



T.C
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ-CERRAHPAŞA
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ



YÜKSEK LİSANS TEZİ

SAHNE SANATLARI OPERA BALE TIYATRO SANATÇILARI
VE ÖĞRENCİLERİNE YÖNELİK PERFORMANS KAYGISI,
ÖZYETERLİK ÖLÇEĞİ GELİŞTİRME ÇALIŞMASI

JAKLİN ÇARKÇI

DANIŞMAN
DR. ÖGR. ÜYESİ ÇARE SERTELİN MERCAN

EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK

İSTANBUL-2019

**T.C.
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ-CERRAHPAŞA
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**SAHNE SANATLARI OPERA BALE TİYATRO SANATÇILARI
VE ÖĞRENCİLERİNE YÖNELİK PERFORMANS KAYGISI,
ÖZYETERLİLİK ÖLÇEĞİ GELİŞTİRME ÇALIŞMASI**

JAKLİN ÇARKÇI

**DANIŞMAN
DR. ÖGR. ÜYESİ ÇARE SERTELİN MERCAN**

**EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK**

İSTANBUL-2019

Bu çalışma 18.06.2019 tarihinde aşağıdaki jüri tarafından
Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Yüksek Lisans Tezi
olarak kabul edilmiştir.

TEZ JÜRİSİ



Dr.Öğr.Üyesi Çare Sertelin Mercan
İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa
Eğitim Bilimleri Fakültesi
Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı



Prof.Dr. İrfan Erdoğan
İstanbul Üniversitesi –Cerrahpaşa
Eğitim Bilimleri Fakültesi
Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı
Bölüm Başkanı



Prof. Dr. şebnem Ünal
İstanbul Üniversitesi Devlet Konservatuarı
Sahne Sanatları ve Opera Anasanat
Dalları Bölüm Başkanı

ÖNSÖZ

Anlamlı bir hayatın en önemli bileşenleri Seligman'a göre amaç, özgürlük, farkındalık ve aşkın olma halleridir. Bu adımlar diğer yandan Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisi basamaklarındaki, bireyin kendini gerçekleştirme aşamalarını da kapsadığı görülür. Kuşkusuz bu değişimleri gerçekleştirmek, bireyin o güne kadar yarattığı kendiliğini yok saymayı veya yeniden yapılandırma kararlılığını gerektirir. Tasavvufi bakış açısı ile değerlendirildiğinde, bu kavramların, kendinden vazgeçme hali ile benzerlikler taşıdığı gözlemlenebilir. Huzurdaki bu çalışma böylesine bir kendini yeniden yaratma arzusu, merakı, kararlılığı ve farklı potansiyellerini bir araya getirme özgürlüğünün kullanılması yolculuğu olarak değerlendirilmelidir.

Bu yolculuğun her adımında, öncelikle zaman ve mekan sınırı tanımadan ulaşılabilirliği, samimiyeti, akademik bilgisi, deneyimi ve güler yüzü, gerektiğinde ise soğukkanlılığı ile her zorlukta yanı başımda, desteğini hissettiren, danışmanım, yol gösterici, değerli, sevgili hocam Dr. Çare Sertelin Mercan'a tüm kalbim ve samimiyetimle teşekkür ederim. Benzer şekilde, gerek eğitim süresince gerek uzman görüşleri, gerekse veri toplama aşamasında olumluyucu, yapıcı ve kabullenici aktarımları için, başta Prof.Dr.İrfan Erdoğan olmak üzere, Prof. Şebnem Ünal, Prof. Sibel Anatol Jagoda, Prof. Dr.Türel Ezici, Prof.Mesruh Savaş, Dr. Betül Yazar, Doç.Tufan Karabulut, Doç. Linet Şaul, Dr. Melike Bolat Baloğlu,Dr. Murat Çağlar, Süeda Çölcü ve Alper Aksoy ve tüm hocalarımıza; ayrıca TC.Kültür Bakanlığına bağlı Devlet Tiyatroları, Opera ve Balesi Genel Müdürlerimiz Murat Karahan ve Mustafa Kurt'un şahıslarında, müdürlerimiz, daire başkanlarımız, baş rejisör, baş koreograf, sahne amirlerimiz, koreograf, sanatçı ve öğrencilerimize, veri toplama aşamasında verdikleri destek ve katılımları için teşekkür ederim.

Birlikte öğrenme ve yaratma noktasında yaşanan her zorlukta koşulsuz kabul, sevgi ve destekleri için, gerek sahne sanatları, gerekse psikolojik danışmanlık açısından, kızım ve meslektaşım, Anna Sirel Yakupoğlu ve müziğin mutfağındaki oğlum Başar Yakupoğlu'na, ayrıca yuva yıllarından bu yana her şartta yanımda olan dostum Madlen Ada'ya, uzman görüşü, veri toplama seyahatleri sırasında verdikleri destek için; son olarak, bana genetik ve davranışsal aktarımlarla, ses ve rol yeteneğinin yanı sıra, dayanıklılık, motivasyonel güç, sorgulama, gözleme ve örgütlenme becerisi, yeniliğe açılacak öz yeterlilik inancı ve kişiler arası doğru iletişim becerileri geliştirmeme vesile olan, ebeveynlerimin şahıslarında tüm analar, atalar ve dostlara teşekkürü borç bilirim.

2019

Doç. Dr. Jaklin Çarkçı

iv

ÖZET

SAHNE SANATLARI OPERA BALE TİYATRO SANATÇILARI VE ÖĞRENCİLERİNE YÖNELİK PERFORMANS KAYGISI, ÖZYETERLİLİK ÖLÇEĞİ GELİŞTİRME ÇALIŞMASI

Bu çalışmanın amacı, opera, bale ve tiyatro sanatçıları ve konservatuar öğrencilerine yönelik oniki adet yeni sahne performans kaygısı ve öz yeterlilik ölçeği geliştirilerek geçerlilik ve güvenilirlik analizlerinin yapılması, sahne sanatçıları ve öğrencilerinin bu yöndeki literatürüne katkı sağlanması olarak belirlenmiştir.

Araştırmanın evrenini, Ankara, Antalya, İstanbul, İzmir, Mersin ve Samsun illerindeki TC. Devlet Opera ve Balesi Genel Müdürlüğüne bağlı, Devlet Opera ve Balesi Müdürlüklerinde görev yapan kadrolu ve sözleşmeli, profesyonel toplam 164 solist, 379 korist ve 237 bale sanatçısı ve TC. Devlet Tiyatrolarında görev yapan 200 tiyatro sanatçısı ile Türkiye’de bu yönde eğitim veren Devlet/Özel konservatuarlarındaki sahne sanatları, 581 opera, 199 bale ve 615 tiyatro bölümlerinde olmak üzere 2017-2018 ve 2018-2019 eğitim öğretim yılında öğrenim gören lisans öğrencileri oluşturmaktadır. Yapılan çalışmada 158 opera, 115 bale, 128 tiyatro sanatçısı, 261 opera, 170 bale 237 tiyatro öğrencisi olmak üzere toplam 401 sanatçı, 668 öğrenci olmak üzere toplam 1069 kişiye araştırmacı tarafından, tüm gerekli izinler ve etik kurul onayı alınarak bizzat ulaşılmış ve gönüllülük esasına dayalı olarak samimi cevaplar verildiği var sayılarak ölçekler uygulanmıştır. Uygulamalar sırasında ayrıca, araştırmacı tarafından, sahne kaygısının, sahne performansına etkileri üzerine seminerler düzenlenmiştir.

Veri toplama araçları olarak, sosyo demografik form, her sanatçı ve öğrenci bölümü için ayrı tasarlanıp uzman görüşü alınarak hazırlanan ölçekler, dış geçerlilik için Liebowitz “Sosyal Kaygı” ve “Kendini Sevme ve Öz Yeterlilik” ölçeği kullanılmıştır.

Yapılan pilot, açıklayıcı ve doğrulayıcı testler sonucu on iki adet ölçek, beşli Likert tipi ölçek şeklindeki son haline getirilmiş, test tekrar test ve dış geçerlilik uygulamaları yapılmıştır. Ayrıca demografik değişkenler bağlamında cinsiyet, yaş ve hizmet/sınıf farklılıkları, performans kaygısı ve öz yeterlilik sonuçları fark testleri ile belirlenmiştir. Elde edilen bulgular tartışılmış, yorumlanmış ve araştırmacılara, eğitimci, yönetici ve danışmanlara yönelik öneriler sunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Performans Kaygısı, Öz yeterlilik, Ölçek geliştirme, Sahne sanatçıları, Konservatuar Öğrencileri..

ABSTRACT

SCALE DEVELOPMENT STUDY OF PERFORMANCE ANXIETY AND SELF-EFFICACY FOR PERFORMING ARTS OPERA, BALLET, THEATER PERFORMERS AND STUDENTS

Purpose of the study is to develop and to test the validity and reliability of twelve new scales to measure performance anxiety and self efficacy levels of opera singers, ballet dancers and theatre actors and conservatory students. It is aimed to contribute to the literature with this two scales.

Population of the survey consists of staffed, contractual and professional 164 soloists, 379 choir singers and 237 ballet dancers in total, who work for the T.R. General Directorate of State Opera and Ballet in Ankara, Antalya, Istanbul, Izmir, Mersin and Samsun provinces, and 200 theatre actors working in the T.R. State Theatres, and the undergraduate students, who receive education in the performing arts departments of State/Private conservatories, which provide training for this purpose in Turkey, in 2017-2018 and 2018-2019 educational years, totally 581 opera, 199 ballet and 615 theatre students. The researcher personally accessed to 1069 people in total, which consists of 401 artists as 158 opera singers, 115 ballet dancers, 128 theatre actors, and 668 students as 261 opera, 170 ballet and 237 theatre students, by taking all necessary permissions and the approval of the ethical committee, and the scales were applied by assuming that the participants provided sincere answers on a volunteer basis. During the data collection, seminars were organized by the researcher on the effect of the performance anxiety to the stage performance.

Socio-demographic form, the scales that are designed for each artist and student section and prepared by taking expert opinion, and “Liebowitz Social Anxiety” scale for external validity, and “Self-Liking/Self-Competence” scale were used as data collection tools.

As a result of the performed pilot, explanatory and confirmatory tests, twelve scales have been put into its final forms, this is a five point Likert type scale, and the test-retest method and external validity applications were made. Moreover, gender, age and service/class differences, performance anxiety and self- efficacy results were determined with difference tests within the context of demographic variables. Results were discussed, interpreted and recommendations were presented for researchers, educationalists, managers and consultants.

Key Words: Performance Anxiety, Self- efficacy, Scale Development, Performance Artists and Conservatory Students.

İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ.....	iv
ÖZET.....	v
ABSTRACT	vi
İÇİNDEKİLER	vii
TABLolar LİSTESİ.....	xvi
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	xvii
BÖLÜM I: GİRİŞ	1
1.1. Problem Durumu	2
1.2. Araştırmanın Genel Amacı.....	5
1.3. Araştırmanın Önemi	5
1.4. Araştırmanın Sayıltıları / Varsayımları	6
1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları	6
1.6. Tanımlar	7
BÖLÜM II: KAVRAMSAL ÇERÇEVE	8
2.1. SANAT	8
2.1.1.Sanat Kavramı	8
2.1.2. Sanatın Amacı ve İşlevi	9
2.1.3.Sahne Sanatları	10
2.1.3.1. Tiyatro.....	11
2.1.3.2. Dans/Bale.....	13
2.1.3.3. Opera.....	14
2.1.4. Sahne Sanatlarında Eğitim.....	18
2.1.5.Sahne Sanatlarında Profesyonel Yaşam	19
2.1.6. Sahne Sanatları ve Yapılan Çalışmalar.....	22
2.2.PERFORMANS.....	25
2.2.1.Performans Kavramı.....	25
2.2.2. Performans Türleri.....	26
2.2.2.1. Örgütsel Performans	26
2.2.2.2. Bireysel Performans	27
2.2.2.2.1. Görev Performansı	28
2.2.2.2.2.Bağlamsal Performans.....	28

2.2.3. Performansı Etkileyen Faktörler	29
2.2.3.1. Örgütsel Faktörler	29
2.2.3.2. Bireysel Faktörler	29
2.2.3.3. Çevresel Faktörler	30
2.2.4. Performans Değerlendirme	30
2.2.5. Sahne Sanatları ve Performans	31
2.2.5.1. Tanım ve Kuramlar	31
2.2.5.2. Optimal Performans Duygu Durumu/Akış hali Kuramı	31
2.2.5.3. Güdülenme/Motivasyon Kuramı	32
2.2.5.4. Güdüleme Bağlı Kuramsal Yaklaşımlar	33
2.2.5.4.1. Hedef Gerçekleştirme Kuramı	33
2.2.5.4.2. Algılanan Yeterlik Kuramı	34
2.2.5.4.3. Öz Belirleme Kuramı	34
2.2.5.4.4. Bilişsel Değerlendirme Kuramı	37
2.2.5.4.5. Organizmik Bütünleşme Kuramı	37
2.2.5.4.6. Temel Psikolojik İhtiyaçlar Kuramı	38
2.2.5.4.7. Nedensellik Yönetimi Kuramı	38
2.2.5.5. Sosyal Fizik Kaygı Kavramı	39
2.2.5.5.1. Sosyal Fizik Kaygı Kavramı Kuramsal Dayanakları	40
2.3. KAYGI	42
2.3.1. Kaygı Kavramı	42
2.3.2. Kaygının Kuramsal Temeli	43
2.3.2.1. Psikanalitik Yaklaşımına Göre Kaygı	43
2.3.2.2. Bireysel Psikolojiye Göre Kaygı	45
2.3.2.3. Bütüncül Yaklaşımına Göre Kaygı	46
2.3.2.4. Davranışçı ve Öğrenme Kuramlarına Göre Kaygı	47
2.3.2.5. Varoluşçu Yaklaşımına Göre Kaygı	48
2.3.3. Kaygıyı Oluşturan Etmenler	49
2.3.3.1. Kişilik	50
2.3.3.2. Yaş	54
2.3.3.3. Cinsiyet	55
2.3.3.4. Anne Baba Tutumları	56
2.3.3.5. Anne Babanın Eğitim Durumu	57
2.3.3.6. Sosyo-Ekonomik Düzey	58

2.3.3.7. Akademik Başarı	59
2.3.3.8. Stres	60
2.3.4.Durumluk Kaygı ve Sürekli Kaygı	61
2.3.4.1. Durumluk Kaygı.....	61
2.3.4.2.Sürekli Kaygı.....	61
2.3.5. Sosyal Kaygı.....	63
2.3.5.1.Sosyal Kaygı Kavramı.....	63
2.3.5.2.Sosyal Kaygı Bozukluğunun Kuramsal Temelleri	65
2.3.5.2.1. Rapee ve Heimberg Modeli.....	66
2.3.5.2.2. Beck, Emery ve Greenberg , Beck ve Clark modeli.....	66
2.3.5.2.3. Clark ve Wells Modeli	67
2.3.5.2.4. Foa ve Kozak modeli.....	67
2.3.5.2.5.Kendini Sunuş Modeli.....	68
2.3.5.3. Sosyal Kaygının Tanı Kriterleri	68
2.3.5.4.Sosyal Kaygının Temel Özellikleri	69
2.3.5.5. Sosyal Kaygının Epidemiyolojisi.....	71
2.3.5.6.Sosyal Kaygı Oluşumunu Hazırlayan Faktörler.....	72
2.3.5.6.1. Genetik Yatkınlık	72
2.3.5.6.2. Çevresel Faktörler ve Aile Ortamı	73
2.3.6.Performans Kaygısı	74
2.3.6.1.Sosyal Kaygının Performans Kaygısına Etkisi.....	75
2.3.6.2.Sahne Sanatçıları ve Performans Kaygısı	76
2.3.6.3.Sahne Sanatçılarında Yaşanan Sosyal Kaygının Performans Kaygısına Etkisi.....	78
2.3.7.Kaygı ve Sosyal Kaygının Sağaltımı	79
2.3.7.1.Psiko-eğitim.....	79
2.3.7.2.Kişisel Kontrol	80
2.3.7.3.Progresif Relaksasyon /Kademeli Gevşeme.....	80
2.3.7.4.Otojenik Eğitim /Somatik Kontrol Egzersizleri	81
2.3.7.5.Bilişsel-Davranışçı Yaklaşım	83
2.3.7.5.1. Bilişsel Yeniden Yapılandırma	84
2.3.7.5.2.Maruz Kalma/Bırakma Alıştırmaları.....	84
2.3.7.6.Sosyal Beceri ve Atılganlık Eğitimleri.....	85
2.3.7.7. Sosyal Kaygının Grup Terapisi ile Ele Alınması	86

2.4. ÖZYETERLİLİK	86
2.4.1.Öz Yeterlilik Kavramı	89
2.4.2.Öz Yeterlilik Gelişimini Etkileyen Faktörler	90
2.4.2.1.Aile Desteği.....	92
2.4.2.2.Akran Gruplarının Desteği	93
2.4.2.3.Okulun Desteği.....	93
2.4.3. Öz Yeterliliğin Performansa Etkisi	94
2.4.3.1. Optimal Sporcu Performansına Etkisi.....	95
2.4.3.2.Optimal Sahne Performansına Etkisi	96
2.4.4.Öz Yeterlilik İnancını Güçlendirilme Stratejileri	97
2.4.4.1.Öz Düşüncenin Geliştirilmesi	97
2.4.4.2. Hedef Oluşturulması, Gündümlü Üstünlük ve Sosyal Teşvik Sağlanması .	98
2.4.4.3.Modelleme Yapılması	98
2.4.4.4.Psikolojik ve Fiziksel Durumun Güçlendirilmesi	99
BÖLÜM III: YÖNTEM	100
3.1. Araştırmanın Modeli	100
3.2.Evren ve Örneklem.....	100
3.3.Veritoplama Araçları ve Süreci.....	103
3.4. Verilerin Çözümlemesi.....	105
BÖLÜM IV: BULGULAR	107
4.1. PİLOT UYGULAMALARI	107
4.1.1. Opera Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği Pilot Uygulaması.....	107
4.1.2. Opera Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeği Pilot Uygulaması.....	111
4.1.3. Opera Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği Pilot Uygulaması.....	113
4.1.4. Opera Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeği Pilot Uygulaması	115
4.1.5. Bale Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği Pilot Uygulaması	117
4.1.6. Bale Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeği Pilot Uygulaması	121
4.1.7. Bale Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği Pilot Uygulaması	124
4.1.8. Bale Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeği Pilot Uygulaması.....	127
4.1.9.Tiyatro Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği Pilot Uygulaması.....	130
4.1.10. Tiyatro Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeği Pilot Uygulaması.....	133
4.1.11.Tiyatro Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği Pilot Uygulaması.....	135
4.1.12. Tiyatro Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeği Pilot Uygulaması	137
4.2. AÇIKLAYICI FAKTÖR ANALİZLERİ	140

4.2.1. Opera Sanatçı Performans Kaygısı Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi ve Güvenilirlik	140
4.2.2. Opera Sanatçı Özyeterlilik Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi ve Güvenilirlik	142
4.2.3. Opera Öğrenci Performans Kaygısı Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi ve Güvenilirlik	144
4.2.4. Opera Öğrenci Özyeterlilik Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi ve Güvenilirlik	146
4.2.5. Bale Sanatçı Performans Kaygısı Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi ve Güvenilirlik	148
4.2.6. Bale Sanatçı Özyeterlilik Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi ve Güvenilirlik	150
4.2.7. Bale Öğrenci Performans Kaygısı Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi ve Güvenilirlik	153
4.2.8. Bale Öğrenci Özyeterlilik Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi ve Güvenilirlik	155
4.2.9. Tiyatro Sanatçı Performans Kaygısı Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi ve Güvenilirlik	157
4.2.10. Tiyatro Sanatçı Özyeterlilik Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi ve Güvenilirlik	159
4.2.11. Tiyatro Öğrenci Performans Kaygısı Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi ve Güvenilirlik	161
4.2.12. Tiyatro Öğrenci Özyeterlilik Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi ve Güvenilirlik	163
4.3. DOĞRULAYICI FAKTÖR ANALİZLERİ	165
4.3.1. Opera Sanatçı Performans Kaygısı Ölçeği Doğrulayıcı Faktör Analizi.....	167
4.3.2. Opera Sanatçı Özyeterlilik Ölçeği Doğrulayıcı Faktör Analizi	169
4.3.3. Opera Öğrenci Performans Kaygısı Ölçeği Doğrulayıcı Faktör Analizi....	171
4.3.4. Opera Öğrenci Özyeterlilik Ölçeği Doğrulayıcı Faktör Analizi	172
4.3.5. Bale Sanatçı Performans Kaygısı Ölçeği Doğrulayıcı Faktör Analizi	173
4.3.6. Bale Sanatçı Özyeterlilik Ölçeği Doğrulayıcı Faktör Analizi.....	174
4.3.7. Bale Öğrenci Performans Kaygısı Ölçeği Doğrulayıcı Faktör Analizi	176
4.3.8. Bale Öğrenci Özyeterlilik Ölçeği Doğrulayıcı Faktör Analizi.....	178
4.3.9. Tiyatro Sanatçı Performans Kaygısı Ölçeği Doğrulayıcı Faktör Analizi....	179

4.3.10. Tiyatro Sanatçı Özyeterlilik Ölçeği Doğrulayıcı Faktör Analizi	180
4.3.11. Tiyatro Öğrenci Performans Kaygısı Ölçeği Doğrulayıcı Faktör Analizi.	181
4.3.12. Tiyatro Öğrenci Özyeterlilik Ölçeği Doğrulayıcı Faktör Analizi	183
4.4. TEST-TEKRAR –TEST ANALİZLERİ	184
4.4.1. Opera Sanatçıları Performans Kaygısı Test Tekrar Test Bulguları.....	184
4.4.2. Opera Sanatçıları Öz Yeterlilik Test Tekrar Test Bulguları.....	184
4.4.3. Opera Öğrencileri Performans Kaygısı Test Tekrar Test Bulguları.....	185
4.4.4. Opera Öğrencileri Öz Yeterlilik Test Tekrar Test Bulguları	185
4.4.5. Bale Sanatçıları Performans Kaygısı Test Tekrar Test Bulguları	185
4.4.6. Bale Sanatçıları Öz Yeterlilik Test Tekrar Test Bulguları	186
4.4.7. Bale Öğrencileri Performans Kaygısı Test Tekrar Test Bulguları	186
4.4.8. Bale Öğrencileri Öz Yeterlilik Test Tekrar Test Bulguları	186
4.4.9. Tiyatro Sanatçıları Performans Kaygısı Test Tekrar Test Bulguları.....	187
4.4.10. Tiyatro Sanatçıları Öz Yeterlilik Test Tekrar Test Bulguları.....	187
4.4.11. Tiyatro Öğrencileri Performans Kaygısı Test Tekrar Test Bulguları.....	187
4.4.12. Tiyatro Öğrencileri Öz Yeterlilik Test Tekrar Test Bulguları.....	188
4.5. DIŞ GEÇERLİLİK ÇALIŞMALARI	188
4.5.1. Opera Sanatçıları Performans Kaygısı ve Özyeterlilik Ölçekleri Dış Geçerlilik..... Bulguları.....	188
4.5.2. Opera Öğrencileri Performans Kaygısı ve Özyeterlilik Ölçekleri Dış Geçerlilik..... Bulguları.....	189
4.5.3. Bale Sanatçıları Performans Kaygısı ve Özyeterlilik Ölçekleri Dış Geçerlilik..... Bulguları.....	191
4.5.4. Bale Öğrencileri Performans Kaygısı ve Özyeterlilik Ölçekleri Dış Geçerlilik..... Bulguları.....	192.
4.5.5. Tiyatro Sanatçıları Performans Kaygısı ve Özyeterlilik Ölçekleri Dış Geçerlilik..... Bulguları.....	193.
4.5.6. Tiyatro Öğrencileri Performans Kaygısı ve Özyeterlilik Ölçekleri Dış Geçerlilik..... Bulguları.....	194
4.6. FARK TESTLERİ	196
4.6.1. Opera Sanatçıları Performans Kaygısı ve Özyeterlilik Ölçekleri Fark Testleri.....	196
4.6.2. Opera Öğrencileri Performans Kaygısı ve Özyeterlilik Ölçekleri Fark Testleri.....	200

