 6*(2), 205–231.

Sarkar, M., & Fletcher, D. (2014). Psychological resilience in sport performers: A review of stressors and protective factors. *International Review of Sport and Exercise Psychology, 7*(1), 135–153. https://doi.org/10.1080/1750984X.2013.866587

Schinke, R. J., Stambulova, N., Si, G., & Moore, Z. (2018). International society of sport psychology position stand: Athletes' mental health, performance, and development. *International Journal of Sport and Exercise Psychology, 16*(6), 622–639. https://doi.org/10.1080/1612197X.2017.1295557

Tutte-Vallarino, J., Arce, C., & Arce, C. (2022). The struggle between resilience and athlete burnout in stressful contexts. *Frontiers in Psychology, 13*, 1003053. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1003053

Weinberg, R. S., & Gould, D. (2019). *Foundations of sport and exercise psychology* (7th ed.). Human Kinetics.

Yeager, D. S., & Dweck, C. S. (2020). What have we learned about the mindsets of adolescents? *Educational Psychologist*, *55*(2), 107–124. https://doi.org/10.1080/00461520.2020.1764817

Zhang, J., & Hu, X. (2023). Athletes' self-compassion and emotional resilience to failure. *Frontiers in Psychology, 14*, 1192265. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1192265

Yeager, D. S., & Dweck, C. S. (2020). What have we learned about the mindsets of adolescents? *Educational Psychologist*, *55*(2), 107–124. https://doi.org/10.1080/00461520.2020.1764817

EXTENDED ABSTRACT

1. INTRODUCTION

Sport plays a significant role in the physical, psychological, and social development of individuals. Participation in sports activities helps people develop physical skills, emotional balance, social relationships, and self-confidence. However, success in sports cannot always be guaranteed, and failure is an unavoidable part of athletic experience. Failure in sports does not simply refer to poor performance or losing a competition; it also represents a psychological process that challenges athletes' emotional stability, motivation, and resilience.

Understanding how athletes perceive failure is important for improving both performance and psychological well-being. In this context, the present study aims to explore the metaphorical perceptions of failure among students studying in a Faculty of Sports Sciences. Metaphors are powerful tools for understanding individuals' thoughts, beliefs, and emotional interpretations of complex experiences. By analyzing the metaphors students use when describing failure in sports, the study seeks to reveal how they interpret this experience and what meanings they attribute to it.

2. METHOD

The research was conducted using a qualitative research design. Data were collected through semi-structured interview forms distributed to students. After examining the responses, 50 valid forms were included in the analysis. Participants were asked to complete statements about the concept of "failure in sports" and explain their reasoning. Their responses were then analyzed using content analysis techniques. During the analysis process, the metaphors produced by the students and their explanations were examined, coded, and grouped according to their conceptual similarities.

As a result of the analysis, students generated 31 different metaphors related to failure in sports. These metaphors were organized into five main conceptual categories:

1. Personal Development and Learning Process
2. Struggle and Resilience
3. Reactivation or Restarting
4. Temporary Processes and Renewal
5. Emotional Experiences and Losses

3. FINDINGS, DISCUSSION AND RESULTS

The first category, personal development and learning process, represents the most constructive perception of failure. Many students described failure as a learning experience that contributes to improvement and growth. Metaphors such as "training," "trial," "muscle pain," and "practice shot" illustrate that students often see failure as a necessary stage of development. These metaphors emphasize that mistakes are not permanent setbacks but valuable opportunities to gain experience and refine skills.

The second category, struggle and resilience, reflects students' perception of failure as a challenge that must be overcome. In this category, metaphors such as "opponent," "climbing," or "running against the wind" portray failure as an obstacle that requires effort, determination, and persistence. This perspective highlights the importance of psychological resilience and mental toughness in sports. Students who adopt this view see failure as an inherent part of competition and believe that perseverance is necessary to achieve success.