4.6.3. Bale Sanatçıları Performans Kaygısı ve Özyeterlilik Ölçekleri Fark Testleri	205
4.6.4. Bale Öğrencileri Performans Kaygısı ve Özyeterlilik Ölçekleri Fark Testleri	211
4.6.5. Tiyatro Sanatçıları i Performans Kaygısı ve Özyeterlilik Ölçekleri Fark Testleri.....	215
4.6.6. Tiyatro Öğrencileri Performans Kaygısı ve Özyeterlilik Ölçekleri Fark Testleri.....	220
BÖLÜM V: TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER.....	226
5.1. TARTIŞMA	226
5.1.1.Opera Sanatçıları Faktör Alt Boyutlarına İlişkin Açıklamaları:	226
5.1.1.1. Opera Sanatçıları Performans Kaygısı: Ölçeği Alt boyutları	226
5.1.1.1.1.Birinci Boyut: Somatik Belirtiler	226
5.1.1.1.2.İkinci Boyut: Teknik Özgüven	227
5.1.1.1.3.Üçüncü Boyut: Yüzleşme.....	228
5.1.1.1.4.Dördüncü Boyut: Dayanıklılık	229
5.1.1.2.Opera Sanatçıları Öz yeterlilik Ölçeği Alt boyutları	230
5.1.1.2.1.Birinci Boyut: Temel Donanımsal Öz Yeterlilik	230
5.1.1.2.2.İkinci Boyut: Motivasyonel İnanç	231
5.1.1.2.3.Üçüncü Boyut: Bilişsel Özyeterlilik.....	231
5.1.2.Opera Öğrencileri Faktör Alt boyutlarına İlişkin Açıklamalar	232
5.1.2.1.Opera Öğrencileri Performans Kaygısı Alt Boyutları:.....	232
5.1.2.1.1.Birinci Boyut: Özgüvenel Kaygı	233
5.1.2.1.2.İkinci Boyut: Yüzleşme.....	233
5.1.2.1.3.Üçüncü Boyut: Somatik Belirtiler	234
5.1.2.1.4.Dördüncü Boyut: Katastrofik Düşünce	235
5.1.2.1.5.Beşinci Boyut: İzolasyon.....	235
5.1.2.2. Opera Öğrencileri Özyeterlilik Alt Boyutları.....	237
5.1.2.2.1.Birinci Boyut: Temel Ders Öz yeterlilik:	237
5.1.2.2.2.İkinci Boyut: Yan Ders Öz yeterlilik	238
5.1.2.2.3.Üçüncü Boyut: Adaptasyon Gücü	238
5.1.2.2.4. Dördüncü Boyut: Odaklanma.....	239
5.1.2.2.5.Beşinci Boyut: Bilişsel Öz yeterlilik	239
5.1.2.2.6.Altıncı Boyut: Donanımsal Öz yeterlilik.....	240

5.1.3. Bale Sanatçıları Faktör Alt Boyutlarına İlişkin Açıklamalar	241
5.1.3.1. Bale sanatçıları Performans Kaygısı Alt Boyutları.....	241
5.1.3.1.1. Birinci Boyut: Yüzleşme	241
5.1.3.1.2. İkinci Boyut: Teknik Donanım.....	242
5.1.3.1.3. Üçüncü Boyut: Katastrofik Düşünce.....	242
5.1.3.1.4. Dördüncü Boyut: Dayanıklılık	243
5.1.3.1.5. Beşinci Boyut: Somatik Belirtiler	243
5.1.3.1.6. Altıncı Boyut: Adaptasyon Gücü	244
5.1.3.2. Bale Sanatçıları Öz Yeterlilik Alt Boyutları	245
5.1.3.2.1. Birinci Boyut: Mesleki Öz Yeterlilik	246
5.1.3.2.2. İkinci Boyut: Teknik Öz yeterlilik	246
5.1.3.2.3. Üçüncü Boyut: Sosyal Özyeterlilik	247
5.1.3.2.5. Beşinci Boyut: Odaklanma.....	248
5.1.4. Bale Öğrencileri Faktör Alt Boyutlarına İlişkin Açıklamalar	249
5.1.4.1. Bale öğrencileri Performans Kaygısı Alt Boyutları	249
5.1.4.1.1. Birinci Boyut: Teknik Özgüven	249
5.1.4.1.2. İkinci Boyut: Adaptasyon Gücü	250
5.1.4.1.3. Üçüncü boyut: Yüzleşme	250
5.1.4.1.4. Dördüncü Boyut: Dayanıklılık	251
5.1.4.2. Bale Öğrencileri Öz yeterlilik Alt Boyutları	252
5.1.4.2.1. Birinci Boyut: Teknik Öz yeterlilik.....	252
5.1.4.2.2. İkinci Boyut: Bilişsel Öz yeterlilik.....	253
5.1.4.2.3. Üçüncü Boyut: Sosyal Öz yeterlilik	253
5.1.4.2.4. Dördüncü Boyut: Kararlılık.....	254
5.1.5. Tiyatro Sanatçıları Faktör Alt Boyutlarına İlişkin Açıklamalar.....	255
5.1.5.1. Tiyatro Sanatçıları Performans Kaygısı Alt boyutları	255
5.1.5.1.1. Birinci Boyut: Yüzleşme	255
5.1.5.1.2. İkinci Boyut: Adaptasyon Gücü	256
5.1.5.1.3. Üçüncü Boyut: Özgüven Kaygısı.....	256
5.1.5.1.4. Dördüncü Boyut: Değerlendirilme Kaygısı	257
5.1.5.1.5. Beşinci Boyut: Somatik Kaygı	257
5.1.5.2. Tiyatro Sanatçıları Öz yeterlilik Alt boyutları	258
5.1.5.2.1. Birinci Boyut: Bilişsel Öz yeterlilik	259
5.1.5.2.2. İkinci Boyut: Temel Mesleki Öz yeterlilik.....	259

5.1.5.2.3.Üçüncü Boyut: Motivasyonel İnanç	260
5.1.6.Tiyatro Öğrencileri Faktör Alt Boyutlarına İlişkin Açıklamaları:	261
5.1.6.1.Tiyatro Öğrencileri Performans Kaygısı Alt boyutları	261
5.1.6.1.1.Birinci Boyut: Yüzleşme	261
5.1.6.1.2.İkinci Boyut: Somatik Kaygı.....	262
5.1.6.1.3.Üçüncü Boyut: Odaklanma	262
5.1.6.1.4.Dördüncü Boyut: Otomatik Düşünce	262
5.1.6.1.5.Beşinci Boyut: Dayanıklılık	263
5.1.6.2.Tiyatro Öğrencileri Öz yeterlilik Alt boyutları:	264
5.1.6.2.1.Birinci Boyut: Donanımsal Öz yeterlilik.....	264
5.1.6.2.2.İkinci Boyut: Ana Derslere İlişkin Öz yeterlilik	265
5.1.6.2.3.Üçüncü Boyut: Bilişsel Öz yeterlilik.....	265
5.1.6.2.4.Dördüncü Boyut: Motivasyonel İnanç	266
5.1.6.2.5.Beşinci Boyut: Yan Derslerle İlgili Öz yeterlilik	266
5.2. SONUÇ	268
5.3. ÖNERİLER	272
5.3.1.Araştırmacılara Yönelik Öneriler:	273
5.3.2.Eğitim Yöneticilerine ve Öğretmenlere Yönelik Öneriler	274
5.3.3.Psikolojik Danışman/Rehberler ve Psikoterapistlere Yönelik:	274
KAYNAKLAR	288
EKLER.....	304
ÖZGEÇMİŞ.....	340

TABLULAR LİSTESİ

Tablo 3.1: Araştırmaya Katılan Sanatçılara İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler.....	109
Tablo 3.2: Araştırmaya Katılan Opera, Bale ve Tiyatro Bölümlerinde Öğrencilere İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler	110
Tablo 3.3: Ölçek Geliştirme Çalışmasında Kullanılan İstatistiksel Yöntem Sırası..	113
Tablo 4.1: Opera Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği Pilot Açıklayıcı Faktör Analizi Dışında Bırakılan Maddeler	107
Tablo 4.2: Opera Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği Pilot Açıklayıcı Faktör Analizi Sonuçları.....	109
Tablo 4.3: Opera Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeğinin Güvenirlilik Katsayısı	110
Tablo 4.4: Opera Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeği Pilot Açıklayıcı Faktör Analizi Dışında Bırakılan Maddeler	111
Tablo 4.5: Opera Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeği Pilot Açıklayıcı Faktör Analizi Sonuçları	111
Tablo 4.6: Opera Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeğinin Güvenirlilik Katsayısı	112
Tablo 4.7: Opera Öğrencileri Performans Kaygısı Pilot Açıklayıcı Faktör Analizi Dışında Bırakılan Maddeler	113
Tablo 4.8: Opera Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği Pilot Açıklayıcı Faktör Analizi Sonuçları.....	114
Tablo 4.9: Opera Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeğinin Güvenirlilik Katsayısı.....	115
Tablo 4.10: Opera Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeği Pilot Açıklayıcı Faktör Analizi Dışında Bırakılan Maddeler	115
Tablo 4.11: Opera Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeği Pilot Açıklayıcı Faktör Analizi Sonuçları	116
Tablo 4.12: Opera Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeğinin Güvenirlilik Katsayısı	117
Tablo 4.13: Bale Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği Pilot Açıklayıcı Faktör Analizi Dışında Bırakılan Maddeler	118
Tablo 4.14: Bale Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği Pilot Açıklayıcı Faktör Analizi Sonuçları.....	120
Tablo 4.15: Bale Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeğinin Güvenirlilik Katsayısı.....	121

Tablo 4.16: Bale Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeği PilotAçıklayıcı Faktör Analizi Dışında Bırakılan Maddeler	122
Tablo 4.17: Bale Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeği PilotAçıklayıcı Faktör Analizi Sonuçları	122
Tablo 4.18: Bale Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeğinin Güvenirlilik Katsayısı.....	124
Tablo 4.19: Bale Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği PilotAçıklayıcı Faktör Analizi Dışında Bırakılan Maddeler	124
Tablo 4.20: Bale Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği Pilot Açıklayıcı Faktör Analizi Sonuçları.....	126
Tablo 4.21: Bale Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeğinin Güvenirlilik Katsayısı	127
Tablo 4.22: Bale Öğrencileri Özyeterlilik ÖlçeğiPilot Açıklayıcı Faktör Analizi Dışında Bırakılan Maddeler	128
Tablo 4.23: Bale Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeği Pilot Açıklayıcı Faktör Analizi Sonuçları	128
Tablo 4.24:Bale Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeğinin Güvenirlilik Katsayısı	129
Tablo 4.25: Tiyatro Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği Pilot Açıklayıcı Faktör Analizi Dışında Bırakılan Maddeler	130
Tablo 4.26: Tiyatro Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği PilotAçıklayıcı Faktör Analizi Sonuçları.....	131
Tablo 4.27: Tiyatro Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeğinin Güvenirlilik Katsayısı	133
Tablo 4.28: Tiyatro Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeği Pilot Açıklayıcı Faktör Analizi Dışında Bırakılan Maddeler	133
Tablo 4.29: Tiyatro Sanatçıları Özyeterlilik ÖlçeğiPilot Açıklayıcı Faktör Analizi Sonuçları	134
Tablo 4.30: Tiyatro Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeğinin Güvenirlilik Katsayısı	135
Tablo 4.31: Tiyatro Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği Pilot Açıklayıcı Faktör Analizi Dışında Bırakılan Maddeler	135
Tablo 4.32: Tiyatro Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği Pilot Açıklayıcı Faktör Analizi Sonuçları.....	136
Tablo 4.33: Tiyatro Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeğinin Güvenirlilik Katsayısı	137

Tablo 4.34: Tiyatro Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeği Pilot Açıklayıcı Faktör Analizi Dışında Bırakılan Maddeler	138
Tablo 4.35: Tiyatro Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeği Pilot Açıklayıcı Faktör Analizi Sonuçları	139
Tablo 4.36: Tiyatro Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeğinin Güvenirlilik Katsayısı	140
Tablo 4.37: Opera Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi	140
Tablo 4.38: Opera Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi Dışında Bırakılan Maddeler	141
Tablo 4.39: Opera Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeğinin Güvenirlilik Katsayısı	142
Tablo 4.40: Opera Sanatçı Özyeterlilik Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi	142
Tablo 4.41: Opera Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi Dışında Bırakılan Maddeler.....	144
Tablo 4.42: Opera Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeğinin Güvenirlilik Katsayısı	144
Tablo 4.43: Opera Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi	144
Tablo 4.44: Opera Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi Dışında Bırakılan Maddeler	145
Tablo 4.45: Opera Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeğinin Güvenirlilik Katsayısı	146
Tablo 4.46: Opera Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi.....	146
Tablo 4.47: Opera Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi Dışında Bırakılan Maddeler.....	147
Tablo 4.48: Opera Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeğinin Güvenirlilik Katsayısı	148
Tablo 4.49: Bale Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi	148
Tablo 4.50: Bale Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi Dışında Bırakılan Maddeler	150
Tablo 4.51: Bale Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeğinin Güvenirlilik Katsayısı	150
Tablo 4.52: Bale Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi	150
Tablo 4.53: Bale Sanatçı Özyeterlilik Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi Dışında Bırakılan Maddeler.....	151
Tablo 4.54: Bale Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeği Ölçeğinin Güvenirlilik Katsayısı	152

Tablo 4.55: Bale Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi	153
Tablo 4.56: Bale Öğrenci Performans Kaygısı Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi Dışında Bırakılan Maddeler	154
Tablo 4.57: Bale Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeğinin Güvenirlilik Katsayısı	154
Tablo 4.58: Bale Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi	155
Tablo 4.59: Bale Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi Dışında Bırakılan Maddeler.....	156
Tablo 4.60: Bale Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeğinin Güvenirlilik Katsayısı.....	156
Tablo 4.61: Tiyatro Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi	157
Tablo 4.62: Tiyatro Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi Dışında Bırakılan Maddeler	158
Tablo 4.63: Tiyatro Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeğinin Güvenirlilik Katsayısı	158
Tablo 4.64: Tiyatro Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi.....	159
Tablo 4.65: Tiyatro Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi Dışında Bırakılan Maddeler.....	160
Tablo 4.66: Tiyatro Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeğinin Güvenirlilik Katsayısı	160
Tablo 4.67: Tiyatro Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi	161
Tablo 4.68: Tiyatro Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi Dışında Bırakılan Maddeler	162
Tablo 4.69: Tiyatro Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeğinin Güvenirlilik Katsayısı	162
Tablo 4.70: Tiyatro Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi.....	163
Tablo 4.71: Tiyatro Öğrenci Özyeterlilik Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi Dışında Bırakılan Maddeler.....	164
Tablo 4.72: Tiyatro Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeğinin Güvenirlilik Katsayısı	164
Tablo 4.73: Opera Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği Anlamlılık Düzeyi	168
Tablo 4.74: Opera Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeği Anlamlılık Düzeyi.....	170
Tablo 4.75: Opera Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeği Doğrulayıcı Faktör Analizi Dışında Kalan Maddeler	170

Tablo 4.76: Opera Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeği Güvenirlik Katsayısı	171
Tablo 4.77: Opera Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği Anlamlılık Düzeyi	172
Tablo 4.78: Opera Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeği Anlamlılık Düzeyi.....	173
Tablo 4.79: Bale Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği Anlamlılık Düzeyi.....	174
Tablo 4.80: Bale Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeği Anlamlılık Düzeyi	175
Tablo 4.81: Bale Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği Anlamlılık Düzeyi	177
Tablo 4.82: Bale Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeği Anlamlılık Düzeyi	178
Tablo 4.83: Tiyatro Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği Anlamlılık Düzeyi	179
Tablo 4.84: Tiyatro Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeği Anlamlılık Düzeyi.....	181
Tablo 4.85: Tiyatro Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği Anlamlılık Düzeyi... 	182
Tablo 4.86: Tiyatro Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeği Anlamlılık Düzeyi.....	183
Tablo 4.87:Opera Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği Test-Tekrar-Test Uygulaması	184
Tablo 4.88:Opera Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeği Test-Tekrar-Test Uygulaması ..	184
Tablo 4.89:Opera Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği Test-Tekrar-Test Uygulaması	185
Tablo 4.90:Opera Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeği Test-Tekrar-Test Uygulaması .	185
Tablo 4.91:Bale Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği Test-Tekrar-Test Uygulaması	185
Tablo 4.92:Bale Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeği Test-Tekrar-Test Uygulaması.....	186
Tablo 4.93:Bale Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği Test-Tekrar-Test Uygulaması	186
Tablo 4.94:Bale Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeği Test-Tekrar-Test Uygulaması....	186
Tablo 4.95:Tiyatro Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği Test-Tekrar-Test Uygulaması	187
Tablo 4.96:Tiyatro Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeği Test-Tekrar-Test Uygulaması	187
Tablo 4.97:Tiyatro Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği Test-Tekrar-Test Uygulaması	187
Tablo 4.98:Tiyatro Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeği Test-Tekrar-Test Uygulaması	188
Tablo 4.99:Opera Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği Dış Geçerlilik Çalışması	188
Tablo 4.100:Opera Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeği Dış Geçerlilik Çalışması	189
Tablo 4.101:Opera Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği Dış Geçerlilik Çalışması	189

Tablo 4.102: Opera Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeği Dış Geçerlilik Çalışması	190
Tablo 4.103: Bale Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği Dış Geçerlilik Çalışması	191
Tablo 4.104: Bale Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeği Dış Geçerlilik Çalışması.....	191
Tablo 4.105: Bale Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği Dış Geçerlilik Çalışması	192
Tablo 4.106: Bale Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeği Dış Geçerlilik Çalışması.....	193
Tablo 4.107: Tiyatro Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği Dış Geçerlilik Çalışması	193
Tablo 4.108: Tiyatro Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeği Dış Geçerlilik Çalışması	194
Tablo 4.109: Tiyatro Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği Dış Geçerlilik Çalışması	194
Tablo 4.110: Tiyatro Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeği Dış Geçerlilik Çalışması	195
Tablo 4.111: Araştırmaya Katılan Opera Sanatçılarının Performans Kaygılarının Cinsiyetlerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Bağımsız Örneklem t Testi Sonuçları	196
Tablo 4.112: Araştırmaya Katılan Opera Sanatçılarının Özyeterlilik Algılarının Cinsiyetlerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Bağımsız Örneklem t Testi Sonuçları	196
Tablo 4.113: Araştırmaya Katılan Opera Sanatçılarının Performans Kaygılarının Yaş Gruplarına Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Kruskal Wallis Testi Sonuçları	197
Tablo 4.114: Araştırmaya Katılan Opera Sanatçılarının Özyeterlilik Algılarının Yaş Gruplarına Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Kruskal Wallis Testi Sonuçları	197
Tablo 4.115: Araştırmaya Katılan Opera Sanatçılarının Performans Kaygılarının Çalışma Sürelerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Kruskal Wallis Testi Sonuçları	198
Tablo 4.116: Araştırmaya Katılan Opera Sanatçılarının Özyeterlilik Algılarının Çalışma Sürelerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Kruskal Wallis Testi Sonuçları	199
Tablo 4.117: Araştırmaya Katılan Opera Öğrencilerinin Performans Kaygılarının Cinsiyetlerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Bağımsız Örneklem t Testi Sonuçları	200

Tablo 4.118: Araştırmaya Katılan Opera Öğrencilerinin Özyeterlilik Algılarının Cinsiyetlerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Bağımsız Örneklem t Testi Sonuçları	201
Tablo 4.119: Araştırmaya Katılan Opera Öğrencilerinin Performans Kaygılarının Yaş Gruplarına Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Kruskal Wallis Testi Sonuçları	202
Tablo 4.120: Araştırmaya Katılan Opera Öğrencilerinin Özyeterlilik Algılarının Yaş Gruplarına Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Kruskal Wallis Testi Sonuçları	202
Tablo 4.121: Araştırmaya Katılan Opera Öğrencilerinin Performans Kaygılarının Öğrenim Gördükleri Sınıfa Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Kruskal Wallis Testi Sonuçları	203
Tablo 4.122: Araştırmaya Katılan Opera Öğrencilerinin Özyeterlilik Algılarının Öğrenim Gördükleri Sınıfa Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Kruskal Wallis Testi Sonuçları	204
Tablo 4.123: Araştırmaya Katılan Bale Sanatçılarının Performans Kaygılarının Cinsiyetlerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Bağımsız Örneklem t Testi Sonuçları	205
Tablo 4.124: Araştırmaya Katılan Bale Sanatçılarının Özyeterlilik Algılarının Cinsiyetlerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Bağımsız Örneklem t Testi Sonuçları	206
Tablo 4.125: Araştırmaya Katılan Bale Sanatçılarının Performans Kaygılarının Yaş Gruplarına Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Kruskal Wallis Testi Sonuçları	207
Tablo 4.126: Araştırmaya Katılan Bale Sanatçılarının Özyeterlilik Algılarının Yaş Gruplarına Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Kruskal Wallis Testi Sonuçları	208
Tablo 4.127: Araştırmaya Katılan Bale Sanatçılarının Performans Kaygılarının Çalışma Sürelerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Kruskal Wallis Testi Sonuçları	208
Tablo 4.128: Araştırmaya Katılan Bale Sanatçılarının Özyeterlilik Algılarının Çalışma Sürelerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Kruskal Wallis Testi Sonuçları	210

Tablo 4.129: Araştırmaya Katılan Bale Öğrencilerinin Performans Kaygılarının Cinsiyetlerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Bağımsız Örneklem t Testi Sonuçları	211
Tablo 4.130: Araştırmaya Katılan Bale Öğrencilerinin Özyeterlilik Algılarının Cinsiyetlerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Bağımsız Örneklem t Testi Sonuçları	211
Tablo 4.131: Araştırmaya Katılan Bale Öğrencilerinin Performans Kaygılarının Yaş Gruplarına Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Kruskal Wallis Testi Sonuçları	212
Tablo 4.132: Araştırmaya Katılan Bale Öğrencilerinin Özyeterlilik Algılarının Yaş Gruplarına Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Kruskal Wallis Testi Sonuçları	212
Tablo 4.133: Araştırmaya Katılan Bale Öğrencilerinin Performans Kaygılarının Öğrenim Gördükleri Sınıfa Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Kruskal Wallis Testi Sonuçları	213
Tablo 4.134: Araştırmaya Katılan Bale Öğrencilerinin Özyeterlilik Algılarının Öğrenim Gördükleri Sınıfa Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Kruskal Wallis Testi Sonuçları	214
Tablo 4.135: Araştırmaya Katılan Tiyatro Sanatçılarının Performans Kaygılarının Cinsiyetlerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Bağımsız Örneklem t Testi Sonuçları	215
Tablo 4.136: Araştırmaya Katılan Tiyatro Sanatçılarının Özyeterlilik Algılarının Cinsiyetlerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Bağımsız Örneklem t Testi Sonuçları	216
Tablo 4.137: Araştırmaya Katılan Tiyatro Sanatçılarının Performans Kaygılarının Yaş Gruplarına Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Kruskal Wallis Testi Sonuçları	216
Tablo 4.138: Araştırmaya Katılan Tiyatro Sanatçılarının Özyeterlilik Algılarının Yaş Gruplarına Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Kruskal Wallis Testi Sonuçları	217
Tablo 4.139: Araştırmaya Katılan Tiyatro Sanatçılarının Performans Kaygılarının Çalışma Sürelerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Kruskal Wallis Testi Sonuçları	218

Tablo 4.140: Araştırmaya Katılan Tiyatro Sanatçılarının Özyeterlilik Algılarının Çalışma Sürelerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Kruskal Wallis Testi Sonuçları	219
Tablo 4.141: Araştırmaya Katılan Tiyatro Öğrencilerinin Performans Kaygılarının Cinsiyetlerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Bağımsız Örneklem t Testi Sonuçları	220
Tablo 4.142: Araştırmaya Katılan Tiyatro Öğrencilerinin Özyeterlilik Algılarının Cinsiyetlerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Bağımsız Örneklem t Testi Sonuçları	220
Tablo 4.143: Araştırmaya Katılan Tiyatro Öğrencilerinin Performans Kaygılarının Yaş Gruplarına Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Kruskal Wallis Testi Sonuçları	221
Tablo 4.144: Araştırmaya Katılan Tiyatro Öğrencilerinin Özyeterlilik Algılarının Yaş Gruplarına Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Kruskal Wallis Testi Sonuçları	222
Tablo 4.145: Araştırmaya Katılan Tiyatro Öğrencilerinin Performans Kaygılarının Öğrenim Gördükleri Sınıfa Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Kruskal Wallis Testi Sonuçları	223
Tablo 4.146: Araştırmaya Katılan Tiyatro Öğrencilerinin Özyeterlilik Algılarının Öğrenim Gördükleri Sınıfa Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Kruskal Wallis Testi Sonuçları	224

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 4.1: Opera Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği Alt Boyutları	167
Şekil 4.2: Opera Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeği Alt Boyutları	169
Şekil 4.3: Opera Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği Alt Boyutları	171
Şekil 4.4: Opera Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeği Alt Boyutları	172
Şekil 4.5: Bale Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği Alt Boyutları.....	173
Şekil 4.6: Bale Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeği Alt Boyutları.....	174
Şekil 4.7: Bale Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği Alt Boyutları.....	176
Şekil 4.8: Bale Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeği Alt Boyutları	178
Şekil 4.9: Tiyatro Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği Alt Boyutları	179
Şekil 4.10: Tiyatro Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeği Alt Boyutları	180
Şekil 4.11: Tiyatro Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği Alt Boyutları	181
Şekil 4.12: Tiyatro Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeği Alt Boyutları	183

BÖLÜM I: GİRİŞ

Sanat nedir? ve Sanatçı kimdir? Sorularının cevap arayışları Antik Yunandan günümüze kadar farklı bakış açıları ile cevaplanmaya çalışılan ve halen süregelen önemli tartışmaların başında gelmektedir.

Farklı bakış açıları ve betimlemeler, sanat ve estetik felsefesi kuramlarını doğurmuş ve “öykünmecilik, biçimcilik, duyguculuk, sezgicilik, istenççilik” gibi kuramlar ışığında sanatçı ve yarattığı sanat nesnesi ilişkisini inceleme yoluna gidilmiştir.

Ne var ki, söz konusu sanat felsefesi yaklaşımlarında sanatsal nesne olarak ele alınan öge sanatçının yarattığı ve somut olan objeden söz edilir. Oysa sahne sanatlarında sanatçının şekillendirdiği ve seyirciye sunduğu sanatsal nesne kendi bedeni ve kişiliğidir. Üstelik zaman, mekân ve kişilik sınırlaması olmadan, sahne üzerinde canlı olarak gerçekleştirdiği performans sırasında yarattığı rol her ne kadar gerçeği yansıtmıyor olsa dahi, harcadığı bedensel kas gücü, fizyolojik ve bilişsel süreçler, bedenindeki nöro-fizyolojik değişimler ve her seferinde farklı sonuçlar alma olasılığı sahne sanatçısının o anki gerçeğidir. İşte bu gerçekliğin sahne sanatçısının psikolojisine yansımaları, kaygı düzeyindeki gelişmelerin farklı değişkenler açısından araştırılması ve ilişkilendirilmesi çoğu sanatçı intiharları da göz önüne alındığında son derece önem arz etmektedir.

Bu bağlamda akla ilk gelen; sanatçı kişilik nedir? Nasıl kendini gösterir? Nasıl eğitilmelidir? Aile desteği gelişim ve eğitim sürecini nasıl etkiler? Biyolojik ve bilişsel farklılıkları nelerdir? Dünyada sanat eğitimi üzerine ne tür kuram ve çalışmalar yapılmış ve yapıla gelmektedir? Sanatçı sorunları nelerdir? İçinde bulunduğu toplumla uyumun/uyumsuzluğun dinamikleri nelerdir? Nasıl bir eğitim sürecinden geçer? Eldeki araştırma ve kuramlar sanatçı sorunlarını gidermeye yeterlidir? Ruhsal sorunlarına spesifik olarak nasıl yaklaşılmalıdır? Sahne sanatçıları ve öğrencilerinin spesifik problemlerine yönelik yeterli ölçme ve değerlendirme aracı/ölçekler var mıdır? Sorularındır.

Yapılan taramalarda bu yönde çok az çalışma olduğu tespit edildiğinden, Böyle bir çalışmanın yapılmasına karar verilmiştir.

Bu bölümde araştırmaya ilişkin problem durumuna, araştırmanın amacına, araştırmanın önemine, araştırmanın sayıltılarına, araştırmanın sınırlılıklarına ve tanımlara yer verilmiştir.

1.1. PROBLEM DURUMU

Tarih boyunca müziğin ve dansın daha ilk çağlardan beri bir terapi aracı olarak kullanıldığı Afrika'nın en ilkel kabilelerden, Aborjinlere, Hint ve Uzak doğu felsefelerinden, Tevrat'taki Eski Ahit yazıtlarında, Paganlardan Kamlara, Ortaçağ İslam bilginlerinde su ve müzik sesi ile tedavilerinde, Selçuklu ve Osmanlılarda kullanılmış olduğu bilinmektedir. Yine bu günkü tiyatro sanatının ilk prototiplerinin Antik Yunan tragedyalari ile topluma iyi örnekler sunmak ve eğitmek maksatlı başlatıldığı ve asırlar boyunca diğerleri gibi evirilerek günümüz tiyatrosuna zemin hazırlamış olduğu, önemli birer tarihi gerçekliktir.

Günümüzde de müziğin, resmin, dramanın, kısaca sanat terapisinin, psikolojik rahatsızlıkların belirlenmesinde ve terapilerinde kullanılması geleneği oldukça ilerlemiştir. Bu bağlamda gösterilebilecek, psikodrama, regresyon, bilişsel ve davranışsal terapiler akla gelen ilk örneklerdendir. Hatta birçok batı ülkelerinde bu yönde yüksek lisans programlarının açılmış olması konunun ne kadar önemli olduğunu kanıtlar niteliktedir.

Güzel sanatlar temelli terapi sistemlerinin, bu denli önemli hale gelmiş olması ve danışanlardan alınan pozitif geri bildirimler, bu düşüncenin karşıt sorusunu da birlikte getirmektedir. Eğer sanat, terapi olarak kullanılabilir ise yanlış eğitim ya da sanatın gereklerinin yanlış yollarla kullanımı, bireyde psikolojik fizyolojik ve/veya bilişsel rahatsızlıklara neden olabilir. Bu noktadan hareketle opera, bale ve tiyatro sanatçıları ve öğrencileri açısından sahne performans kaygılarının nedenlerinin bireysel ve çevresel faktörler göz önünde bulundurularak ölçülmesi sonraki araştırmalara kaynak olması bakımından önemlidir.

Yapılan literatür taramasında müzik, piyano, performans sanatçılarına yönelik Kenny, Davis ve Oates, (2004), Kabakçı (2016), Tokinan (2013), Çırakoğlu ve Şentürk (2013) tarafından geliştirilmiş az sayıda ölçek olduğu görülmüş olmasına rağmen özellikle Türkiye'de opera, bale ve tiyatro sanatçıları adına çok az sayıda araştırma yapıldığı görülmektedir.

Sahne sanatçıları'nın bio-psiko-sosyal yapısının, başarısına ve dolaylı olarak da yine sanatçının öz benliğine, yani varoluşuna direk etki eden bir döngüsel örüntü sergilemesi tabiidir. Sahne korkusu ya da başka bir deyişle performans kaygısı, önlenemez boyutlara vardığında öğrencinin/sanatçının eğitim/sahne başarısını engelleyebilecek ve hatta eğitim/sanat yaşamını noktalayacak konuma getirebilecek güce sahiptir.

Performans kaygısı üzerine yapılan bazı araştırmalarda, bireyin sürekli olarak yapacağı performans hakkında, negatif sonuçlar almasından, haksız eleştirilmekten, yeterince başarılı olamayacağından çekinme olarak görülürken, LeBlanc'e (1997) (Akt:Alptekin, 2012) göre yaş, sağlık ve yeterli hazırlanma süresi, izleyicinin boyutu, ezberin iyi olması, seyircilerin bilgi düzeyi, sanatçının onlara attettiği önem kayıt araçları, eşlikçi gibi faktörlerden kaynaklı performans kaygısı, kişide fizyolojik (nefes darlığı, kalp çarpıntısı, ağız kuruluğu, mide bulanması, titreme, soğuk eller, aşırı tuvalet ihtiyacı), bilişsel (zgven kaybı, performans hakkındaki düşünceler, hatırlama problemleri, hata yapma korkusu, dikkat ve denge kaybı, hatanın sonuçlarına dair çıkarımlar, statü kaybı öngörüsü, performanstan kopma korkusu) ve davranışsal (güçsüzlük, sesin titremesi, çevreye karşı agresif tavırlar, gergin ve kalkık omuzlar, sosyal ilişkilerde bozulma, zaman, zaman performanstan kaçınma ve yabancılaşma) vb. gibi belirtiler olarak hazırlık ve performans sırasındakendini gösterir (Brotons 1999, Gabrielson 1993, Lang 2000, Yoshie et al 2008; akt: Tokinan 2013). Yurt içi ve yurt dışında yapılmış olan araştırmalarda alınmış sonuçlar birbirlerini destekler niteliktedir.

Ne var ki uluslararası çalışmalarda bu konuya daha hassasiyetle yaklaşıldığı görülmekle beraber ülkemizde bu tür araştırmaların azlığı sahne sanatçıları ve sanatçı adayları gençlerimiz için son derece kaygı vericidir. Araştırmaların daha yoğunlaştırılması ve sanatçı aday ve profesyonellerin farkındalık çalışmaları ile performans kaygısı/sahne korkusu nedenleri ve baş etme stratejileri hususunda bilinçlendirilmeleri, önemsenmesi gereken bir husustur. Zira özellikle son dönemlerde kaygıyı bastırmak üzere alkol, Beta blokerler ve bazı sedatif ilaçların doktor kontrolü dışında kullanılıyor olması (Teztel ve Aşkın 2007, ırakoğlu-Şentürk 2013) ve bu maddelerin performans sırasındaki motor, dikkat süreçleri ve kontrol mekanizmalarını olumsuz etkileme olasılığı ve uzun vade de ise, bağımlılık riski taşması bakımından (ırakoğlu 2013) gerek eğitim sürecindeki gençlerimiz, gerekse gençlerin rol model olarak seçecekleri profesyonel performans sanatçıları açısından sakıncalı olması göz önüne alındığında, konunun hassasiyeti ve önemi anlaşılmaktadır. Öte yandan sahne sanatlarında performans kaygısı, çalışmanın dışında, başarıyı etkileyen en önem unsurların başında gelmektedir (Kabakçı 2016, Tokinan 2013). Kaldı ki sanatçılar, sahne performansı sırasında hem fiziksel/bedensel hem bilişsel hem duygusal yönden rselenmektedirler. Bu bağlamda özellikle Türkiye'de yapılmış olan çalışmalardan opera, bale ve tiyatro sanatçıları adına (solist/korist) az sayıda yapılmış araştırmaya rastlanmıştır. Bazı rnekleri aşağıda sunulmuş olan bu çalışmalarda, opera sanatçıları (koristler) ile az sayıda çalışma yürütüldüğü

görülmekte tiyatro ve enstrüman çalanlarla (batı müziği / Türk müziği) daha fazla çalışma yapıldığı görülmüştür.

Sahne/Müzik Performans kaygısı üzerine yapılmış olan çalışmalar incelendiğinde aşağıdaki sonuçlar ön plana çıkmaktadır. Sahne/performans kaygısı (sahne korkusu) konusunda araştırmacılar (Çırakoğlu, 2013) tarafından sosyal kaygının altında sınıflandırılmaktadır. Yapılan diğer araştırmalarda ise sahne performans kaygısının icracının yetenek, yaş, tecrübe ve hazırlık seviyesinden bağımsız olarak ele alındığı görülmektedir (Currie, 2001; Fehm ve Schmidt, 2006). İlk araştırmalarda sahne korkusu olarak değerlendirilmeye alınan sahne performans kaygısı araştırmalarında en çok risk teşkil edebileceği düşünülerek değerlendirilmeye alınan değişkenleri bireysel değişkenler ve çevresel değişkenler olarak ele alınmıştır (Çırakoğlu, 2013; Kenny, Davis ve Oates, 2004).

Öte yandan Bandura'nınsosyal öğrenme kuramına paralel geliştirilmiş ve bireyin içerisinde bulundurduğu kapasitenin, daha önceki iş yeterliliklerinin, güdülerinin ve öz ile ilgili diğer bileşenlerin yapılacak, gösterilecek yeni performanslara giriş cesaretinin gösterilip gösterilemeyeceğini ve girilen bir performansta ise devam sağlanıp sağlanmayacağını belirleyen bir güç olarak tanımlanan (Kuzgun 2011) öz yeterlilik algısı da kendini sanatsal nesne olarak sergilemeyi amaçlayan sahne sanatçıları ve öğrencileri için son derece önemli bir kavramdır.

Bu bağlamda, yurt içi ve yurt dışı olmak üzere, yapılan literatür çalışmasında, sahne sanatçıları ve öğrencilerine yönelik öz yeterlilik algısını ölçmeye yönelik ölçme aracına ulaşılamamıştır.

Öz yeterlilik algısı özellikle sahne performans sanatçıları ve öğrencileri açısından, kendiliklerini ve performanslarına yönelik motivasyonlarını geliştirmede önemli bir yapı taşı olması dolayısı ile bu eksikliğin de giderilmesi ve bu çalışmada öz yeterlilik ölçeğinin de geliştirilmesine yer verilmesi düşünülmüştür.

Bu doğrultuda yaratım ve performans sürecinin diğerlerinden çok daha karmaşık bilişsel süreçleri kapsayan sahne sanat dalı öğrencileri ve sanatçıları için performans kaygısı ve öz yeterlilik ölçekleri eksikliği gözlemlendiğinden bu yöndeki açığın giderilmesi hedeflenmiştir.

1.2. ARAŞTIRMANIN GENEL AMACI

Bu araştırmada opera, bale ve tiyatro sanatçılarında ve konservatuar öğrencilerinde sahne performans kaygısı ve öz yeterlilik ölçeği geliştirilerek geçerlilik ve güvenilirliğinin kanıtlanarak sanatçıların ve sanatçı adaylarının performans kaygısı ve öz yeterlilik algılarını ölçmek amacıyla 12 adet ölçek geliştirilmesi amaçlanmıştır. Bu genel amaç doğrultusunda, araştırma kapsamında aşağıdaki hipotezler sınanacaktır.

- 1-Opera Sanatçıları Performans kaygısı ölçeği geçerli ve güvenilir bir ölçme aracıdır.
- 2-Opera Öğrencileri Performans kaygısı ölçeği geçerli ve güvenilir bir ölçme aracıdır.
- 3-Bale Sanatçıları Performans kaygısı ölçeği geçerli ve güvenilir bir ölçme aracıdır
- 4-Bale Öğrencileri Performans kaygısı ölçeği geçerli ve güvenilir bir ölçme aracıdır.
- 5-Tiyatro Sanatçıları Performans kaygısı ölçeği geçerli ve güvenilir bir ölçme aracıdır.
- 6-Tiyatro Öğrencileri Performans kaygısı ölçeği geçerli ve güvenilir bir ölçme aracıdır.
- 7-Opera sanatçıları özyeterlilik ölçeği geçerli ve güvenilir bir ölçme aracıdır.
- 8-Opera öğrencileri özyeterlilik ölçeği geçerli ve güvenilir bir ölçme aracıdır.
- 9-Bale Sanatçıları özyeterlilik ölçeği geçerli ve güvenilir bir ölçme aracıdır.
- 10-Bale Öğrencileri özyeterlilik ölçeği geçerli ve güvenilir bir ölçme aracıdır.
- 11-Tiyatro Sanatçıları özyeterlilik ölçeği geçerli ve güvenilir bir ölçme aracıdır.
12. Tiyatro Öğrencileri özyeterlilik ölçeği geçerli ve güvenilir bir ölçme aracıdır.

1.3. ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ

Gerek yurt dışı gerekse yurt içi literatür incelendiğinde performans kaygısı üzerine yapılmış olan araştırmaların sınırlı sayıda olduğu görülmüştür (Çırakoğlu, 2013, Tezel ve Aşkın, 2007). Bugüne kadar yürütülmüş çalışmalarda geliştirilen ve en tanınmışı Kenny Müzik Performans kaygısı ölçeği ve incelendiğinde ise yukarıda belirtildiği üzere daha ziyade

enstrüman çalan ve sadece konser performansı sergileyen sanatçılar hedeflenerek hazırlanmış ölçekler olduğudur.(Kenny ve Tokinan, 2013).

Öte yandan günümüzde gerek psikolojik gerek nörolojik gerekse psikiyatrik tedavi ve terapi uzmanlarının birleştiği nokta, danışanlara en doğru yaklaşımın bireylerin içinde bulunduğu biyolojik, psikolojik, sosyal ve kültürel ortamlarını doğru değerlendirmek sureti ile yardım edilebileceği hususudur (Uludüz, 2017 ve Hablemitoğlu, 2017) .

Bu bağlamda, sahne sanatçılarının biyolojik, psikolojik, sosyal ve kültürel çevrelerine görece ışık tutacağına inanılan bu araştırmada yapılacak ölçek geliştirme çalışmaları, özellikle opera, bale ve tiyatro sanatçıları ve öğrencilerini hedefleyen ve geniş bir değişken yelpazesini kapsayan, Türkiye ve dünya literatüründeki ilk çalışma olma özelliğini taşıması bakımından önemli olduğu düşünülmektedir.

1.4.ARAŞTIRMANIN SAYILTILARI / VARSAYIMLARI

1- Bu araştırma önerisinde T.C. Kültür ve Turizm Bakanlığı Devlet Opera ve Balesi Genel Müdürlükleri ve Devlet Tiyatroları Genel Müdürlükleri kapsamında 2017-2018/2018-2019 sezonunda görevli devlet sanatçısı kadrosundaki, kadrolu ve sözleşmeli sanatçılarla ve 2017-2018/2018-2019 öğretim yılında ilgili ekte listesi sunulmuş olan Devlet Konservatuarlarda öğrenim görmekte olan tam zaman ve yarı zamanlı lisans öğrencileri ile sınırlıdır.

2- Çalışmaya gönüllülük esası ile katılım sağlayan profesyonel sanatçı ve öğrencilerin yaptıkları görüşmelere ve uygulanan ölçeklere içtenlikle katıldıkları ve cevap verdikleri düşünülmüştür.

3- Yurt dışında ve yurt içinde yapılmış olan literatür çalışmalarındaki bilgilerin doğru olduğu kabul edilmiştir.

4- Araştırmada kullanılan model ve veri toplama araçları araştırmanın problem ve alt problemlerine uygun olduğu düşünülmektedir.

1.5. ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI

1- Araştırma T.C. Devlet Opera ve Balesi Genel Müdürlüklerine ve T.C. Devlet tiyatrolarına bağlı Devlet Operaları/Tiyatroları Müdürlüklerinde çalışmakta ve

konservatuarlarda öğrenim görmekte olan profesyonel ve öğrenci sanatçı/adaylarına ulaşılabilen örneklem sayısı orantısı doğrultusunda sınırlılık taşımaktadır.

1.6. TANIMLAR

Sahne Sanatları: Güzel sanatlardan farklı olarak sahnede canlı performans gerektiren ve hem sanatçının hem de sanatsal öğenin bizzat protagonist tarafından kendi beden ve kişiliğindeki değişimler sonucu izleyicilere sunulan tiyatro, dans/bale ve opera gibi sanat dallarını kapsayan karma sanatlar.

Performans: Performans, bireylerin belirgin bir amaç doğrultusunda sarf ettikleri çaba, sonucunda elde ettikleri başarı durumu, verimlilik anlamına gelir. (Demirdöken, 2017, s. 34).

Kaygı: Bireylerin stres altına girebilecekleri herhangi bir durumda yaşadıkları yoğun üzüntü, gerginlik ve olumsuz duygulanım halinde verilen tepkilerdir (Geçtan, 2006, s. 60-62).

Sosyal Kaygı: Daha önce girilmeyen yeni bir sosyal çevrede bireylerin kendilerini rahat ifade edememeleri, utangaçlık yaşamaları ve yoğun şekilde tedirgin olmaları durumudur. (Budak, 2000, s. 689).

Performans Kaygısı: Bireylerin kendilerine yönelik özgüvenlerinin sınandığı ve savunma mekanizmalarının işlevselliğini yitirip bireylerin kapasitesinin altında performans göstermesine neden olan bir korku halidir (Alptekin, 2012, s. 138).

Öz Yeterlilik: Bireyin içerisinde bulundurduğu kapasitenin, daha önceki iş yeterliliklerinin, güdülerinin ve öz ile ilgili diğer bileşenlerin yapılacak, gösterilecek yeni performanslara girilip girilmeyeceğini ve girilen bir performansta ise devam sağlanıp sağlanmayacağını belirleyen bir güç olarak tanımlamaktadır (Bandura, 1977, s. 192).

BÖLÜM II: KAVRAMSAL ÇERÇEVE

2.1. SANAT

2.1.1.Sanat Kavramı

Tarih boyunca sanat kavramı tanımı hakkında birçok görüş ortaya atılmıştır. Bunlara örnek olarak göstermek gerekirse: Platon sanatı gerçekçiliği, yani ona göre gerçek olan İdea'lar dünyasını yansıtan bir ayna olarak tanımlar, dünya ise, onun görüşüne göre, gerçek idealar dünyasının kopyasıdır. Dolayısı ile Platon için sanatçı kişilik, kopya'nın kopyasını yansıtmaması bakımından değersizdir. Ayrıca Platon, sanatı ve sanatçıyı, insanın içindeki bastırılmış duyguları ortaya çıkarma potansiyeli taşıdığı için zararlı ve tehlikeli bulur (Uslu 2012).

Buna karşın Aristo ise, sanat ve sanatçının, sadece olanı değil olabileceği de yansıttığından ötürü çok değerli olduğunu savunur ve kişinin kötü duygularından arınmasına ve daha erdemli bir hayata yol gösterici bir rol üstlenmesinden dolayı bulunmaz zenginlikler taşıdığını savunur (Uslu 2012).

Ünlü Alman düşünür Nietzsche ise, "Hakikat yüzünden ölmek için elimizde sanat var, sanatın özü belli türden bir yalandır ve yaşamı katlanabilir kılan tek şey sanattır" sözleri ile yüceltir sanatı (Gökberk,1974).

Jean Paul Sartre'a göre ise sanat gerçekdışı ve kışkırtılmış hayaldir. İtalyan edebiyatçı Cesare Pavese' ye göre ise, hayatın saldırılarına karşı bir savunma, Rus yazar Tolstoy'a göre, insanın daha önce gördüğü, bildiği bir duyguyu kendinde canlandırdıktan sonra aynı duyguyu başkalarının da hissedebilmesi için, hareket, çizgi, renk, ses ya da sözcüklerle belirlenmiş biçimler aracılığı ile onlara aktarma şeklidir sanat (Gökberk,1974).

Nobel Ödüllü Edebiyatçı Solienitsin'egöre ise, sanat insanın ölüm korkusu ile ölüm korkusundan daha da beter olan anlamsızlık korkusunu aşma çabasıdır (Gökberk,1974).