The third category, reactivation or restarting, indicates that students often view failure as an opportunity to begin again with renewed motivation. Metaphors such as "new season," "break," or "rainbow"

symbolize hope and the possibility of recovery after setbacks. This perspective suggests that many students maintain optimism and are willing to continue their efforts even after experiencing failure.

The fourth category, temporary processes and renewal, emphasizes the idea that failure is not permanent but rather a temporary stage in the athletic journey. Metaphors such as "storm," "night," or "cold shower" represent events that eventually pass and lead to renewal. These metaphors suggest that students believe difficulties and setbacks will eventually disappear, leaving room for improvement and progress. This perspective reflects an optimistic outlook and a strong belief in recovery and growth after failure.

The final category, emotional experiences and losses, highlights the negative emotional aspects of failure. Some students described failure using metaphors such as "missing a penalty," "losing a final," or "a broken hoop." These metaphors reflect feelings of disappointment, sadness, and frustration associated with losing or underperforming.

In addition to metaphor analysis, the study also examined students' emotional responses to failure. The findings show that anxiety was the most frequently reported emotion, experienced by 30% of the participants. Other responses included sadness, loss of motivation, and a desire to try again. Interestingly, a significant proportion of students expressed a strong willingness to attempt again after failure, indicating that negative emotions do not necessarily prevent them from continuing their efforts.

Another notable finding is that many students perceive themselves as mentally resilient. Approximately 60% of participants stated that they consider themselves mentally strong. This perception of resilience is also reflected in the metaphors they produced, particularly those related to struggle, recovery, and perseverance. However, despite this perceived resilience, the presence of emotions such as anxiety and sadness suggests that failure still poses psychological challenges for many athletes.

The results of the study highlight the complex nature of failure in sports. On one hand, students often interpret failure as a valuable learning experience that contributes to personal growth and development. On the other hand, they also associate failure with negative emotions and psychological difficulties. This dual perception indicates that failure is both a developmental opportunity and an emotionally challenging experience.

Based on these findings, the study emphasizes the importance of supporting athletes' psychological well-being alongside their physical training. Coaches, educators, and sport psychologists should help athletes develop emotional regulation skills, resilience, and constructive coping strategies. Structured feedback, mental training programs, and peer support systems can help students manage the emotional impact of failure and transform it into a productive learning experience.

In conclusion, the study demonstrates that sports science students perceive failure as a multifaceted phenomenon involving learning, struggle, emotional responses, and psychological growth. Understanding these perceptions can contribute to the development of educational and training programs that promote resilience, motivation, and long-term athletic development.

ARAŞTIRMANIN ETİK İZNİ

Bu çalışmada "Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi" kapsamında uyulması gerektiği belirtilen tüm kurallara uyulmuştur. Yönergenin ikinci bölümü olan "Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiğine Aykırı Eylemler" başlığı altında belirtilen eylemlerden hiçbiri gerçekleştirilmemiştir.

Etik kurul izin bilgileri
Etik değerlendirmeyi yapan kurul adı: Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimlerde İnsan Araştırmaları Etik Kurul Başkanlığı
Etik değerlendirme kararının tarihi: 29.12.2025
Etik değerlendirme belgesi sayı numarası: 2025/10

ARAŞTIRMACILARIN KATKI ORANI

1. yazarın araştırmaya katkı oranı %60, 2. yazarın araştırmaya katkı oranı %40'dir.

Yazar 1: Araştırmanın tasarlanması, veri analizi, raporlaştırma.

Yazar 2: Yöntemin belirlenmesi, danışmanlık, geçerlik ve güvenirlik çalışmaları.

ÇATIŞMA BEYANI (CONFLICT OF INTEREST)

Bu çalışma kapsamında herhangi bir kişi ya da kurum arasında bir çıkar çatışması bulunmamaktadır. Araştırma sürecinde tarafsızlık ve etik kurallara tam uyum sağlanmıştır.