Vincent Van Gogh, sanatı, insanın gerçekten yaşadığını hissettiği tek zaman olarak tanımlarken, ünlü İspanyol ressam ve heykeltıraş Pablo Picasso, "Sanatı bana sormayın, çünkü ne olduğunu bilseydim bile söylemez kendime saklardım" diye cevap verir uzanan mikrofonlara (Taşdelen, 2016; Yazıcı, 2016)

Freud'a göre sanat bir savunma mekanizması olarak yüceltme ve özellikle ilgi görmek isteği ile bağdaştırılırken, Maslow'a göre ise, sanat ve estetik kendini gerçekleştirme aşamasından bir önceki basamak olarak görülür (Cüceloğlu 2014).

Tüm bu farklı tanımlar insanoğlunun doğaya karşı varoluş mücadelesi sırasında, kendi duyu organları ile algıladığı cisimleri/olayları, karşısındakine veya gelecek nesillere aktarma isteğini taşımaya başladığında ve ardından bu iletişimi estetik kaygı ile gerçekleştirmek istediğinde sanatla buluştuğu söylenebilir (Gürten 2009).

İnsanoğlunun estetikle buluşması “*Öykünmecilik, Biçimcilik, Duyguculuk, Sezgicilik İstenççilik*” gibi estetik felsefesi akımlarını geliştirmiştir. “*Öykünmecilik*” akımına göre sanat yapıtının bir taklit olduğu, buna karşılık “*Biçimcilik*” akımına göre hangi niyetle sanat yapıldığı değil eserin şeklinin önemli olduğu, “*Duyguculuk*” akımına göre sanat eserinde en önemli unsurunun aktardığı duygu olduğu, buna karşılık duyguyu reddeden “*sezgicilik*” akımına göre ise, sanatın bir ifade şekli yani dışa vurum olduğu savunulmuştur. “*İstenççilik*” akımı ise bunlardan farklı olarak sanatın tek bir yönelimi ile yorumlanamayacağı içinde barındırdığı üç öğeyi birlikte değerlendirildiğinde sanattan söz edilebileceğini savunmuştur. İstenççilik akımına göre, sanatçının cisimleştirmek istediği dilek ve arzuları, dil ve uyumu sağlayıcı hayal gücü, bir sanat yapıtı için olmazsa olmaz olan öğeleridir. Bu akıma göre ancak bu öğelerin uygun/estetik birleşimi sanat olarak tanımlanmalıdır (Taşdelen, 2016; Yazıcı, 2016)

Bu açıdan ele alındığında sanat ancak bir sanatçı kişilik tarafından ortaya konabilecek, ya da dünyaya kazandırılacak özel bir emek ve çalışma ürünü olarak var olabilecek aksi durumda var olamayacak bir kavramdır.

Nitekim Avusturyalı yazar Ernst Gombrich'in ‘Sanatın Öyküsü’ adlı kitabının girişindeki vurgu, bu yönden çok dikkat çekicidir “Aslında sanat diye bir şey yoktur, yalnızca sanatçı vardır” (Taşdelen, 2016; Yazıcı, 2016).

2.1.2. Sanatın Amacı ve İşlevi

Sanat, sanatçı tarafından hissedilen duyguların diğer bireylere aktarılması sırasında iletişim aracı olmasının yanı sıra izleyicinin duygularının da evrilmesine ve daha mükemmelleşmesine neden olabilir. Benzer şekilde sanatçı da ortaya koyduğu eserlerle

kendisini geliştirme fırsatını bulur. Nitekim Aristoteles ve Freud'un kullanmış oldukları “*katharsis*” kavramı aynı prensibe dayanır (Uslu 2012,Cüceloğlu 2014).

Diğer yandan sanat, farklı dönemler ve kültürler hakkında bilgi edinme ve kültürler arası bağ kurma konusunda da önemli bir rol üstlenir. Bu yolla bireyin geçmiş ve gelecek hakkında bilgi sahibi olmasının dışında hayal gücünün de gelişmesine neden olabilir (Gürten 2009).

Son olarak sanat bireylerin günlük, toplumsal ve sosyal baskılardan kaçarak bir derece kendilerini rahatlattıkları güvenli bir liman olarak da görülebilir. Sanatın bu işlevi terapi olarak kullanılması yöntemi ile örtüşürken profesyonel sahne sanatçılarının ve görece bu yönde eğitim almakta olan öğrencilerin iş/eğitim gereği bu işlevden mahrum kalacakları gerçeğini de göz ardı etmemek önemlidir (Gürten,2009).

2.1.3.Sahne Sanatları

Sanatın ifade yönünden zengin çeşitliliğinin olması farklı şekillerde değerlendirilmesine ve sınıflandırılmasına gereksinim oluşturmuştur. Bu sınıflandırmalar içerisinde en çok kabul gören kullanılan malzeme yönünden yapılmış olan sınıflama şeklidir.

Bu sınıflamaya göre mimari, resim, heykel gibi, maddeye şekil verilerek yapılan sanat ekolüne “*plastik sanatlar*”, edebiyat ve müzik gibi sese ve söze şekil verilen sanat akımlarına “*fonetik sanatlar*”, dans, bale, sportif oyunlar gibi insan hareketi ile yapılan sanatlara “*ritmik sanatlar*”, opera, tiyatro, sinema fotoğrafçılık gibi farklı disiplinlerin bir arada kullanılarak elde edilen sanat formlarına ise “*karma sanatlar*” denir (Gürten,2009).

Güzel sanatların bu dallarından plastik sanatlar statik bir sanat şekli olup zaman içerisinde değişime uğramazlar. Edebi eserler ise yazılan metin değişmese dahi, okuyucunun anlamlandırma yetisi değiştikçe farklı bakış açıları geliştirmesine katkı sağlayabilecek esnekliğe sahiptir. Öte yandan müzik, dans/bale opera ve tiyatro gibi karma ve sahne performans sanatları nesne olarak insanın şekillenmesi olduğundan ve özellikle canlı sergilendiğinden tekrarı olmayan ve hareketli, bire bir insandan insana direk temas yolu ile duygu aktarımı sağlamaları açısından diğerlerinden ayrılır. Kuşkusuz buradaki en önemli öge bireysel canlılığın varlığıdır (Gürten,2009).

Bu bölümde tarihsel gelişim açısından kronolojik süreçte sahne sanatları tiyatro, opera ve bale gelişimin ve günümüz eğitim ve profesyonellik dinamiklerine kısaca yer verilecektir.

2.1.3.1. Tiyatro

Tiyatronun kaynağı doğa ile sert bir mücadele içerisinde güçlükte avlanma durumunda olan ilkel insanlara kadar geriye uzanır. Avlanma sırasında yaşanan olayları, avın insana yaşattığı zorlukları topluluğun diğer bireyelerine, gerek hayvan postuna bürünerek gerekse maskeler kullanarak, canlandırmak sureti ile anlatma içgüdüğü ve bu anlatım sırasında av ve avcı rollerine bürünme, literatürde, tiyatronun ilk çıkış noktası olarak kabul edilmektedir (Gürten 2009, İpekli 2013).

Antik Yunan'da ise şarap ve bağbozumu tanrısı olarak kabul edilen Diyonizos için yapılan şenlikler antik yunan komedyası ve tragedyasının ilk temelini oluşturur. Diyonizos'un sembolü "teke" rolündeki kişiye, şarkılar söyleyen ve dans eden koro eşlik ederdi. Zaman içerisinde bu koroya bir konuşmacı eklenmiş ve böylece günümüz tiyatro diyaloglarının da temeli atılmıştır. Bu gelişim ilerde "tragedia" kelimesine dönüşecek olan ve Yunanca'da keçi anlamına gelen "tragos" ile ezgi anlamına gelen "aoide" nin birleştirilmesi ve "tragoida" kavramının gelişmesine zemin hazırlayacaktır. Zamanla dönemin yazarları, oyunlardaki durağanlığı aşabilmek adına kişilikler ilave etmişler ve böylelikle eski Yunan tragedyaları sürecini başlatmışlardır. Antiphanes, Euripides, Sophocles ve Aristophanes önemli tragedia yazarlarıdır (Gürten 2009, İpekli 2013).

Yunan tragedyaları konularında ağırlıklı olarak efsane kaynaklı olaylar aracılığı ile yaşamsal dersler ve iyilik, kötülük gibi insani değerlerin önemini vurgulanarak, her türlü aşırılığın getirisi trajik/ kötü sonuçlarının olabileceği, seyircilere aktarılması hedeflenmiştir (Gürten 2009, İpekli 2013).

Buna karşılık aynı dönemde yine bağbozumu şenliklerinden, ortaya çıkan "komedia", dans ve şarkılarla olan olayların komik ve eğlenceli yönlerinin vurgulandığı zaman, zaman açık saçık de olabilen şakaların, tören danslarının günümüz komedi türünün temelini oluşturduğu söylenebilir. Nitekim Aristoteles Poetika adlı kitabında "komedianin kötü olanı değil gülünç olanı taklit ettiğini ve gülünç olanın da daha kolay düzeltilebilecek bir kusur olduğunu" vurgular (Gürten 2009, İpekli 2013).

Roma imparatorluğu döneminde Yunan tragedyalara devam edilse de askeri görüş daha ön planda olduğundan konuların daha şiddet ve kan içerdiği görülür. Takip eden dönemde tiyatro çoğu diğer disiplinler gibi Katolik dinin hâkimiyeti altına girdiği, ağırlıklı olarak İsa'nın vb. dini konuların işlendiği, ancak Rönesans sonrası tekrar canlandığı

görülmektedir. İtalya’da o dönem ortaya çıkan, Commediadell’Arte, pazar yerlerinde tiyatro geleneğini canlı tutmayı başarmıştır (Gürten 2009, İpekli 2013).

Rönesans sonrası tüm Avrupa’da gelişen Tiyatro geleneği içerisinde kuşkusuz Shakespeare’in yeri çok önemlidir. Nitekim sonradan onun eserleri opera bestecilerine ilham kaynağı olacaktır. Ayrıca Molier, Çehov,Gogol, Bechet,Brecht, Gothe, Miller, uluslararası üne sahip tiyatro yazarlarındandır (Gürten 2009, İpekli 2013).

Günümüz tiyatrosuna yaklaştıkça konular zaman, zaman klasik, romantik ve gerçek dışı olsa dahi 19. yy. itibarı ile gerçekçilik akımı çok daha ön plana geçer. Gerçekçilik akımı sonrası diğer sanat dallarında olduğu gibi modern tiyatroyu, ardından da post modern çalışmaları günümüze kadar ulaştıracaktır (Gürten 2009, İpekli 2013).

Türkiye’de tiyatronun gelişimine bakıldığında ise geleneksel Türk tiyatrosu ilk planda öne çıkar. Geleneksel Türk tiyatrosunda, “*kukla tiyatrosu, meddah ve orta oyunu*” özel bir öneme sahiptir. Osmanlı imparatorluğunun Tanzimat döneminde ilk batı etkisi ile oluşan ve Güllü Agop, Madam Sırpuhi gibi, ağırlıklı olarak azınlık vatandaşların sahne aldığı eserler sergilenmiş. Ardından Darülbedayi’nin kurulması ile bu yönde eğitim verilmesine başlanmıştır. Günümüz konservatuar eğitiminin temeli olan kurum sayesinde ilk kez 1920 de Afife Jale ilk Türk kadın sanatçı olarak sahneye çıkmıştır. Şinasi beyin Şair evlenmesi adlı eseri de ilk Türk tiyatro eseri olarak tarihte yerini almıştır. Diğer önemli tiyatro yazarlarının başında ise Ahmet Kutsi Tecer, Adalet Ağaoğlu, Güngör Dilmen, Turgut Özakman, Aziz Nesin, Haldun Taner, Halide Edip Adivar, Necip Fazıl Kısakürek ilk akla gelenlerdir (Gürten 2009, İpekli 2013).

Cumhuriyet döneminde ise T.C. Devlet Tiyatrolarının kurulması ve günümüze taşınmasının baş mimarı kuşkusuz Muhsin Ertuğrul hocanın çalışmaları kaynaklıdır. 1936 yılında Devlet konservatuarının açılmasını destekleyen Muhsin Ertuğrul,1949 yılında ise devlet tiyatrolarının kurulması yönünde büyük çalışmalar yapmıştır (Gürten 2009, İpekli 2013).

Günümüzde,yerleşik ve turne düzenlerinde faaliyet gösterenTC. Devlet Tiyatrolarında toplam iki yüz civarında kadrolu ve sözleşmeli tiyatro sanatçısı görev yapmaktadır.

2.1.3.2. Dans/Bale

Tam olarak kim/kimler tarafından kullanıldığı bilinmemekle beraber insanlık kadar eski olduğu düşünülen dans, tiyatro gibi çoğu duygu ve düşünceleri, korku ve acılarını karşısındakine aktarma isteği ile doğduğu, zamanla bu bedensel hareketlere, davul, tamtam ve flüt gibi çalgılarla, ritim ve müzik de eklenerek geliştirildiği literatürde genel olarak kabul edilmektedir. Bedensel hareketler aracılığı ile belirli bir amaç doğrultusunda toplu veya bireysel olarak sergilenen sanata verilen addır (Gürten 2009, Tüzün 2013).

İlk çağlarda, insan atalarımızın, başlıca dört neden doğrultusunda dans ettikleri literatür kaynaklarında görülmektedir. Bunlar, savaş veya av öncesi hazırlık ve antrenman/ısınma amacı ile çoğunlukla toplu olarak yapılan “*sosyal danslar*” benzer şekilde başarılı bir av ve savaş sonrası kutlama amacı ile yapılan “*eğlence dansları*” eski çağ atalarımızın dini/manevi inançları doğrultusunda tanrılarına yakarmak ya da teşekkür amacına dayanan “*dini danslar*” ve son olarak ölümlerini gömme ve kurban etme ayinleri doğrultusunda yapılan “*ölüm dansları*” olarak özetlenebilirler. Her toplumun kendi kültürüne bedensel yapısına uygun dans teknikleri geliştirdiği ve böylece halk dansları veya folklorik geleneğin ortaya çıktığı söylenebilir (Gürten 2009, Tüzün 2013).

Sanat olarak dansın gelişimi ise yine Antik Yunan’daki hem dans ederek hem de şarkı söyleyerek oyunu açıklayan koro dansçılarına dayandığı görülmektedir. Platon’un Devlet adlı eserinde dans ve spora ayırdığı yer o dönemde dansa verilen önemi göstermektedir (Uslu 2012).

Roma döneminde sadece aristokrat ailelerin çocukları dans derslerinden faydalanırken, halk arasında eski zarafetini kaybettiği ve kabalaştığı görülür. Nitekim Ortaçağdaki dini hegemonya ile beraber, dansın günah sayılması Rönesans’a kadar yasaklanmasına neden olur (Gürten 2009, Tüzün 2013).

Saray baloları ve gösterileri dansı daha ön plana çıkarması özellikle Rönesans devrinde dansa verilen önemi pekiştirir. Bu dönemde İtalya ve Fransa bale sanatının yükselmesinde öncü rol üstlenerek gelişmesine büyük katkıda bulunurlar.”*Tarantella*” bu dönemin halk tarafından en çok benimsenen ilk dansı olarak bilinir. Bunun dışında bale tarihinde ilk gerçekleştirilen gösteri 16.y.y da IVX. Lui döneminde, sarayda gerçekleştirilen, dans, şiir ve müzik eşlikli ve o döneme dair özel dekorlar içinde sergilenen “*BalletComique De La Reine*” adlı bale gösterisidir. Yine aynı dönemde “*AcademicRoyal De Dance*” bale

okulunun açılması, Özellikle Fransız devrimi sonrası Romantik bale geleneğinin, ardından Klasik ve çağdaş bale geleneğinin gelişimini hazırlayacaktır (Gürten 2009, Tüzün 2013).

Tüm bu gelişmeler önce Avrupa'yı sonradan Amerika ve Asya kıtasını da etkisi altına alarak, köle ve yerli danslarını da içine alarak özgün ve günümüz modern dans örneklerinin oluşmasına neden olacaktır. Son olarak tüm diğer sanat dallarına paralel olarak post modernite dans literatürüne katılacaktır. P.İ. Çaykovski'nin, Kuğu gölü, Uyuyuyan Güzel, Fındıkkıran, Giselle ve Prokofief'in Romeo ve Juliet baleleri, en çok bilinen klasikleşmiş bale eserleri olarak bale tarihinde yer alırlar (Gürten 2009, Tüzün 2013).

Türkiye 'de ise bale geleneği ilk kez Ankara Devlet Konservatuarında bir bölüm olarak açılması 1936 da istenmiş ise de, ilk kez 1948 yılında İngiltere'den gelen DameNinette de Valois'ninİstanbul'da açtığı ilk bale okulunun sonradan konservatuara bağlanması ile gerçekleşmiştir (Gürten 2009, Tüzün 2013). Halen birçok şehirdeki konservatuarlarda bale eğitimi YÖK kriterleri doğrultusunda verilmektedir. Yetişen Bale sanatçıları ise Kültür bakanlığına bağlı Devlet Opera ve Balesi sanatçı kadrolarında sanatlarını devam ettirmektedirler.

2.1.3.3. Opera

Opera Rönesans'ın beşiği sayılabilecek Floransa kökenli olup, buradaki besteci, şair ve heykeltıraşların bir araya gelerek eski Yunan tragediyalarına benzer ve daha kapsamlı bir sanat formu yaratma doğrultusunda doğduğu düşünülür (Altar2000,Gürten 2009 Yener 1992).

Opera sanatı, 1594 yılında J.Peri tarafından ilk kez sahnelenen "*Dafne*" adlı eserle çeşitli akımlar doğrultusunda evrilerek günümüze kadar gelmiştir. Sahnede müziğin, tiyatronun, dekor ve kostümün, mimari ve heykeltıraşlığın kısaca tüm güzel sanatlar kapsamına giren sanatların bir araya geldiği, zaman ve mekân unsurunun çok boyutlu yaşandığıve kalabalık bir icracı ve teknik gurubun hem zamanlı yaratısı olan opera sanatı, diğerlerinden farklı olarak insan sesinin hiçbir teknolojik yardım almaksızın kullanıldığı ve icra edildiği tek sanat dalıdır. Dafne den sonra Peri'nin bestelediği "*Euridice*" operası bu sanatın ilk örnekleridir. Ardından Monteverdi ile gelişecek olan opera sanatı Önce Floransa'da ardından 1637 yılında Venedik'te açılan Teatro San Cassaino opera binası sonrası, kuzey İtalya'da gelişmiş buradan da diğer Avrupa ülkelerinde gelişerek daha geniş kitlelere ulaşmıştır (Altar2000,Gürten 2009 Yener 1992).

Bu gelişmeler İspanya'da “Zarzuela” İngiltere’de ise “Masque” tarzındaki performans oyunları gelişim göstermiştir. 17. yy. da yaşanan bu gelişmeler İtalya’dan sonra Fransa, Almanya, Rusya, Avusturya ve Amerika ‘da dalgalar halinde gelişmiştir. Fransa’da B.Lully tarafından hem dans hem müzik hem şarkı içeren gösteriler onu opera yönünde Fransa’daki ilk besteci konumuna oturmuştur. Aynı dönemlerde Alman Besteci Haendel İngiltere’de İtalyan tarzı bestelerle ünlenmiş, takiben 1644 yılında, ilk Almanca opera eseri Staden tarafından “Seelewig” operası olmuştur. Bu sırada İtalya’da Napoli ekolünün öne çıkması ile “Bel Canto” güzel şarkı söyleme akımı hâkim olmuş, aynı dönemde bayanların şarkı söylemesi ve sahneye çıkması yasak ve günah olduğundan bazı erkek çocukların hadım edilerek soprano ses frekanslarında şarkı söylenmesi sağlanmıştır. “Castrato” adı verilen bu bireyler uzun süre İtalyan operalarında gelenek halinde var olmuşlardır (Altar2000,Gürten 2009 Yener 1992).

18.y.y da aydınlanma döneminde “Opera Seria” adı verilen ciddi dramatik konulu operaların ara bölümlerinde “intermezzo” denen, daha hafif ve daha esprili kısa oyunlar zamanla dinleyicilerin ilgisini çekmesi sonucu ”Opera Bufa” veya Fransa’daki adı ile “Opera Comique” yani komik operanın doğmasını sağlamıştır. Komik opera tarzı Almanya’da “Singspiel” olarak adlandırılmıştır Son olarak ise daha büyük ve görkemli opera stili olan “Grand Opera” gelişmiştir. 18.y.y sonları ve 19.yy. başlarında opera merkezi İtalya’dan Paris’e kaymış ve burada Gluck’un klasik opera anlayışı öne çıkmıştır. Aynı dönemde Avusturyalı besteci W.A.Mozart, Opera Seria ve OperaBuffa türlerini muhteşem şekilde sentezleyerek önemli opera eserleri bestelemiştir. Figaro’nun Düğünü, Saraydan Kız Kaçırma,Cosi Fan Tutte,DonGiovanni bu tür eserlerine örnek olarak verilebilir (Altar 2000, Gürten 2009 Yener 1992).

Fransız ihtilali ve sonrasında oluşan karışık demografik yapı her ne kadar bir yandan bireylerde umutsuzluğa neden olmuş ise de, diğer yandan sanatçıların ve eserlerinin daha geniş bir coğrafyaya da yayılmasını sağlamıştır. Akılcılık anlayışına bir tepki olarak doğan “Romantizm” diğer sanat dallarında olduğu gibi, opera sanatında da kendisini göstermiş ve başta C.M.F.Veber olmak üzere, Rossini, Donizetti ve Bellini gibi bestecilerin eserleri ile devam etmiştir.Sırası ile,Sevil Berberi, Don Pasquale, Norma bu bestecilerin en çok bilinen eserlerindedir (Altar 2000, Gürten 2009, Yener 1992).

Erken Romantik olarak bilinen bu bestecileri Wagner ve Verd’nin eserleri takip etmiştir. G.Verdi eserlerinde daha ziyade milliyetçilik duygularını dile getiren konu ve müzik

kalıpları kullanırken, karakterlerdeki psikolojik öğelere ve davranışa çok önem vermiştir. Buna karşılık, Wagner konu olarak daha gerçeküstü konuları tercih etmiştir. Armonisinde ise sonsuzluğu hissettiren ve karara bağlanmayan müzik cümleleri kullanmış, ayrıca yeni bir kavram olarak eserlerinde “*Leit-Motif*’i” kullanmıştır. Leit-Motif genellikle eserin ana teması/olayı veya kişiyi hatırlatmak üzere kullanılan motif olarak değerlendirilmektedir. Wagner’in opera literatürüne diğer bir katkısı ise bütünsel opera fikridir. Özellikle bu dönem sonrası artık opera, tiyatro, şiir, mimari, plastik sanatlar, müzik, dans bale ve fonetik sanatların birbiri ile sentezlenmiş hali olarak son halini almıştır. En ünlü Wagner operaları olarak Uçan Hollandalı, Tannhaeuser, Lohengrin, Tristanundİsolde sayılabilir. En ünlü Verdi operalarına ise İl Trovatore, La Traviata, Machbeth, Maskeli Balo, Nabucco,DonCarlos,Otello Aida operaları örnek verilebilir (Altar 2000,Gürten 2009 Yener 1992).

19.yy’a gelindiğinde Avrupa’da diğer sanat kollarında olduğu gibi Romantizm’e karşı gelişen gerçekçilik akımı, opera sanatında da kendisini göstermiş ve Fransa’da Bizet, İtaliadaPonchielli, Mascagni, Leoncavallo gerçekçi opera akımına örnek olacak en önemli eserleri bestelemişlerdir. Sırası ile bu bestecilere ait en önemli eserler, Carmen, La Gioconda, CavalleriaRusticana, Pagliacci operalarıdır. Geç romantik/gerçekçi romantik ya da post romantik olarak sınıflanan Puccini’nin Madam Butterfly, Tosca, La Bohem ve Turandot operaları diğer yandan modern/romantik operaların habercisi R.Strauss’unSalome ve Electra gibi başyapıtları opera tarihinde çok önemli bir yere sahip olmuşlardır(Altar 2000,Anderson 1994. Gürten 2009, Yener 1992).

Bu dönem sonrası 20.yy’a gelindiğinde Empressionist, yeni Romantizm, yeni Klasisizm gibi akımlar eşliğinde modern opera eserleri besteleyen besteciler dönemi başlamıştır. Bu bestecilerden en önemlileri ise Debussy, Stravinsky, Berg ve Britten olarak sayılabilir (Altar2000,Gürten 2009, Yener 1992).

Avrupa’da opera sanatında 16. ve17.yy.da meydana çıkan gelişmeler o dönem Osmanlı padişahlarının dikkatini çekmiş ve gözlem yapabilmek adına, başta İtalya ve Fransa olmak üzere, batı ülkelerine elçiler göndermişlerdir (Yener 1992).

Bu elçilerden en önemlisi 1719 tarihinde Paris’e gönderilen Yirmi sekizinci Mehmet Çelebi ve izlenimleridir. Tarihi kaynaklara göre Mehmet çelebinin opera hakkında verdiği geri bildirimler sonucu padişahlar arasında bu yeni sanat dalına ilgi artmış ve ilk kez 1797 yılında Topkapı Sarayına davet edilen bir grup tarafından ilk opera temsili gerçekleştirilmiştir.

İlk temsili organize eden Üçüncü Selim aynı zamanda ilk operayı seyreden Osmanlı Padişahı olarak bilinmektedir (Gürten 2009. Yener 1992).

Tanzimat sonrası opera sanatına olan ilginin artması Beyoğlunda “*Bosko*” tiyatrosunun kurulmasına ve burada zaman, zaman İtalyan opera gruplarının temsiller yapılmasına ortam hazırlamışlardır. Bu gelişmeler daha iyi anlaşılması açısından opera librettolarının Türkçeye çevrilmesi ihtiyacını doğurmuştur. Bu bağlamda 1842 yılında Türkçeye çevrilerek ilk kez basılan metin G.Donizetti’nin” *Belisario*” adlı operasının librettosu olduğu tarihi kaynaklardan anlaşılmaktadır. İki yıl sonra ise aynı sahnede G.Donizetti’nin “*LucreziaBorgia*” adlı operası Türk seyircisi ile buluşmuştur (Altar 1989.Yener 1992).

Bu gelişmeler sonrasında 19.yy’a gelindiğinde Nazım Efendi’nin yönettiği bazı tiyatrolarda o dönemin Avrupa’sında öne çıkan neredeyse tüm eserler çok kısa sürede İstanbul’da da sergilenir hale gelmiştir. “*Rossini’nin Sevil Berberi, Donizetti’nin Don Pasquale ve Lucia diLammermoor, Bellini’ninNorma,Verdi’ninNabucco,Ernani,İlTrovatore,LaTraviata,Rigoletto ve Un balo İn Maschera*” operaları bu yöndeki en önemli örneklerindendir (Anderson 1994).

Takip eden yıllarda opera ve batı müziği ilgisi Padişah Abdülmecit tarafından da devam ettirilmiş ve Saraya başta GiuseppeDonisetti ve Guatelli gibi İtalyan şef ve besteciler çağırarak temsil ve konserler tertiplenmesine vesile olmuştur (Altar 1989. Yener 1992).

Cumhuriyet’in ilanından sonra Ankara’da açılanMusiki Muallim Mektebi sonradan Ankara Konservatuarına dönüştürülmüştür. Öte yandan İstanbul’da açılan Belediye konservatuarı kurulmuş, burada yetişen sanatçılar hem beste hem de sahne üzerinde yeni nesiller yetişmesine neden olmuşlardır.İstanbul Şehir Operası’nın sonradan Karl Ebert yönetiminde Devlet Opera ve Balesine dönüştürülmesi, yeni nesil opera sanatçılarının yetişmesine neden olmuştur. Uzun yıllar Aydın Gün tarafından yönetilen Devlet operasına önemli sanatçılar yetiştiren İstanbul Devlet Konservatuarı ise sonradan İstanbul üniversitesine bağlanmıştır. Ankara ve İstanbul’daki bu gelişmeler İzmir, Antalya, Mersin, Samsun gibi diğer illerde de gözlenmiştir.

“*Leblebici Hor Hor Ağa*”DikranÇuhacıyan tarafından bestelenen ilk Türk operasıdır. Cumhuriyet döneminde bestelenen en önemli opera eserleri arasında “*Adnan Saygun’un Kerem, Ferit Tüzün’ün MidasınKulakları,Okandemiriş’in Dördüncü Murat ve Yusuf ile Züleyha*” adlı eserleri akla ilk gelen örneklerdir (Yener 1992).

2.1.4. Sahne Sanatlarında Eğitim

Eğitimde psikolojik danışmanlık ve rehberlik açısından ele alındığında, sahne sanatları eğitimi, özel eğitim gerektirecek yeteneğe sahip bireylerin, sahip oldukları bu yatkınlığın geliştirmesi ve sağlıklı şekilde profesyonelliğe hazırlanması süreci olarak tanımlanabilir. Nitekim gerek Holland'ın meslek seçimindeki kişilik tiplerine göre, meslek seçimi, gerek Gardner'in çoklu zekâ kuramı ele alındığında, sanat ve özellikle sahne sanatları gelişim sürecinde bireyin sahip olduğu yeteneğin keşfi ve potansiyelinin doğru yönlendirilerek ortaya çıkarılması, bu yöndeki eğitim açısından en önemli konulardır (Çoban 2015, Hoy 2015).

Gardner'in çoklu zekâ kuramı ele alındığında bir sahne sanatları sanatçısının, performansını üst düzeye taşıyabilmesi için tüm zekâ formlarının belirli düzeyde, hem zamanlı olarak gelişkin olması ve bilişsel süreçlerin kombinasyonel olarak kullanılabilmesi gerekmektedir. Örnek verecek olursak, bir sahne sanatçısının opera bale ve tiyatro arasında ufak düzey farklılıkları olsa dahi, hem ince hem de kaba motor becerilerinin sağlıklı olması ve kontrol edebilmesi için "bedense/devinimsel zekâsı", diğer yandan müziğin ritmine ve tonuna uyum sağlayabilmesi için "müzikal zekâsı", solfej/armoni dersini öğrenebilmesi ve nota deşifresi yapabilmesi için "matematiksel zekâsı" sahne üzerinde bulunduğu konumu doğru anlama ve tekrarlama yönünden "uzamsal ve öze dönük/içsel" zekâsı, örgütsel ve seyirci ilişkilerinde başarılı olabilmesi için "sosyal/sözel zekâsı" son olarak elde ettiği bilgileri uzun süre devam ettirebilmesi için "doğacı zekâsının" güçlü olması gerektiği gösterilebilir (Hoy 2015).

Nitekim Türkiye'de özel eğitim uygulamaları göz önüne alındığında diğer özel eğitim gereksinimi gösteren çocuklar "üstün özellikleri olan çocuklar, özel yetenekli çocuklar, yaratıcı çocuklar, üstün zekâlılar, üstün yetenekliler" başlığı altında sınıflandıkları ve eğitim açısından ele alındıkları görülmektedir (Barut 2015, Hoy 2015).

Batıdaki sahne sanatları opera bale ve tiyatro alanlarında ve eğitimindeki gelişmelere paralel olarak önce Tanzimat dönemi Osmanlı, ardından Cumhuriyet dönemi Türkiye'sinde bu yöndeki eğitime zaman, zaman aksaklıklar olsa dahi özel önem verilmiştir. Öncelikle eğitici kadrosunun yetiştirilmesi hususunda, bu yönde yetenekli olduğu görülen gençlerin yurt dışına gönderilerek eğitilmesi, ardından 1948 yılında kabul edilen 5245 sayılı yasa ile 1956 yılında 6660 sayılı yasa çerçevesinde genişletilerek yetenekli çocukların yurtdışında eğitimi sağlanması, bu yöndeki eğitim girişimlerine örnek olarak gösterilebilir. Ekrem Zeki Ün, Ulvi Cemal Erkin, Cezmi Erinç, Necil Kâzım Akses, Hasan Ferit Alnar, Cevad Memduh

Altar, Ahmet Adnan Saygun, Halil Bedii Yönetken, Nurullah Şevket Taşkıran, Bayan Afife gerek müzk/kompozisyon gerekse opera şan alanında yurt dışına ilk gönderilen öncüler iken, İdil Biret ve Suna Kan da harika çocuklar yasasından faydalanan ikinci nesil olarak Müzik eğitimi gelişim ve sanat tarihine adların yazdırmışlardır (Şahin&Duman 2008).

Darülbedai'nin kısa sürede kapatılmasının ardından, 1936 yılında kurulan Ankara Devlet konservatuvarı 1940 yılında çıkarılan yasa ile sadece müzik alanında değil sahne sanatları ya da o günkü adı ile “*temsil kolları*” dallarına ayrılarak bu günkü şekline temel oluşturmuştur. Ardından önceleri Belediyeye bağlı olarak açılan İstanbul Belediye Konservatuvarı daha sonra 1986 yılında “İstanbul Üniversitesi Devlet Konservatuvarı’na dönüştürülerek Yüksek Öğretim Kurumu’na bağlanmıştır. Bu iki kurum ve ardından diğer şehirlerde açılan ve Yüksek Öğretim Kurumuna bağlı olarak (bazı sanat dallarında orta ve lise olmak üzere), lisans ve lisansüstü eğitim veren diğer konservatuvarlar günümüzde, yurt içi ve yurt dışında Türkiye’yi başarılı bir şekilde temsil eden sahne sanatçıları yetiştirmeye devam etmektedir (Gürten 2009).

İlgili çalışmamızda iletişime geçilmiş olan ve Türkiye’de bu yönde eğitsel faaliyet gösteren tüm Devlet Konservatuvarlarında Üniversite OSYM sınavı taban puanı üzerine her üniversitenin ayrı, ayrı gerçekleştirdiği yetenek sınavları doğrultusunda öğrenci alımı yapılmaktadır. Genel olarak her ana sanat dalı için ana derslerin yanı sıra yardımcı dersler yörüngesinde eğitim verilerek, hem sahne sanatçısı hem de akademisyen yetiştirilmesi hedeflenmektedir (Gürten 2009, Şahin & Duman 2008).

2.1.5.Sahne Sanatlarında Profesyonel Yaşam

Türkiye’de sahne sanatları gelişimi Osmanlı döneminde Tanzimat sonrası başlamasına rağmen, özellikle Cumhuriyet dönemi ile hız kazanmıştır, Tiyatro alanında gerek Şehir Tiyatrolarının gerekse TC. Devlet tiyatrolarının kurulması, bu alanda profesyonel olarak çalışmak isteyen sanatçıların desteklenmesini sağlamıştır. Benzer şekilde öncelikle 1934-1935 yıllarında Ankara, İstanbul gibi iki büyük şehirde şehir operalarının kurulması sonrasında 1960 yılında, TC. Kültür bakanlığına bağlanarak, devlet himayesinde Devlet Opera ve Balesi Genel Müdürlüklerinin açılması, bu sanat dallarına gönül veren sanatçıların korunmasına zemin hazırlamıştır (Altar1989, Yener 1992).

Tiyatro alanında Devlet destekli sahnelerin dışında özel girişimler olmasına karşın opera ve bale alanında özel teşebbüsler yüksek maliyetler gerektirmesi bakımından ele

alındığında, gerçekleşemediği görülmektedir. Dansın modern veya folklorik tarzını tercih eden ve bu yönde girişimde bulunan oluşumlar ise son dönemde artmaktadır.

Devlet destekli bu sanatsal kurumlar, ilk etapta, işleyiş açısından kendilerine uluslararası sanat kuruluşlarını örnek aldıkları söylenebilir. Buna, İtalya, Fransa, Almanya, İsviçre, İngiltere, Hollanda, İspanya, Bulgaristan, Rusya vb. gibi kimi belediyelere, kimi devlete kimi ise Krallığa bağlı olarak faaliyet gösteren sanat kurumları örnek olarak gösterilebilir. Hatta bu yönde Devlet desteği ile çoğu yabancı yönetici ve eğitmen Türkiye'ye davet edilmiştir. Prof.Carl Ebert bu ekolün başında gelir (Altar 1989, Tabanlıoğlu 1989)

Ancak aradan geçen dönem sonunda yurt dışında gelişen gerek ekonomik gerekse kültürel gelişmeler sahne sanatlarını önemli bir sektör haline dönüştürdüğünden, işleyiş değişikliği yaşanmış, söz konusu kurumlar kadrolarını azaltarak sadece koro/orkestra kadrolarını korumuş solistleri ise eser bazında özel anlaşmalarla çalıştırmayı tercih etmişlerdir. Bu noktada yurt dışında aracı menajerlik kurumları oluşmuş ve bir yandan bu çarka girebilecek sanatçıların 'kaşe' bedelleri yükselirken, diğer yandan iş bulamama ihtimalleri de artmıştır. Bu belirsizliğin de ciddi kaygı kaynağı olabileceğinin vurgulanması önemlidir.

Türkiye'de ise halen devlet destekli, kadrolu veya sözleşmeli olarak çalışmakta olan sanatçılar, Müdürlükler tarafından belirli dönemlerde açılan kadro/sözleşmeli sanatçı memur sınavlarına başvurup, jüri önünde verdikleri sınavda başarılı olmaları halinde kazandıkları konumu, arzu ettiklerinde, emekli olana kadar devam ettirebilmektedirler. Bu tür bir çalışma örüntüsü ise bireyi eğer içsel motivasyon açısından güçlü değil ise zaman zaman bezginliğe, bazen da bir hayat boyu aynı kişilerle muhatap olma nedeni ile geliştirebileceği kısır döngü içerisinde yaşamaya mahkum edebilir. Yurt dışından farklı olarak, devlet kurumlarında çalışan sanatçılar, sözleşmeli sanatçı memur olarak çalışır ve güncel yönetmelikler tarafından yapılan işin eşit olduğu kabul edilerek, eşit şekilde ücrete tabi tutulurlar.

Tura'nın (1989) dile getirdiği gibi sahne sanatlarında bir eserin sahnelenmesine kadar birçok evreden geçmesi gerekmektedir. Bir opera/operet eseri öncelikle libretto'nun oluşturulması, bestelenmesi, orkestrasyonun hazırlanması, ayrıca piyano redüksiyonunun yapılması, orkestra partilerinin ayrıştırılması, korapetisyon, dekor kostüm, teknik ve reji, icra, çalışmalarının gerçekleştirilmesi gerekir. Buna karşılık bale eserlerinde libretto olmadığından eser yaratı süreci daha ha kısa olabilir. Tiyatro eserlerinde ise müzik ve orkestra olmadığı için daha kısa etaplar gereklidir.

Sahneleme ile ilgili İcra çalışmaları, öncelikle her bölüm/solist ayrı, ayrı eserin pasjlarını/tiratlarını korapetirörler eşliğinde çalışır, ikinci etapta sahne çalışmalarına prova salonlarında devam edilir, ardından gruplar bir araya getirilerek eserin akışı çalışılır. Öte yandan kurum içinde özel olarak hazırlanan döneme ve kurguya uygun, kostüm, aksesuar ve dekorlar büyük sahneye getirilerek eserin orkestralı provaları ve son genel provaları yapılarak, ortalama beş/altı aylık bir çalışma sonrası bir eserin sahneye çıkması seyirci ile buluşma aşaması tamamlanmış olur.

Bir sahne sanatçısının asli görevi verilen eserdeki rolünü ezberlemek, bu yöndeki kendisine verilen çalışma programını takip etmek suret ile çalışmalara katılmak, ezberlemek, içselleştirmek, diğer kadrolarla yapılacak çalışmalara hazırlanmak, dekorlu/dekorsuz sahne çalışmalarına katılmak, son olarak kendisi için tasarlanmış ve hazırlanmış saç, makyaj, peruk vekostümlerle temsil yapmaktır. Yine yönetmeliklerle belirlenmiş saat çizelgeleri müdürlükler tarafından belirlenir.

Sahne sanatçılarının çalışma saatleri diğer memurlardan farklılık gösterir. Eserlerin özellikle son temsil aşamalarına ilk çıkış dönemlerinde, oldukça yoğun ve stresli çalışma temposu ve özellikle genel provalar sırasında bitiş saati belli olmayan prova süreçleri yaşanabilir. Sahne sanatçıları, dini ve resmi bayramlarda çalışabilirler, Cumartesi ve Pazar tatilleri de olmamakla birlikte eğer turne programları yok ise bazen iki, bazen üç ay tatil yapabilirler.

Profesyonel performans açısından ele alındığında, örgütsel, bireysel ve bağlamsal açıdan bir performans birlikteliği olması, gerek kurumun gerek sanatçıların gerekse aradaki sağlıklı ilişkinin doğru şekilde gelişmesi ve başarılı olması bakımından son derece önemlidir.

Türkiye’de sahne sanatlarının ortalama geçmişi altmış yıl olduğu düşünülecek olursa genç bir kurum olduğu göz önüne alındığında sahne sanatçılarının motivasyonunu ve performansını etkileyecek fiziki ve psikolojik etmenlerin olabileceği düşünülebilir. Kültür bakanlığı tarafından gerek tiyatro gerekse opera ve bale Müdürlüklerine yönelik strateji geliştirme çalışmaları ve aynı kapsamda yapılan kongre ve çalıştaylar son derece önemlidir (Tabanlıoğlu 1989). Bu yöndeki düşünce ve görüşlere tartışma ve öneriler bölümünde değinilecektir.

2.1.6. Sahne Sanatları ve Yapılan Çalışmalar

Bu alt başlıkta ilk bölümde söz edilmiş olan sahne sanatçıları ve öğrencileri hakkında ulaşılmış sınırlı sayıdaki yurt içi ve yurt dışı araştırma değişkenleri ve sonuçlarına değinilecektir.

Yapılan literatür taramasında müzik, piyano, performans sanatçılarına yönelik Kenny, Davis ve Oates, (2004), Kabakçı (2016), Tokinan (2013), Çırakoğlu-Şentürk (2013) tarafından ölçme araçları geliştirilmiş olduğu görülmüştür.

Performans kaygısı üzerine yapılan bazı araştırmalarda, bireyin sürekli olarak yapacağı performans hakkında, negatif sonuçlar almasından, haksız eleştirilmekten, yeterince başarılı olamayacağından çekinme olarak görülürken, Le Blanc'e (1997) (Akt:Alptekin, 2012) göre yaş, sağlık ve yeterli hazırlanma süresi, izleyicinin boyutu, ezberin iyi olması, seyircilerin bilgi düzeyi, sanatçının onlara atfettiği önem kayıt araçları, eşlikçi gibi faktörlerden kaynaklı performans kaygısı, kişide fizyolojik (nefes darlığı, kalp çarpıntısı, ağız kuruluğu, mide bulanması, titreme, soğuk eller, aşırı tuvalet ihtiyacı), bilişsel (özgüven kaybı, performans hakkındaki düşünceler, hatırlama problemleri, hata yapma korkusu, dikkat ve denge kaybı, hatanın sonuçlarına dair çıkarımlar, statü kaybı öngörüsü, performanstan kopma korkusu) ve davranışsal (güçsüzlük, sesin titremesi, çevreye karşı agresif tavırlar, gergin ve kalkık omuzlar, sosyal ilişkilerde bozulma) vb. gibi belirtiler olarak hazırlık ve performans sırasında kendini gösterir (Brotons 1999, Gabrielson 1993, Lang 2000, Yoshie et al 2008; akt: Tokinan 2013).

Yapılan son dönem çalışmalarda ise sahne sanatçıları ve öğrencilerinin kaygıyı bastırmak üzere alkol, Beta blokerler ve bazı sedatif ilaçların doktor kontrolü dışında kullandıkları (Teztel ve Aşkın 2007, Çırakoğlu-Şentürk 2013) ve bu maddelerin performans sırasındaki motor, dikkat süreçleri ve kontrol mekanizmalarını olumsuz etkileme olasılığı ve uzun vade de ise, bağımlılık riski taşıması bakımından(Çırakoğlu 2013) gerek eğitim sürecindeki gençlerimiz, gerekse gençlerin rol model olarak seçecekleri profesyonel performans sanatçıları açısından sakıncalı olduğu anlaşılmaktadır.

Öte yandan yapılan diğer çalışmalarda, sahne sanatlarında performans kaygısının başarıyı etkileyen en önem unsurların başında geldiği saptanmıştır (Kabakçı 2016, Tokinan 2013).

Sahne/Müzik Performans kaygısı üzerine yapılmış olan çalışmalar incelendiğinde aşağıdaki sonuçlar ön plana çıkmaktadır. Sahne/performans kaygısı (sahne korkusu) konusunda araştırmacılar (Çırakoğlu, 2013) tarafından sosyal kaygının altında sınıflandırılmaktadır. Yapılan diğer araştırmalarda ise sahne performans kaygısının icracının yetenek, yaş, tecrübe ve hazırlık seviyesinden bağımsız olarak ele alındığı görülmektedir (Currie, 2001; Fehm ve Schmidt, 2006). İlk araştırmalarda sahne korkusu olarak değerlendirilmeye alınan sahne performans kaygısı araştırmalarında en çok risk teşkil edebileceği düşünülerek değerlendirilmeye alınan değişkenleri bireysel değişkenler ve çevresel değişkenler olarak ele almak mümkündür (Çırakoğlu, 2013; Kenny, Davis ve Oates, 2004).

Bireysel değişkenler başta yaş ve cinsiyet olmak üzere, akademik başarı, benlik algısı, kişilik tipi, özyeterlik, bireyin kişiliğinin içe/dışa dönük olması, empati düzeyi dikkat eksikliği, öğrenme kapasitesi, kurallara uyma, bağlılık, baş etme becerileri, kendine güven kararlılık, sorumluluk alma, canlılık, girişkenlik, hoşgörü, uzlaşma becerisi, yumuşak kalplilik, elseverlik, heyecan arama, duygusal değişkenlik, analitik düşünme, duyarlılık, yeniliğe açıklık, gelişime açıklık, olumsuz değerlendirilme korkusu, sosyal fobi, utanç, özgül fobi olasılığı, toplumda konuşma korkusu, sosyal öğrenme, tutarsızlık, motivasyon düzeyi, kazanma kaybetme korkusu, solo veya koro birlikte icra, kalp ve fizyolojik değişkenler olarak özetlenebilir. Nitekim yapılan yurt içi ve yurt dışı çalışmalarda kadın müzisyenlerin, erkeklerden anlamlı derecede daha yüksek performans kaygısı yaşadıkları tespit edilmiştir (Çırakoğlu, 2013).

Benzer şekilde Çetinkalp (2011) tarafından dansçılarda, optimal performans duygu durumu ve fiziksel benlik algıları ile ilişkisinin araştırıldığı çalışmada, kadın dansçıların, koordinasyon, kuvvet ve dayanıklılık alt boyut puanlarının erkek katılımcılara göre anlamlı şekilde düşük olduğu tespit edilmiştir.

Bireysel kişilik faktörleri ele alındığında ise bazı araştırma sonuçlarında içe dönüklüğün MPK ile ilişkili olduğunu göstermiştir (Çırakoğlu Şentürk, 2013). Thomas ve Nettelbeck'in (2013) ergen müzisyenlerle yaptıkları bir çalışmanın bulguları sürekli kaygı ve duygusal dengesizliğin MPK ile olumlu yönde, dışadönüklüğün ise olumsuz yönde ilişkisi olduğunu göstermektedir (Çırakoğlu, 2013). Kenny, Davis ve Oates (2004), Avustralya'da 32 opera sanatçısıyla yaptıkları çalışmalarında opera sanatçılarından ve diğer

mesleklerden oluşan bireylerle karşılaştırıldığında daha yüksek düzeyde sürekli kaygı taşıdıkları saptanmıştır (Çırakoğlu, 2013).

Diğer bir bulgu ise kaygı düzeyinin yüksek standartlar ve mükemmeliyetçilik ile ilişkisidir. Yapılan araştırmalarda mükemmeliyetçi ve yüksek standartlara sahip bireylerin performans kaygı düzeyleri de yüksek bulunmuş, aralarında pozitif yönde bir korelasyon tespit edilmiştir (Çırakoğlu 2013, Yöndem, 2007).

Buna karşılık bazı araştırmacılara göre ise mükemmeliyetçiliğin her zaman yüksek kaygı düzeyine neden olmayacağı aksine kişiye daha iyi bir performansa hazırlaması bakımından verimli bir potansiyel kazandıracığı düşüncesini savunmuşlar ve yaptıkları araştırmalarda bu yönde sonuçlara ulaşmışlardır (Çırakoğlu 2013).

Çevresel değişkenler açısından değerlendirildiğinde ise, yapılan araştırmalar, kendi içerisinde üç ana başlık altında incelenebilir: Bunlar ailesel değişkenler ve okul / kurum kültürü eksenli değişkenler olmak üzere iki alt başlıkta toplanmaktadır.

Ana/babatutumu, başarı beklentileri, öğretmen tutumu, kültürel ortam ve yaklaşım, bulunduğu sınıf düzeyi, okumakta olduğu bölüm dersleri, aile, öğretmen ilişkisi, mesleğe yaklaşımı, zaman (yarışma, tartı, temsil, konser) öncesi, sırasında, sonrası, sahnede oynama süresi, oynadığı rolün başrol olup olmaması, canlı kayıt, play-back, sahneye çıkma sayısı ve sıklığı önemli çevresel etkilerdir.

Çoğu saracı ve öğrenci, jüri, dinleyici ve hocaların önünde ve şef/rejisör/koreograf karşısında performans sergilemede yüksek kaygı yaşadıklarını bildirmişler ve onları tehdit unsuru olarak algıladıklarını dile getirmişlerdir. (Çırakoğlu 2013)

Yapılan araştırmalarda performans kaygısı ile baş etme stratejilerinin başında büyük oranda ilaç kullanımı ikinci olarak, bilişsel davranışsal yöntemler, maruz bırakma, meditasyon, yoga ve nefes egzersizleri ve dua etme akla ilk gelenlerdir (Çırakoğlu, 2013, Kenny, 2005)

Müzik performans kaygısının ölçülmesi çalışmaları ise İngiliz literatüründe farklı çalışmalar olmasına karşın bu yönde en bilinen ve kabul gören çalışma Kenny, Davis ve Oates, (2004) tarafından geliştirilen Kenny Müzik Performans Kaygısı Envanteri'dir (K-MPKE, Kenny Music Performance Anxiety Inventory) Türkçe'ye Tokinan (2013) tarafından uyarlanmıştır.

Ayrıca, Çırakoğlu-Şentürk (2013) tarafından geliştirilen Müzik Öğrencileri için Performans Kaygısı Ölçeği ise 24 maddeden oluşan likert tipi bir ölçüm aracı oluğu, ölçeğin, sahne korkusu, belirtileri ve kaçınma olmak üzere üç alt ölçeği bulunduğu. Ölçeğin 14 günlük zaman dilimindeki test-tekrar test güvenilirliği 96 olarak bulunduğu araştırmacılar tarafından bildirilmiştir.

Tüm bu bulgular sahne sanatlarında diğer dallarda olduğu gibi performans kavramının ve onu etkileyen faktörlerin ne denli önemli olduğunu vurgulamaktadır.

2.2.PERFORMANS

2.2.1.Performans Kavramı

Performans sözcüğü Latince kökenli olup ‘perfunger’ sözcüğünden türemiştir., İngilizce ve Fransızca; “*performance*”, Almancada ise; ‘*leistung*’ sözcükleri ile bağdaş yapmak, bitirmek, başarmak, icra etmek’ anlamlarını içerir (Aydoğan 2008,Beyazıt, 1997).

Performans kavramı, ayrıca başarı ile de aynı anlam ve derinlikte kullanılan bir kavramdır. Nitekim Performans, bireylerin belirgin bir amaç doğrultusunda sarf ettikleri çaba iken başarı, amaç doğrultusunda sarf edilen çabanın sonuç vermesi durumu olup gerçekte farklı kavramları işaret ettikleri görölmektedir. Buna rağmen aralarında bir neden sonuç ilişkisinin bulunduğu düşünölmektedir (Demirdöken, 2017).

Performans kavramı ile ilgili olarak ilgili alanyazında pek çok tanımlama yapılmaktadır. Bu tanımlamalar doğrultusunda Akın (2013)’a göre performans, belirginleşmiş bir hedef doğrultusunda yapılan etkinliklerin sonucunun, sayısal veya sözel olarak ifade edilmesidir.

Performans kavramı ile ilgili olarak yapılan başka bir tanımlamaya göre performans, belirli koşullar altında herhangi bir işin, görevin, müsabakanın veya etkinliğin yapılabilme durumudur (Demirdöken, 2017).

Performans kavramı ile ilgili olarak Özmutaf (2007) tarafından yapılan tanımlamaya göre ise, performans, bir işin, görevin veya olayın yapılması, inşa edilmesi veya oluşturulması olarak betimlenmektedir.

Performans kavramı ile ilgili olarak yapılan başka bir tanımlamaya göre performans, önceden belirlenmiş olan ortam koşulları doğrultusunda bir işin, görevin, müsabakanın veya etkinliğin yapılabilme seviyesi olarak tanımlanmaktadır (Özçelik, 2017).

Performans kavramı ile ilgili olarak yapılan tüm bu tanımlamalar doğrultusunda performans önceden belirlenmiş bir hedef doğrultusunda gösterilen çaba olarak tanımlanmaktadır.

Performans kavramıyla ilgili olarak yapılan tanımlamalar esas olarak bireylerin hedefleri doğrultusunda gösterdikleri çabaların sonuca ulaştırıp ulaştırmadığının test edilmesine imkân tanımaktadır. Bu test veya değerlendirmelere göre, bireyler belirgin hedeflerine ulaşıp ulaşmadıkları sonucuna varılmaktadır. Böylelikle bireyler, mevcut kapasiteleri ve potansiyelleri hakkında fikir edinmiş ve bu doğrultuda mevcut bir işin, görevin, müsabakanın veya etkinliğin nasıl ve ne kadar sürede kendilerini istenen sonuca ulaştırdığı/ulaştıracağı hakkında, yapılan bu test ve performans değerlendirme sonucundan bilgi edinmektedirler (Özçelik, 2017).

2.2.2. Performans Türleri

Performans, Özçelik (2017)'e göre belirgin bir hedef doğrultusunda gösterilen çabanın olumlu sonuç verip vermediğinin ölçülmesidir.

Ölçülen performans birimi bireysel bir performans sonucunu ölçmekte ise bu durumda bireysel performans, buna karşılık, örgütsel performans birimi olarak değerlendirme yapılmakta ise örgütsel performanstan bahsetmek mümkündür. Bu doğrultuda, performans kavramı örgütsel ve bireysel performans olarak iki bakış açısıyla incelenmektedir.

2.2.2.1. Örgütsel Performans

Wheelen ve Hunger (2000)'e göre örgütsel performans, değerlendirilmesi gereken bir birimin mevcut hedefleri doğrultusunda yaptıkları tüm faaliyetler olarak tanımlanmaktadır (Akt. Özçelik, 2017). Örgütlerin vizyon ve misyonları doğrultusunda belirledikleri yıllık, aylık, haftalık veya günlük olarak belirledikleri amaçlarına ulaşmak için gösterdikleri tüm etkinlikler olarak da kabul edilebilir.

Örgütsel performans kavramı ile ilgili alanyazında pek çok tanımlama bulunmaktadır. Bu tanımlamalar doğrultusunda Çevik (2000)'e göre performans, örgütün işlev ve bütünlüğü

esasına dayanarak belirlenen hedefleri doğrultusunda örgütü oluşturan tüm bireylerin uyum içerisinde yapmış oldukları tüm faaliyetler olarak tanımlanmaktadır.

Örgütsel performans kavramı ile ilgili olarak yapılan bir başka tanımlamada da örgütsel performans, bir hedef doğrultusunda ilerleme kaydeden bir örgütün verim, kalite, düzenlilik ve yenilik konularında düzenli olarak gösterdikleri faaliyetlerin tamamı olarak tanımlanmaktadır (Bredrup, 1995; Akt., Çevik, 2000).

Yapılan tüm bu tanımlamalar doğrultusunda örgütsel performans, belirli vizyon ve misyonlara sahip örgütlerin daha önceden belirlemiş oldukları hedefleri doğrultusunda göstermiş oldukları tüm çabaları içeren ve örgütü oluşturan tüm bireylerin aynı hedef doğrultusunda bakış açılarını sergiledikleri özel bir yapı olarak tanımlanabilir.

Bu doğrultuda örgütsel performans, örgütün işlev, verimlilik, kalite düzeyi ve gelişimi için geri bildirim alabilmek adına öznel bir ölçme değerlendirme hizmeti yapmayı amaçlamak olduğu söylenebilir (Akın, 2013).

2.2.2.2. Bireysel Performans

Ölçülen birimin bir örgütün çalışanlarına ait olan performans türüne ise bireysel performans adı verilmektedir. Bireysel performans, örgütün belirlenen hedeflerine ulaşabilmek amacıyla çalışanların gerekli olan tüm imkân ve ölçüleriyle vermeye çalıştıkları fiziksel ve psikolojik güçlerinin bir sonucu olarak tanımlanmaktadır (Özmutaf, 2007).

Örgüt içerisinde bireysel performansın belirlenebilmesi için örgüt hedef ve vizyonları doğrultusunda bireylerin performans şablonlarının belirlenmesi, bireylerin hedeflere uyumlarının sağlanması ve görev tanımlarının net olarak belirlenmesi gerekmektedir. Bu doğrultuda örgüt içerisinde tüm çalışanların verilen iş ve görevle ilgili olarak örgütün hedefleri doğrultusundaki performanslarının sonuçlarının seviyesi planlanmalıdır (Özçelik, 2017).

İlgili alanyazın incelendiğinde bireysel performansın ölçülmesinde “*Görev Performansı ve Bağlamsal Performansı*” adı altında iki farklı bakış açısı ile değerlendirme yapıldığı görülmektedir.

Görev performansı, çalışanların tüm yetenek ve becerilerini ortaya koyabilecekleri davranış örüntüleriyle birlikte belirlenen işi başarılı bir şekilde sonuca ulaştırma olarak tanımlanmaktadır. Bağlamsal performans ise çalışanların görev performanslarını

destekleyerek örgüt içerisindeki etkililiği arttırmayı amaçlayan davranış örüntülerinin tamamı olarak tanımlanmaktadır (Ertuğrul, 2006). Böylelikle bireylerin örgüt içerisindeki performansları psikolojik, fizyolojik ve sosyal anlamda örgütün hedeflerine uygun nitelikte olması sağlanacaktır.

2.2.2.2.1. Görev Performansı

Görev performansı, bireylerin örgütün hedeflere doğrultusunda gösterecekleri çabaların teknik bilgisi ve temel iş ve görevlerin neticesi olarak tanımlanmaktadır. Bir mimarın herhangi bir ev projesi için öncesinde evin projesini iyi çizmesi, çizimi detaylandırması ve tam bir şablon çıkarması bir görev performansı olarak kendisinden beklenen davranış olarak örneklendirilebilir (Ertuğrul, 2006).

Görev performansı, örgütün hedefleri doğrultusunda bireylerin gerekli olan tüm teknik bilgilerini ve kapasitelerini ortaya koydukları zaman ulaşılan sonuçtur. Bu doğrultuda örgütteki tüm çalışanların verilecek iş ve görevler için gerekli olan tüm teknik bilgilerin öğrenmesinin yanı sıra yeni ve güncel bilgileri de araştırarak kendisini geliştirmeye ihtiyacı olmaktadır (Özçelik, 2017).

2.2.2.2.2. Bağlamsal Performans

Bağlamsal performans, örgüt içerisinde bireylerin psikolojik, fizyolojik ve sosyal anlamda huzur içerisinde çalışmasına imkân tanıyan bir performans türüdür. Bu performans türü, örgütün görev ve tanımlarında yer almamasına karşın örgütün hedefleri doğrultusunda bireylerin daha rahat ve gerekli olan tüm performanslarını gösterebilecekleri çalışma ortamlarının hazırlanmasına olanak sağlamaktadır. Böylelikle bireyler davranış örüntüsü olarak gördükleri kişilik özelliklerini görev ve sorumluluklarına yansıtarak örgütün işleyişine katkı sağlamaktadırlar (Ertuğrul, 2006).

Bu doğrultuda görev performansı ile bağlamsal performans arasında bir ayırım yapılması gerekirse, görev performansı yapılan iş ve görevlerle ilgili olarak gerekli olan tüm teknik bilgilerin öğrenilmesi ve uygulanmasını kapsarken, bağlamsal performans, örgüt içerisindeki bireylerin psikolojik ve sosyal anlamda gösterdikleri iyi niyetli davranış örüntülerinin örgütün işleyişine sağladıkları katkıyı kapsamaktadır (Özçelik, 2017).

2.2.3. Performansı Etkileyen Faktörler

Bireyler, örgütün hedefleri doğrultularında gerekli olan iş ve görevleri yerine getirerek performanslarını ortaya koymaktadırlar. Çalışanlar, gerekli olan tüm teknik beceri açısından benzerlik gösterse de kişilik özellikleri açısından birbirlerinden farklılık göstermektedirler. Bu durum bireylerin örgüt içerisinde gösterdikleri performanslarını etkilemektedir (Demirdöken, 2017).

Örgüt içerisinde gösterilen performanslar, bireylerin kişilik özelliklerinin farklılaşmasının yanı sıra çevresel değişkenlere göre de farklılık gösterebilmektedir. Bu doğrultuda bireylerin performanslarını etkileyen faktörler örgütsel, kişisel ve çevresel faktörler olmak üzere üç tür değişken açısından incelenebilir (Demirdöken, 2017).

2.2.3.1. Örgütsel Faktörler

Örgüt içerisinde bireylerin iş ve sorumlulukları doğrultusunda gösterdikleri performanslar sadece bireylere bağlı değildir. Öncelikle örgütün de bireylerin performanslarını ortaya tam kapasiteyle çıkarabilmelerini sağlayacak çalışma koşullarını oluşturmaları gerekmektedir. Bu doğrultuda örgütün de yapması gereken gerekli sorumluluklar vardır (Özmutaf, 2007).

Örgütlerin, çalışanların çalışma koşullarını iyileştirerek performanslarını yükseltmeleri gerekmektedir. Bu doğrultuda gerek ısınma gerek aydınlatma gerek sessiz çalışma ortamı sunma gerekse fiziki koşullarını iyileştirme çabasına girmelidir (Özmutaf, 2007).

Örgütün iç yapısının değişmesinin yanı sıra örgüt içerisindeki hiyerarşinin de birbirleriyle uyum içerisinde çalışması gerekmektedir. Çalışanları arasındaki iyi ilişkiler çalışma ortamında bağlamsal performansı arttıracığından iş veriminin de artacağını düşündürmektedir (Demirdöken, 2017).

2.2.3.2. Bireysel Faktörler

Örgüt içerisindeki bireylerin teknik becerileri benzerlik gösterse de kişilik özellikleri, yetenek alanları ve uyum kapasiteleri açısından farklılaşmaktadırlar. Bu durum bireylerin performanslarında farklılıklar olmasına yol açmaktadır (Demirdöken, 2017).

Örgüt içerisinde farklı kişilik özelliklerine sahip bireylerin bulunması farklı bakış açılarıyla örgütün güncel kalmasına ve gelişmesine imkân tanımaktadır. Bireylerin farklı

kişilik özelliklerine, farklı motivasyon kaynaklarına, farklı uzmanlık alanlarına ve farklı sorumluluk bilinçlerine sahip olmaları örgütün iç dinamiklerinin güçlü olmasına ve örgütün zenginleşmesine imkan tanımaktadır (Demirdöken, 2017).

2.2.3.3.Çevresel Faktörler

Örgüt içerisinde gösterilen performanslar, bireylerin kişilik özelliklerinin farklılaşmasının yanı sıra çevresel değişkenlere göre de farklılık gösterebilmektedir. Bu çevresel değişkenler örgütün işleyişini doğrudan etkileyen ve dolaylı yollarla etkileyen faktörler olarak ikiye ayrılmaktadırlar (Ertuğrul, 2006).

Örgütün işleyişini doğrudan etkileyen faktörler, aynı piyasada yer alan diğer rakipler, örgüt içerisindeki bireylerin üye olduğu sendikalar, örgüt ile iş yapmayı hedefleyen üçüncü şahıslardır(Ertuğrul, 2006).

Örgütün işleyişini dolaylı olarak etkileyen faktörler ise örgütün bulunduğu yakından uzağa doğru giden politik çevre, örgütün bulunduğu coğrafi konumdan dolayı edindiği kültürel çevre ve sosyal çevredir (Ertuğrul, 2006).

Bireylerin gösterdikleri performanslar doğrultusunda belirlenen hedeflere ulaşmaya çabalayan örgütler, buldukları çevrelerden etkilenmektedirler. Örgüt tarafından bireylere verilen değer, teknolojik altyapı hizmeti, bireyler arasındaki görev paylaşımı, ekonomik şartları ve gerekli olan tüm kültürel yapısı örgütün çevresel faktörlerden dolayı başarısını etkileyecektir (Demirdöken, 2017).

2.2.4. Performans Değerlendirme

Performans değerlendirme, örgüt içerisindeki bireylerin belirlenmiş değerlendirme ve ölçme kalıpları içerisinde örgütün hedeflerine ulaşıp ulaşmadığının belirlenmesi sürecidir. Böylelikle gerek örgütün kendisi gerekse örgütte çalışanlar, çalışma sonuçlarını ve bireysel değerlendirme sonuçlarını görebilmektedirler (Uygun, 2017).

Performans değerlendirme, esasen örgüt içerisindeki herkese, yapabileceği tüm hata veya başarıların ölçülerek bireylere geri bildirim vermesini sağlamayı, kolektif çalışma bilinci kazandırmayı ve örgütün gelişim sağlamasını hedeflemektedir. Aynı şekilde performans değerlendirme, örgüt içerisindeki bireylerin görevleri doğrultusunda başarı sağlamasını, çalışma arkadaşlarıyla olan uyumunu, kişisel özelliklerini be örgüt başarısına olan katkısını belirlemeye çalışan bütünsel bir süreç olarak kabul edilmektedir (Uygun, 2017).

Performans değerlendirme, belirli standart kalıplar doğrultusunda örgüt içerisindeki bireylerin kapasitelerinin tamamını gösterip göstermediklerini belirlemek, performans düşüklüğü varsa onun sürece olan etkisini azaltmak ve örgüt içerisindeki bireylerin motivasyonunu yükseltmek amacıyla onlara geri bildirim sağlamayı hedefleyen bir yöntem olarak kullanılmaktadır (Uygun, 2017).

2.2.5.Sahne Sanatları ve Performans

Performans temelli alan yazınlar irdelendiğinde ağırlıklı olarak iş ortamı kaynaklı örgütsel ve bireysel araştırmalara ulaşılmaktadır. Diğer yandan fiziksel aktiviteyi de kapsayan sahne performansına ilişkin çok denecek kadar az çalışmaya ulaşılabılırken; sporcu performansı ve egzersiz performansı ile ilgili literatürün oldukça verimli çalışmalar kapsadığı görülmektedir. Bu bağlamda çoğu kavramın ortak olduğu, ancak amaç ve akış süreci itibarı ile ciddi farklılıklar taşıyan sporcu ve sanatçı performanslarını karşılaştırabilmek ve bu farklılıkları dile getirebilmek bakımından/adına bu bölümde ilgili kavram ve kuramlar ele alınmıştır.

2.2.5.1.Tanım ve Kuramlar

Fiziksel aktivite temelli performans literatüründe, optimal performans duygu durumu, akış hali, motivasyon/güdülenme, öz belirleme, zorluk beceri dengesi, sosyal fizik kaygı kavramları öne çıkmaktadır (Ersöz 2011, Çetinkalp 2011, Ada 2011, Kelecek 2013, Altıntaş 2015, İlhan 2017).

2.2.5.2.Optimal Performans Duygu Durumu/Akış hali Kuramı

İlk olarak 1975 yılında Csikszentmihalyi tarafından kullanılan optimal performans duygu durumu kavramı, bireylerin serbest zamanlarını değerlendirmek için tercih ettikleri etkinlikler çerçevesinde kullanılmıştır. Bu bağlamda bireylerin sergilemekte oldukları aktivite/performans sırasında becerileri hakkındaki bilişsel yeterliliğinin, yeterli kontrolünün varlığını hissetmesi ve bu performanstan zevk/haz alması durumuna optimal performans duygu durumu ya da akış hali olarak tanımlanmaktadır (Çetinkalp 2011, Ada 2011).

Csikszentmihalyi (1990) ye göre birey akış halinde olduğu sürece sadece yapmakta olduğu performansla ilgilenir ve o anda kendisi için en önemli konu devam ettirmeye çalıştığı performanstır ve başka bir şey ile zihninin meşgul olması mümkün değildir Kişide meydana gelen neşe ve kendinden geçme hali akış durumunun en belirgin özelliğidir. Birey bu noktada

kendini/kendi gerçekteki halini unutarak yaptığı işe konsantre olur ve tüm gücünü performansına aktarma çabasını gösterir (Çetinkalp 2011, Ada 2011).

Kişinin performans akışını başarılı olarak sürdürebilmesi için beceri ve aktivite zorluklarını dengeli bir şekilde sağlayabilecek bilgi ve beceriye sahip olması gerekmektedir. Bu denge kurulamadığında hedeflenen sonuç elde edilemeyecek ve birey o anki spor ve/veya sanat aktivitesinin gerektirdiği durum ile baş edemeyecektir. Bu durum kişinin sonraki performanslarına da olumsuz etkisi olabileceği gibi bireyin olaylara karşı takındığı tutuma paralel olarak zaman zaman daha fazla da çalışmasına/aşırı telafi sureti ile güdülenmesine de neden olabilir (Ersöz 2011, Çetinkalp 2011, Ada 2011, Kelecek 2013, Altıntaş 2015, İlhan 2017).

Birey gerek sporda gerekse sanatta önceden aldığı sonuçlar doğrultusunda kendisinde bir değişim yaratma çabası gösterir. Bu çalışmalara genel anlamda egzersiz denir. Egzersiz ve değişime odaklanma üzerine alınan karar verme aşaması ise yine bireyin becerileri ve hedefin zorluğu arasında dengeli bir tutarlılığın varlığını gerektirir (Ersöz 2011, Çetinkalp 2011).

Egzersiz değişim aşamaları ise, kişinin altı ay içerisinde harekete geçmeyi düşünmediği döneme, "eğilim öncesi"; bireyin gelecek altı ay içerisinde egzersiz eylemine geçmeyi düşündüğü döneme, "eğilim"; bireyin bir ay içerisinde egzersiz çalışmalarını başlatmayı hedeflediği döneme, "hazırlık"; bireyin altı ay süresince egzersiz yaptığı döneme, "hareket"; son olarak bireyin altı aydan fazla olmak üzere yaptığı egzersiz çalışmalardan oluşan döneme ise, "devamlılık" aşaması olarak adlandırılır (Ersöz 2011, Kelecek 2013).

2.2.5.3.Güdülenme/Motivasyon Kuramı

Literatürde, Latince movere, İngilizce motive köklerinden türetilmiş olan güdü ve güdüleme genel olarak belirli bir yöne ve/veya amaç doğrultusunda hareket etme ya da hareket ettirici güç olarak tanımlanmaktadır.

Yapıcı'ya göre bir veya fazla bireyin bir amaç/hedef doğrultusunda harekete geçirmesine ve çabalamasına fırsat veren neden olgusudur. Aynı de güdü bireyi harekete geçiren güç olarak da tasvir edilir. Güdü bireylerin haz alacakları amaçları doğrultusunda hareket etmesini sağlayan güç olmasının yanında korkularını da yönlendiren bir olgu olduğu da söylenebilir (Ersöz 2011, Kelecek 2013)

Özetleyecek olursak güdü bir insanın bir işe emek vermek için gösterdiği istek ve harcadığı/harcamaya hazır olduğu enerjinin ve/veya vazgeçme davranışının tümü olarak düşünülebilir (Taşdemir, Erdem, Eröz 2011).

Güdülenme kendi içerisinde a)Bireyi hedefe/hamleye iten *durum*, b)Kişi tarafından hedefe ulaşabilmek için yapılan *davranış* ve gösterilen çaba sonucunda elde edilen *sonuç/hedef* güdülenme döngüsünü meydana getirir. Birey bu döngü sonucunda hedefe ulaşma sonrası bir rahatlama elde edeceğinden uyarılmışlık hali azalır. Yeni bir uyarana kadar bir rahatlama evresi geçirir (Ersöz 2011).

Öte yandan güdülenmenin çoğunlukla kişilik özellikleri ile eş tutulduğu görülmekle beraber güdülenme şekilleri bireysel farklılıklar gösterir. Bu yüzden güdülenme hakkındaki kuramlar aşağıda ele alınmıştır.

2.2.5.4.Güdüleme Bağlı Kuramsal Yaklaşımlar

Güdülenme ile ilgili birçok kuram olmasına karşın öncelikle çoğu bilim adamı bireyin kişilik özelliklerine göre *özellik merkezli* veya *durum merkezli etkileşime* dayanan görüşü savunmuşlardır. Bu durumda güdülenme ya kişilik özelliklerine göre ya da sadece dışarıdan gelen uyarıcılara verilecek cevap niteliğinde olmaktadır. Ne var ki gerek kişilik özelliklerine dayalı gerekse duruma dayalı kuramlar bireylerin hangi koşullarda hedefe daha sıkı kilitlendiği ve hangi kişilik özellikleri neden güdülenip neden güdülenmediği konusunda açıklama getirmede zaman zaman yetersiz kalmışlardır. Bu yüzden güdülenme kuramları mekanik görüşlerden, sosyal ve bilişsel görüşe doğru evrilerek gelişim göstermiştir (Eröz 2011, Kelecek 2013)

2.2.5.4.1.Hedef Gerçekleştirme Kuramı

Nicholls tarafından ortaya konulan kuram, Bandura' nın kendine yeterlik kuramı ile de Harter'in yeterlik güdülenme kuramının bileşkesi ve genişletilmiş hali olarak kabul görmektedir. Bireyin kendi yetenekleri algılaması prensibine dayanır. Güdülenme iki tür başarı hedefine göre gerçekleşir. Bu iki başarı türü 1.Ego katılımlı/yönelimli 2.Görev katılımlı/yönelimli olarak sınıflandırılır. (Eröz 2011)

Nicholls'a göre görev yönelimli kişiler kendi performans sonuçlarına göre hedef belirlerler ve başkası ile yarışma çabası göstermezler, daha çok yeni teknik ve beceriler hedeflemeyi tercih eder ve bu yönde yeni hedefler seçerler (Eröz 2011).

Ego yönelimli bireyler ise dışsal nedensellik üzerine güdülenirler ve öncelikli amaç kendini gösterme ve yeteneklerini sergileme çabasıdır. Bu noktada bazen ego yönelimi görev katılımını baltalayacağından gerek spor gerekse sanatsal güdülenme aşamasında olumsuz tablolara ve hedef sapmasına neden olabilir (Eröz 2011, Kelecek 2013).

Biddle, Soos ve Chatzisarantis (1999) tarafından yapılan çalışmada görev yönelimi ile içsel ve tanımlanmış düzenleme arasında pozitif ilişkili; buna karşılık ego yöneliminin ise dışsal düzenleme ve güdülenmeme ile negatif ilişkili olduğu bulunmuştur (Eröz 2011, Çetinkalp 2011).

Benzer şekilde Wang ve Biddle (2001) ile Biddle ve Wang (2003) tarafından yapılan ergenler üzerindeki bir çalışmada, hem görev hem de ego yönelimli olan bireylerin diğerlerine nazaran daha başarılı hedefler seçtikleri ve güdüledikleri gözlenmiştir (Eröz 2011, Çetinkalp 2011).

2.2.5.4.2. Algılanan Yeterlik Kuramı

Feltz (1988) tarafından öz güven ve öz-yeterlilik kavramları temeline dayandırılan kuram kısaca bireyin belirli bir alandaki yeteneğine olan inancı doğrultusunda kendisini güdülemesi bu yönde başarı elde ettikçe tekrar kendisine güven sağlayarak güdülenmesi olarak tanımlanması mümkündür.

İlk kez White (1959) tarafından kuramlaştırılan kavram daha sonra Harter (1978) tarafından genişletilmiştir. Harter (1978)'a göre kişi doğuştan getirdiği bir alandaki yeteneğini geliştirdikçe ve ustalaştıkça haz almakta, başarı onun haz alma duygusunu ve güdülenmesini arttırmakta ve yeni ustalık hamlelerine başvurmaktadır.

Yapılan araştırmalarda algılanan yeterlilik güdülenme ile doğru orantılı bir güdülenme süreci sonucunu desteklerken performans düşüklüğü ise güdülenmeyi düşürmenin yanı sıra bireyin öz yeterlilik inancını da olumsuz biçimde etkilediği yönündedir. (Eröz 2011, Kelecek 2013).

2.2.5.4.3. Öz Belirleme Kuramı

Öz belirleme kavramı, bireylerin toplum normlarından bağımsız olarak kendi değer yargılarını, kararlarını oluşturabilme yetisi olarak kısaca tanımlanabilir. Bu bağlamda özünü belirlemiş olarak kabul edilen kişiler ise kendi amaçları doğrultusunda karar

verebilen, haklarını savunabilen, ilgileri ve tercihleri doğrultusunda kimseye ödün vermeksizin davranabilen kişiler olarak literatürde yer almakta ve öz belirleme kapasitesi düşük birey göre daha kolay uyum sağlayan ve kendilerini daha iyi ifade edebilen bireyler olarak kabul edilmektedirler (Ersöz 2011, Kelecek 2013).

Modern çağda özellikle seçim olanaklarını çeşitliliği, bireyin ihtiyaçları konusunda karar vermesini güçleştirmesinin yanı sıra çevreden aldığı baskı sayısı da artmıştır. Dolayısı ile bireyin özünü belirlemesi de daha güç bir karar sürecini gerektirmektedir. İşte bu noktada önemli olan bireyin öz kaynaklarının özerklik kapasitesidir. Aynı kavram siyasette ve hukukta kendi kaderini tayin etme olarak ifade edilir. Öz-belirleme kuramı önceleri engelli bireylerin davranışlarını anlama yönünde yapılan araştırmalarda ikincil olarak psikolojide insan davranışlarının içsel ve dışsal faktörlerin belirlenmesinde son olarak ise güdülenme alanında bireylerin davranışlarının altındaki güdülendirme ilişkilerini yordamak için kullanılmıştır (Eröz 2011).

İlk çalışmaları, White (1959)' in görüşlerini temel olarak benimseyen, Edward Deci tarafından 1970'li yıllarında başlatılan öz belirleme kuramı Literatürde "Hür irade kuramı" olarak da adlandırılır. Edward Deci ve Richard Ryan (1985)'in sonradan, seksenli yıllarda geliştirdiği öz belirleme kuramı, bu kavrama uygun hareket eden bireyleri etraflıca ele alırken, öz belirlemişlik davranışının dört temel özelliğinden bahseder. Bunlar, "*bireyin özerk davranması, davranışının kendisi tarafından düzenlenmesi, psikolojik olarak güçlü bir yapı ve kendisini gerçekleştirme yönünde davranış sergilemesi*" olarak nitelenebilir (Ersöz 2011, Kelecek 2013).

Öz-Belirleme Kuramı özerk ve kontrollü davranışlar arasındaki içsel ve dışsal kontrole ilgili farklılığı incelemesi bakımından ele alındığında, güdüleme dışında belirli ölçüde bir kişilik kuramı olduğu da söylenebilir. Nitekim yapılan araştırmalarda öz güdülenmiş bireylerin, davranışsal tercihlerinin, daha az öz-belirlenmiş bireylere göre davranışsal, duyuşsal ve bilişsel açıdan daha özerk, öz güvenli ve öz-yeterlilik içerdiği görülmüştür.

Başkaları tarafından dışsal kontrole gerçekleştirilen davranış kişide baskı yarattığından bireyde görece düşük düzeyde içsel güdülenmeye neden olacağından, özerk davranış sergileyemeyecek ve beklenen performansı gerçekleşmesi mümkün olmayacaktır. Bu bağlamda birey her ne kadar kendi güdülerinde ve inançlarında güçlü olsa da, bu yapıyı

ortaya çıkarabileceği öz-belirlemeyi destekleyici sosyal çevrenin olması kaçınılmazdır (Eröz 2011).

Güdülenmenin en güçlü hali olan *içsel güdülenme*, bireyin bir aktiviteyi, karşılığındaki, ödülün önemli olmadan, salt haz aldığı için yapmayı tercih ettiği, aktiviteleri işaret eder. Bu noktada öğrenmek, keşfetmek, anlamak sonuçtan ziyade süreçte alınan zevkle ilintili olup birey açısından, dış faktörlerin çok önemi yoktur.

Dışsal güdülenme ise bireyin dışarıdan aldığı bilgileri süreç içerisinde içselleştirmesine ve kendisi ile bütünleşmesi sonucu ortaya çıkan güdülenme şeklidir. Dışsal güdülenmenin Deci ve Ryan (1985) tarafından *bütünleşmiş, tanımlanmış, içe yansıtılmış ve dışsal düzenleme* olarak dört farklı şekilde gerçekleştiği var sayılmıştır.

Bütünleşmiş düzenleme, diğerlerine nazaran içsel güdülenmeye en yakın olan olup, bireyin tercih ettiği aktiviteyi kendi bünyesine entegre edebildiği, özümlediği şekildir. Buna rağmen ilk çıkış ya da tercih noktası kişinin kendi isteği olmayıp dıştan gelen bir nedensel sebep sonuç ilişkisidir (Eröz 2011).

Tanımlanmış düzenleme, başlığından da anlaşılacağı üzere bireyin bilinçli bir şekilde aktivite hakkında araştırma yapıp kendisi için önemli olduğu kanaatine vardıldıktan sonra güdülenme şeklini tanımlar.

İçe yansıtılmış düzenleme, ise bireyin söz konusu aktiviteyi suçluluk veya mahcubiyet yaşamamak için, diğer bir dille başkaları tarafından kabul edilme kaygısı ile yapılan aktivitelerdeki güdülenme şekli olup, çoğunlukla kaygı eşliğinde aktiviteden kaçma eğilimi ile kendini gösterebilir.

Dışsal düzenleme ise, güdülenmede öz-belirlenmişliğin en düşük düzeyde gerçekleştiği form olarak literatürde yerini aldığı görülmektedir. Bu durum bireylerin yapmayı tercih ettikleri aktiviteyi sadece beklenen ödül amaçlı olmasını betimler.

Özetleyecek olursak öz belirleme kuramına göre bir uçta, ne içsel ne dışsal güdülenememe ile başlayan ve farklı dışsal güdülenme seviyelerini içeren, diğer uçta ise içsel güdülenme ile en güçlü güdüleme/motive olma durumunu geniş bir düzlem skalasında ele almaya çalışır (Ersöz 2011, Çetinkalp 2011, Ada 2011, Kelecek 2013, Altıntaş 2015, İlhan 2017).

Performans psikolojisinde, bireyde, yüksek seviyede görülen içsel güdülenme, yapılan aktiviteden zevk alma/verme, etkinlikte iyi/başarılı olma hali, güçlü bir konsantrasyon/odaklanma ve devam etme ve bu yönde önüne çıkan engellerle mücadele etme isteği/becerisi ile kendini gösterirken, dışsal güdülenme ile aktivitelere katılan bireylerde kaygı ve devamlılığı sağlayamama davranışı gözlemlenmiştir (Eröz 2011).

Öz belirleme kuramı çeşitli kuramcılar tarafından ayrıca ele alınarak farklı şekillerde kişilik kuramları olarak yapılandırılmıştır. Diğer yandan aynı kuramın üç alt kuramı olan *Bilişsel Değerlendirme, Organizmik Bütünleşme Ve Temel Psikolojik İhtiyaçlar Kuramlarına* Da aşağıda kısaca değinilmiştir. (Ersöz 2011, Çetinkalp 2011, Ada 2011, Kelecek 2013, Altıntaş 2015, İlhan 2017).

2.2.5.4.4. Bilişsel Değerlendirme Kuramı

Deci ve Ryan (1985) tarafından Öz-Belirleme Kuramı' nın bir alt kuramı olarak ele alınmış ve güdülenme çeşitliliğini, sosyal bağlamın içsel güdülenme üzerindeki etkisine odaklanarak açıklamaya çalışmışlardır.

Bu kurama göre bireyin kalıtsal olarak sahip olduğu güdülenme7motivasyon yatkınlığı ancak ve ancak doğru çevresel ortamlar olduğu zaman aktive olabilmektedir. Birey bağlanma, iletişim, ödül ve geri bildirimlerle özerklik, yeterlilik ve ilişkili olma becerilerini geliştirebileceğinden bu koşullar sağlanmadığında kendisine dair olumlu algıları gelişemeyeceğinden, içsel güdülenmesi de mümkün olmayacaktır. Yapılan araştırmalarda yeterli duygusunun özerklik duygusu ile beslenmediğinde içsel güdülenmenin yetersiz biçimde geliştiğini ortaya koymuştur (Eröz2011, Çetinkalp 2011).

2.2.5.4.5. Organizmik Bütünleşme Kuramı

Organizmik Bütünleşme kuramı güdülenmenin daha ziyade dışsal etkenler üzerinden gelişimine odaklanarak açıklamaya çalışır. Bu bağlamda dışsal olarak güdülenen davranışların çeşitli düzeylerde içselleştirmeler sonucunda hür iradeye dönüştürülerek kabul edilen bir süreç olduğunu iddia eder. aöz belirleme kuramı içerisinde içsel güdülenme çok önemli olsa dahi tek nedensellik olmadığı dışsal güdülenmenin de çok önemli olduğu bu kuramlarla da netleşmektedir.

. Nitekim Deci ve Ryan (2002), hem özerk hem de kontrollü nedenlerin güdülenme davranışını düzenlediğini kabul etmişlerdir. Bireyler ebeveyn, öğretmen, amir, liderler

tarafından belirli bir davranış biçimine yönlendirilirler. Bu yönlendirmeler bir uçta pasifleşme diğer uçta aşırı motive/güdülenme veya bağıllık hali ile betimlenecek bir aralıkta yer alan davranış örüntüsüne neden olur. İnsanlar iki şekilde bu süreçlere cevap verirler. Rol model aldıkları öncülerinin değer veya düzenlemelerini içselleştirebilirler veya kişi kendisini daha ileri düzeyde rol model aldığı bireyle bütünleşme düzeyine daha ileri bir düzenlemeyi tercih eder (Eröz2011,Çetinkalp 2011).

2.2.5.4.6.Temel Psikolojik İhtiyaçlar Kuramı

Öz belirleme kuramına geri dönüldüğünde bireylerin genetik olarak edindikleri kendilerine sosyal çevre edinme eğilimi çerçevesinde, *özerklik, yeterlilik ve ilişkili olma* ihtiyaçlarını göreceli olarak gidermeye çalışırlar. Bu ihtiyaçların kişilerin bilinçli istekleri, arzuları ve güduları olduğu kabul edilir.

Özerklik bireyin özgürlüğü, bağımsızlığını, farklı seçenekler arasından tercih yapabilme keyfiyetini simgelerken; Yeterlik bir işi kotarmak için gerekli bilgi ve beceriye sahip olmayı ve bu yöndeki kendine olan inancını içerir. İlişkili olma ise kişilerin belirli bir sosyal çevre ile ilişki halinde olma ve ait olma ihtiyacını betimler (Eröz2011, Çetinkalp 2011).

Öz belirleme kuramının hazırlamış olduğu bu temel üzerine kurulmuş olan Temel ihtiyaçlar kuramının vurgu yaptığı diğer bir kavram ise haz kavramıdır. Bireyin özgürce ve kuşkusuz çevrenin etkisi ile tercih ettiği ihtiyaçlar kendisine haz vermelidir. Haz vermeyen ihtiyaçlar bireyi davranışı yapmaktan alı koyacak ve güdülenme sekteye uğrayacaktır. Zira birey ancak ve ancak haz aldığı etkinliği devam ettirme isteğini/güdülenmesini ortaya koyacaktır.

Nitekim yapılan araştırmalarda içsel güdülenme ile özerklik ve yeterlilik algısı etkisinin yüksek olduğu buna karşılık içsel güdülenme ve hazzın düşük olduğu durumlarda ise eylemin devam edilmediği, etkinliğin kesintiye uğradığı görülmüştür (Eröz 2011).

2.2.5.4.7.Nedensellik Yönetimi Kuramı

İçsel güdülenmeye dair çoğu çalışmada birey davranışlarında algılanan, içsel nedenselliğe dayalı, yüksek oranda yaratıcılık kapsadığı vurgulanmaktadır. Bu bilgiler doğrultusunda, nedensellik yönelimli kuram bireyin öz-belirleyici davranışa yönelirken çevreden aldığı nedensellik temeller odaklanmayı irdeler. İnsanların önce kendi ihtiyaç hissettikleri ikincil olarak ise amaçlarına ulaşmaya çalıştıkların dile getirir (Eröz 2011).

Kurama göre bireyler çevreden edindiği deneyim ve bilgiler doğrultusunda ihtiyaçlarını belirler, bu ihtiyaçları kendine neden olarak belirleyen birey ikinci adımda amaçlarına ulaşmak için bu bilgi ve nedenleri geçit olarak kullanır böylece güdülenerek davranış boyutuna geçer (Çetinkalp 2011).

Kişi davranışı dolayısı ile çevresi tarafından ödüllenebildiği gibi sınırlandırılabilir. Buna rağmen kişi davranışına devam etme kararlılığında ise gerçekten güdüsünün altında bir nedensellik ilişkisi olduğu bu kuram tarafından kabul edilir (Eröz2011).

Bu kuram çerçevesinde, bireylere davranış düzenlemelerinde rehberlik edenüç nedensellik yönelim tipinin varlığı kabul edilir. Bunlar, *özerklik yönelimi*, *kontrol yönelimi* ve *kişisel olmayan yönelim* olarak adlandırılan yönelim şekli kavramlarıdır (Çetinkalp 2011).

Bireyler kendi psikolojik ve içsel devinimsel güç doğrultusunda ve bu yönelimlerden biri veya farklı kombinasyonlarını kullanarak davranış kalıplarını genişletir. Bu kurama göre aslında dışsal gibi görünen güdülerin, bireylerin içsel ihtiyaç nedensellikleri çerçevesinde geliştiğidir. Nitekim bu varsayımları doğrular nitelikte birçok çalışma yapılmıştır (Eröz2011).

Sporla akış için güdülenmenin farklı bakış açıları ile ele alınmış olması farklı kuramlar gelişmesine neden olmuştur. Bu çalışmalar beraberinde birçok güdüleme ve farklı şekillerde spor ve egzersiz aktivitelerinin ölçülmesine yarayan ölçeklerin geliştirilmesine zemin hazırlamıştır. Öz Motivasyon Envanteri, Egzersizde Bireysel Güdüler Envanteri, Egzersiz Nedenleri Envanteri, Egzersizde Motivasyon Envanteri, Fiziksel Aktivitede Motivasyon Ölçeği, İçsel Motivasyon Envanteri, bunlardan en çok bilinenleridir (Ersöz2011). Ne var ki spor psikolojisi ile ilgilenen araştırmacıların ortak görüşü bu ölçeklerin yeterli olmadığı yönünde iken akışı/optimum performans duygu durumu ve çoğu güdülenme ve yeterlilik kuramını barındırması gereken sahne sanatları için hiçbir spesifik ölçme değerlendirme ölçeği olmaması huzurdaki çalışmayı ayrıca önemli kılmaktadır. (Ersöz 2011, Çetinkalp 2011, Ada 2011, Kelecek 2013, Altıntaş 2015, İlhan 2017).

2.2.5.5.Sosyal Fizik Kaygı Kavramı

Modern toplum geleneğinde fiziksel görünüm ile ilgili gerçekçi olmayan dayatmalar bireylerde fazladan bir baskı unsuru olmaktadır. Bu durum küresel medya aracılığı ile kültürel değer olarak sunulmuş, daha geniş kitlele davranışlarında yer bulmaktadır. Buna örnek olarak erkeklerde beklenti haline dönüşen kaslı ve üçken yapılu vücut şekli ve bayanlarda da ince

fiziksel yapı gösterilebilir. Nitekim aşırı estetiklere başvurulması, bazı mankenlerin podyumda yer alabilme adına aç kalmayı, anoreksiya/blumianervosa hastası olmayı göze almaları ve beslenmediği için zayıflıktan ölümün eşiğine gelen genç kızlarımız bu tür gerçek dışı beden algılarına itilmiş bireylerin bize sunduğu trajik ve endişe verici örneklerdir.

Bu bağlamda fiziksel bedenın görüntüsünün başkaları önünde sunum/performans yapmayan bireylerde dahi önemli hale gelirken, konu sahne sanatları bale,opera ve tiyatro gibi gösteri sanatları ya da spor olup bireyin performans göstermesi ve fiziki görüntüsünün de nişinin bir parçası olması göz önünde bulundurulduğunda,performans psikoloji literatürünün bu bölümünün göz ardı edilemeyeceği düşünülmüş ve bu bölümde bazı aktarımlar sunulmuştur (Çetinkalp 2011).

Hart Leary ve Rejeski (1989) tarafından “*Sosyal Fizik Kaygı*” insanların başkaları tarafından, fiziki görünüşleri hakkında olumsuz şekilde değerlendirildiklerinde yaşadıkları endişe ve gerginlik hali olarak tanımlanırken; Russell (2002) tarafından, ise bireylerin kendi bedenleri hakkında başkaları tarafından olumsuz bir şekilde değerlendirildiği algısı dolayısı ile hissedilen kaygı olduğu dile getirilmiştir (Ersöz 2011).

Kısaca özetlenecek olursa bireyin, başkaları tarafından fiziksel özelliklerinin olumsuz olarak değerlendirilme ihtimalinin, kişi üzerinde yarattığı baskı “*Sosyal Fizik Kaygı*” olarak tanımlanmaktadır.

2.2.5.5.1.Sosyal Fizik Kaygı Kavramı Kuramsal Dayanakları

Sosyal fizik kaygı kavramı performans ve spor psikolojisi alanlarında kullanılan *benlik sunumu* veya *etki yönelimi kuramı* olarak adlandırılan kaynaklıdır. Bu kuram, ikincil kişilere kendimizi lanse etme durumunda bedensel görünüş ve bu görüntüyü etkileyecek davranışlarımızı kontrol etme çabasını değerlendirerek anlamlandırmaya ve alt yapısındaki bileşenlerini anlamaya çalışır.

Schlenker ve Leary (1982) tarafından benlik sunumu, bireyin kendi yetenek/beceri ve eforunu kullanma yöntemi ile üçüncü kişileri etkileme şekli olarak tanımlanırken,1990 sonrası Leary ve Kowalski tarafından genişletilen benlik sunumu kavramı “*Başkalarını Etkileme Güdüsü*” ve “*İzlenim Oluşturma*” bileşenlerinden oluştuğu sonucuna varılmıştır.

Başkalarını etkileme güdüsü; algılanan dış kaynaklı etkenleri kontrol isteğinin yansıması olarak değerlendirilen başkalarını etkileme güdüsü, birbirine içten bağlı üç alt

faktörden oluşur. Bu faktörler kişinin amaçladığı hedef etki ile yaratmış olduğu etki ilişkisi, bu etkiden beklenen sonucun değeri ve son olarak da hedeflenen imaj ile yansıtılmış etki arasındaki fark olarak özetlenebilir (Ersöz 2011).

Görüldüğü üzere her üç faktör de önemli olmasına karşın aralarında en belirleyici olan kuşkusuz amaçlanan etki ile yaratılmış mevcut etki ilişkisidir; zira bu güdülenme şeklinde önemli olan yaratılmak istenen etkinin birey tarafından ne kadar arzu edildiği yani isteğin/güdünenin gücüdür/kuvvet derecesidir. Bu güçlü/zayıf arzu hali, kişinin özgüvenini ve öz yeterliliğini direk olarak etkileyecektir. Amaç ile olan tutarsızlıklar istenen sonucu yaratamayacaktır.

Başkalarını etkileme güdüsü ile hareket eden bireylerin iki farklı uç arasında devinimsel davranış örüntüleri sergiledikleri görülür. Bir uçta kişi kendini üçüncü şahısların ilgisine kapatıp yok sayma ve öte yandan kendisini farklı uyaranlara yönlendirme eğilimi gösterirken, diğer uçta dikkat çekmek için ellerinden gelen her şeyi yapma becerilerini sergilerler. Bireyler çoğunlukla bu iki uç arasında gidip gelirler. (Ersöz 2011, Çetinkalp 2011, Ada 2011, Kelecek 2013, Altıntaş 2015, İlhan 2017).

İzlenim oluşturma ise, üçüncü kişilerin aklındaki izlenimleri değiştirmeye yönelik geliştirilen davranış örüntülerini kapsar ve birbiri ile ilintili beş faktörden oluşur. Bunlar *kişisel görüşler, arzulanan ve arzulananmayan kimlik imajları, toplumsal rol kısıtlamaları, koyulan hedeflerin değeri, şu anki veya potansiyel imaj* olarak özetlenebilir.

Bireyler başkaları üzerinde fiziksel etki yaratmak istediklerinde, sadece fiziki özellikleri ile değil, davranışları, toplumsal cinsiyet rolleri, kültürel statüleri, bilgi düzeyleri ve inançları ile bazen ayrı ayrı bazen da kombinasyon halinde kullanarak elde ederler.

Benlik sunumu ya da izlenim yönetimi kuramları bireylerin iş/kariyer hayatından özel hayatına, aile çevresinden, sosyo-kültürel çevreye kadar tüm ortamlarında etkili olacağından özellikle çok önemlidir. Özellikle sahne sanatları gibi gösteri dünyası ile ilintili bireylerin göz önünde olması ve zaman zaman rol model olarak tercih edilmeleri açısından daha da önemli hale gelmektedir. Bu yüzden bireylerin başkaları tarafından onaylanma isteği yönündeki endişeyi dile getiren duygusal tepki, Leary(1992) tarafından ‘sosyal fizik kaygı’ olarak betimlenmiştir. (Ersöz 2011, Çetinkalp 2011, Ada 2011, Kelecek 2013, Altıntaş 2015, İlhan 2017).

2.3. KAYGI

Toplumunu oluşturan bireylerin yaşantısında önemli bir konumda bulunan ve eğitim faaliyetlerinde de yer verilmesi gereken bir konu olan sanat, bireylere estetik, bakış açısı zenginliği ve duyarlılık becerileri kazandırarak toplumsal ilişkileri ve yaşamı güzelleştirmektedir (Jelen, 2017). Sanat eğitimi, bireylere özgür düşünme ortamı oluşturmakta ve yaratıcı düşüncelerini sağlamaktadır. Bireylerin bu özgür düşünme ortamlarına ulaşabilmeleri kolay olmamaktadır. Sanat eğitimi alan öğrenciler, örnek aldıkları profesyonel sanatçı büyükleri gibi gerek düşünce yapısı gerekse gösterecekleri performanslar açısından pek çok problemle karşılaşmaktadırlar. Bu problemler arasında gösterilebilecek en önemli konuyu ise kaygı oluşturmaktadır (Dilmaç, 2010). Bu bağlamda gerek sahne sanatçıları gerekse aday olan öğrencileri yakından ilgilenen, kaygı ve sosyal kaygı kavramları hakkındaki literatür incelemesi aşağıda sunulmuştur.

2.3.1. Kaygı Kavramı

Kaygı, kavram olarak eski Yunandaki “*anxietas*” kelimesinden türetilerek kelime anlamı herhangi bir konuda endişe duymayı, korkmayı ve merak etmeyi karşılamaktadır (Kaya ve Varol, 2004, s. 32). Türk Dil Kurumu (TDK)’nun Güncel Türkçe Sözlüğü (2018)’nde yapılan tanıma göre kaygı, üzüntü veren ve endişe duymaya yol açan düşünce ve tasalar olarak tanımlarken genel olarak bireyin sanki kötü bir şey olacakmış düşüncesi içerisinde sebepsizce yaşadığı gerginlik olarak belirtmektedir.

İlgili alanyazın incelendiğinde kaygı ile pek çok tanımlamaya ulaşılmaktadır. Le Gall (2012)’e göre kaygı, duygusal ve gelişimsel anlamda bireyde dengesizlik yaratan ve sürekli veya süreksiz tepkilerde ve davranışlarda abartılı olmaya neden olan ruhsal gerginlik durumudur.

Kaygı kavramı ilgili alanyazında ilk olarak psikanalist Freud tarafından tanımlanmış ve kullanılmıştır. Freud (1944)’a göre yaşanan dünyada bireyin gereksinimlerini karşılayabilecek çok sayıda insan ve durum bulunmaktadır ancak tüm bu çevre bireyi zaman zaman korkutma potansiyeline sahiptir. Bireyin dışarıda karşılaştığı veya karşılaşılabileceği tüm tehlikeli durumların bireylerde yarattığı bastırılmayan tepkilerine kaygı denilmektedir. Freud (1944)’a göre bu kaygı bireysel veya toplumsal anlamda dışarıdan gelebilecek tehlike durumlarıyla bireyin karşı karşıya gelerek gerekli uyumu sağlamasına ve yaşamını

sürdürmesine katkı sağlamaktadır. Hatta kabul edilebilir düzeyde yaşanan kaygı yaşamın devamlılığı için gerekli görülmektedir (Geçtan, 2006).

Başka bir tanımlamada da kaygı, bireyin endişe duyabileceği herhangi bir tehlike arz eden konuda korkunun bir yansıması olarak ortaya çıkan tedirginlik ve abartılı korku halidir (Budak, 2000).

(Manav, 2011)'a göre kaygı, bireyde strese yol açabilecek durumlarda bireyin gösterdiği endişe, üzüntü ve gerginlik gibi nahoş olan duygusal gözlenebilir tepkiler olarak tanımlanmaktadır.

Cüceloğlu (1997)'na göre ise kaygı, bireye üzüntü, dert, sıkıntı, korku, yetersizlik, başarısızlık, belirsizlik ve yargılanma endişesi gibi pek çok heyecan yaşatan karmaşık bir durumdur. Bu açıdan kaygının tam anlamıyla bir tanımı yapılamamaktadır.

Bu tanımlamalar doğrultusunda kaygı, bireyin karşılaştıkları bir tehlike durumunda hissettikleri endişe ve korkular doğrultusunda verebilecekleri abartılı tepkiler olarak tanımlanabilir.

2.3.2.Kaygının Kuramsal Temeli

Antik Yunanda “*anxietas*” olarak bilenen kaygı kavramının literatürde çok fazla tanımlaması yer almaktadır. Tüm bu tanımlamalar köken olarak çeşitli yaklaşımların etkisinde yapılmıştır. Literatürde psikanalitik yaklaşım, bireysel yaklaşım, davranışçı ve öğrenme kuramları ve varoluşçu yaklaşımlar olmak üzere kaygı kavramını açıklayan başlıca beş yaklaşım bulunmaktadır (Manav, 2011).

2.3.2.1.Psikanalitik Yaklaşım Göre Kaygı

Kaygı kavramını literatürde ilk kez ele alan Psikanalitik yaklaşımının temsilcisi Freud olmuştur. Freud'a göre kaygı, bireyin tehlikelere karşı tetikte olmasına ve yeni yaşam koşullarına uyumunu sağlamasına yardımcı olan psişik bir enerjidir (Geçtan, 2006). Ona göre bireyin düşünce yapısı, mantığına çıktığı dönemlerde toplumsal hayata uyumunu güçleştirmektedir. Bireyin yaşadığı bu uyumsuzluk kendisine baskı oluşturmakta ve oluşan baskı bireyde kaygı adı verilen bir duygusal boşalım sağlamasına yol açmaktadır.

Psikanalizmin ilk yıllarında kaygı kavramını daha biyolojik temelli olarak ele alan Freud, zaman geçtikte kaygı kavramını bastırılmış duygulara karşı gösterilen duygusal bir

savunmalar olarak değiştirmektedir (Aydoğdu 2013). Bu doğrultuda kaygı, bireyin tehlike durumunda uyarılmasına yol açan bir savunma mekanizmasıdır.

Freud'a göre kaygı olgusu temelde nevrotik kaygı, gerçeklik kaygısı ve ahlaki kaygı olarak c gruba ayrılmaktadır (Aydoğdu, 2013).

Freud'a göre kaygının temelini oluşturan nevrotik kaygı, bireyin kişiliğinin ilkel yanını gösteren id'in aşırı bastırılmasından dolayı ortaya çıkan bir kaygı türüdür. Kapalı alan korkusu olan bir bireyin, temelde cinsel istek ve arzularını ortaya koymaktan çekinmesi yani var olan kaygısını ertelemesi bir nevrotik kaygı belirtisi olduğunu göstermektedir (Manav, 2011).

Nevrotik kaygı, bireylerin herhangi bir tehlike durumu olmaksızın sürekli olarak kaygı halinde bulunmasıdır. Temelinde erken dönem çocukluk yaşantılarının olduğu bilinmektedir (Geçtan, 2006).

Bireyin daha çok dış glerden gelecek tehlike durumlarına karşı yaşadığı kaygı durumuna gerçeklik kaygısı denilmektedir. Gerçeklik kaygısı, beklenen veya gözlenen bir tehlike durumu karşısında gösterilen duygusal tepkilerdir (Geçtan, 2006).

Gerçeklik kaygısına korku da denilmektedir. Bireylerin algıladıkları herhangi bir tehlike durumuna karşı yaşamın sürekliliği esasına göre gösterdikleri mantıklı ve anlaşılır duygusal tepkiler gerçeklik kaygısıdır. Nevrotik kaygıdan farklı olarak her bireyin yaşayabileceği bir kaygı türüdür (Manav, 2011).

Ahlaki kaygı ise bireyin st benlik olarak tanımladığı süper egonun vicdani boyutunun tehlike olarak algıladığı durumlarda gösterilen kaygı türüdür. Bu kaygı, bireylerin kişisel değer olarak kabul ettiği veya ahlaki kuralların herhangi bir durumda tehdit edilmesiyle veya tehdit unsurunu algılamasıyla ortaya çıkmaktadır (Geçtan, 2006).

Ahlaki kaygı, bireylerin aşağılık ve suçluluk duygularını yaşamalarına neden olmaktadır. Bireyin st benliğinin mkemmelenme çabasından dolayı herhangi bir olumsuz düşünce bireyin kaygı duymasına yol açacaktır. Bu durumda bireylerin sosyal uyumları da azalmaktadır (Geçtan, 2006).

2.3.2.2. Bireysel Psikolojiye Göre Kaygı

Psikanalitik yaklaşımlara bir tepki olarak geliştirilen bireysel psikoloji, bireylerin temel inanışlarında yer alan cinsellik ve saldırganlık dürtülerinden çok sosyal ilişkilerine odaklanmaktadır (Le Gall, 2012). Bu yaklaşım, bireylerin yaşamlarına aşağılık duygusu ile başladıklarını ve aşağılık duygularının da zaman içerisinde üstünlük çabasına neden olabileceğini belirtmektedir. Bu durumun bireylerin yaşam tarzlarını oluşturacağı anlaşılmaktadır (Manav, 2011).

Bireysel psikoloji yaklaşımının temsilcisi olan Adler, Freud'iyen yaklaşımın aksine bireylerin doğuştan olumlu güdülerle donanmış ve kendisini daha mükemmel hale getirme geliştirme çabası içerisinde olduğunu savunmuştur. Nitekim bu bakış açısı Rocers ve diğer insancıl kuramlara temel olacaktır (Tuna, 2013).

Adler İnsanı sosyal çevresi ile ve içerisinde ele almak gerektiğini savunur. Zira birey psikolojisi bir kişilerin arası psikolojidir ve Adler bu kavrama “*gemeinschaftsgefühl*” yani “*toplumsalılık duygusu*” adını verir (Adler, 1931/1958, Akt: Mosak, Maniacci, Corsini, Wedding, 2012).

Adler tüm bireylerin doğum itibarı ile uzun süren gelişim süreçlerinde, bakımlarını üstlenen aile bireylerinin kendilerinden daha güçlü olmaları dolayısı ile farkında olmadan bir aşağılık duygusu geliştirirler. Bu durumdan kurtulabilmek için geliştirdikleri üstünlük çabası kendilerinde çeşitli düzeylerde kaygı yaratmalarına neden olabilir (Tuna, 2013). Bireylerdeki bu aşağılık duygusu ve üstünlük çabasının kaygıya yol açabileceğini ve bireylerin bu kaygıdan dolayı yoğun eksiklik yaşayabileceklerini belirtmektedir. Bireylerin yaşadıkları bu eksikliğe neden olan kaygı durumu, üstünlük çabasını göstermek ve güven kazanmak için çevresinde bulunan tüm bireyleri kontrol etmekle geçmektedir. Bireylerin, çevrelerindeki diğer bireylere göre daha fazla eksiklik hissetmeleri ve güven kazanamamaları durumunda yoğun şekilde kaygı yaşadıkları görülmektedir (Geçtan, 2006).

Adlerci yaklaşıma göre kaygıya neden olan bir diğer faktör de kuşkusuz aileye katılım sırası, *doğum sırasıdır*. Adler'e göre çoğunlukla aileler ilk çocuklarını çoğunlukla şımartma eğilimi gösterirler. Ancak ikinci bebek dünyaya geldiğinde ilk çocuk üzerine odaklanma azalacağından, ilk çocukta aşağılık duygusu, kıskançlık, değersizlik, kaygı, gibi sıkıntılar özellikle sorun doğru şekilde yönetilmediği durumlarda ortaya çıkacak ve olumsuz davranışların temelini oluşturacaktır (Tuna, 2013). Ortanca kardeşler çoğunlukla daha büyük

olana karşı bedensel güçsüzlüğü olacağından, aradaki farkı kapatmak için aşırı bir çaba sarf etmek zorunda kalacak öte yandan çoğunlukla ilgi odağı olan kendisinden küçük kardeşten dolayı da aşağılık, değersizlik duygusuna kapılacak ve bu durum da kaygıya neden olacaktır (Burger,2006,Tuna, 2013).

Adler hayat görevleri olarak adlandırdığı üç önemli görev çerçevesinde kaygı yaşanabileceğine değinir. Bu üç esas görev toplum, iş ve cinselliğe aittir (Dreikurs, Mosak (1966), Maniacci, Corsini, Wedding, 2012).

Toplumda her birey birbiri ile iletişim halinde birbirine bağlı yaşamaktadır; yanı sıra birbirinin yaptığı işe/kariyere de bağlı olma zorunluluğu da söz konusudur.Çalışma hayatında yapılacak doğru işbirliği insanların sağlıklı duygusal yapıları için gerekli olan becerilerdir. Benzer şekilde kendi cinsiyet rollerimiz için kurtulmamız gereken cinsiyet stereotipleri ve/veya tercihlerimiz doğrultusunda yaşamayı hedefleyeceğimiz cinsellik için toplum kurallarına uymak/uymamak bu durumların hepsi de başlı başına kaygı ve sosyal kaygı yaratıcı etmenler olarak önümüze çıkabilirler (Dreikurs, Mosak (1966), Maniacci, Corsini, Wedding, 2012).

Adler dördüncü ve beşinci görev olarak *dini/manevi* olanı kasteder ancak tam olarak hiçbir zaman adlandırmamıştır ((Dreikurs, Mosak,(1967), Jahn, Adler (1964), Bu görev başlıkları altında *Tanrı, I(ben), Me (kendim), İyi ben, kötü ben, cesaretli, risk alabilen ya da alamayan* kişilik yönlerinin toplum önünde ve/veya kendi içinde birbiri ile çatılması da Adler tarafından kaygıya neden olan kavramlar olarak ele alınmıştır (Neuer 1936, Dreikurs, Mosak(1966), Maniacci, Corsini, Wedding, 2012).

2.3.2.3. Bütüncül Yaklaşım Göre Kaygı

Psikanalizmin temsilcisi olan Freud'un saldırganlığın doğuştan geldiği düşüncesine karşı çıkan bir yaklaşım olan bütüncül yaklaşım, saldırganlığın bireylerin güvenliğini korumak için gösterdikleri bir tepki olduğunu belirtmektedir. Bu saldırganlık bireylerin yalnızlık duygularından kaynaklanan bir kaygı belirtisi olduğu görülmektedir (Budak, 2000).

Bütüncül yaklaşımın temsilcisi olan Horney, kaygı kavramını farklı bir bakış açısıyla ele almaktadır. Horney, birbirine yakın iki kavram olan kaygı ve korku kavramlarının yakınlığını göstermeye çalışmaktadır. Geçtan (2006)'a göre bir annenin soğuk algınlığı olan çocuğu için ölüm korkusuna kapılması bir kaygı, çocuğunun soğuk algınlığı olmasından

dolayı annenin yaşadığı duygu korkudur. Bu doğrultuda kaygı ve korku kavramları arasındaki farklılık gösterilmektedir.

Kaygı, bireylerin gerçek olmayan bir tehlike durumunda genellikle imgesel bir tehlike oluşturarak tepki göstermesi, korku ise bireylerin herhangi bir tehlike durumu karşısında gösterdikleri duygusal tepkiler olarak belirlenmektedir. Bireylerin yaşadıkları kaygıların temelini tamamen çocukluk yıllarındaki yaşantılara dayandırmayan bütüncül yaklaşım, kaygının baskı altına alınan içsel dürtülerden korkulmasından kaynaklandığını ortaya koymaktadır (Geçtan, 2006).

Horney'in üzerinde durduğu bir diğer konu ise ölüm korkusudur. Ölüm korkusu, bütüncül psikolojiye göre ölüm isteğiyle karışmakta ve nedeni bilinmeyen bir tehlike durumuna karşı duyulan tepki olarak ortaya çıkmaktadır. Ölümün gerçekleşmesinin istenmesi ise bireyin yaşadığı psikolojik, ekonomik veya fiziksel problemden kaynaklanmaktadır (Cüceloğlu, 1997).

Bireylerin yaşama arzuları ile ölüm istekleri arasında yaşadıkları çatışma durumları kaygıya neden olmaktadır. Geçtan (2006)'a göre bireyin yüksek bir balkonun yakınına yaklaşması kendisinde panik oluşmasına neden olacaktır. Bu durumun temelinde yaşama arzusu ile balkondan kendisini aşağıya bırakarak öldürme istediği arasındaki çatışma yer almaktadır. Bireylerin yaşadıkları bu çatışma durumunun kaygıya neden olduğu görülmektedir.

Horney'e göre kaygı, herhangi bir gerçek tehlike durumu olmadan yaşanmakta ve bu kaygı bireyin bilinç dışında yer almaktadır. Kaygılı olan bireylerin davranışları da daha çaresiz olmaktadır. Manav (2011)'a göre bireylerin kendi kontrollerinin dışında olan ve kendi kapasiteleri ile mücadele edemeyeceğini düşündükleri her korku durumunda çok daha fazla kaygılanmaktadır. Dolayısıyla bütüncül psikolojiye göre tehlike durumunun daha gizli olması kaygının da fazla olmasına neden olmaktadır.

2.3.2.4.Davranışçı ve Öğrenme Kuramlarına Göre Kaygı

Davranışçı yaklaşım, insan davranışlarını dışarıdan gelen uyarıcılara karşı bireylerin verdikleri tepkiler olarak açıklamaktadır. Bilginin sonradan öğrenilebileceğini savunan davranışçı yaklaşıma göre zihinsel süreçler, doğrudan bireylerin davranışları üzerinde etkili olmaktadır. Bu doğrultuda özellikle Skinner, Pavlov, Watson ve Thorndike öğrenme ve davranışçı yaklaşımların gelişmesine oldukça önem vermektedirler (Aydın, 2000).

Öğrenme yaklaşımları içerisinde kaygı, davranış değişikliğinden kaçınmayı tetikleyen bir kavram olarak kullanılmaktadır. Bir başka deyişle bireylerin kaçınma tepkisi göstermeleri kaygılarını azalmaktadır. Bu doğrultuda davranışçı ve öğrenme yaklaşımlarının kaygıya bakış açıları önem kazanmaktadır (Aydın, 2000).

Davranışçı yaklaşımlar, öğrenmeyi istedik yeni davranış kazanma süreci olarak tanımlanmaktadır. Bireylerin öğrenme süreçlerini gösterebilmek amacıyla hayvanlar üzerinde çalışmalar yürüterek kuramsal gelişimlerinin altyapılarını oluşturmaktadır. Geliştirilen bu kuramlar doğrultusunda davranışçı yaklaşımlarda öğrenmenin, koşullanma ile birlikte sürdürülen bir süreç olduğu anlaşılmaktadır (Aydın, 2000). Bu doğrultuda klasik ve edimsel koşullanma davranışçı öğrenme kuramlarının iki farklı koşullanma şekli olarak belirlenmiştir.

Davranışçı yaklaşımın bu iki farklı koşullanma biçimi olan klasik ve edimsel koşullanmanın öncelikle kaygı ve korku gibi yaşanan ve gösterilen duygusal tepkilerin oldukça karmaşık olması ayrıca daha çok davranışsal, psikolojik ve fizyolojik belirtileri kapsaması bakımından olduğu kadar; koşullanma tamamlandıktan sonra dahi yaşanabilecek olan kaygının önceden tahmin edilebilir olması ve korku duyulacak uyarıcı ile karşılaşmadan dahi, söz konusu obje veya nesne hakkında konuşmak, imgesel olarak hatırlamak, kaygının yaşanmasına neden olabilmesi açısından çok önemlidir (Şahin, 2015).

Davranışçı yaklaşım teorisyenlerine göre kaygı sonradan öğrenilmektedir. Organizmayı dışarıdan uyaran nesnelere organizmada koşulsuz tepkilere neden olacağı bilinmektedir. Yaşanan kaygı, bireylerin dışarıdan gelen uyarıcıları tarafından desteklenmektedir (Le Gall, 2012).

Davranışçı yaklaşımlara göre kaygının kaçınma davranışı ve koşullanma süreci ile öğrenildiği bilinmektedir. Bu durumda bireylerin yaşadıkları kaygı durumları, kaygı duyacakları bir tehlike durumu ile daha önce karşı karşıya gelmiş olduklarından dolayı öğrenilmiş olabilir (Aydoğdu, 2013).

2.3.2.5.Varoluşçu Yaklaşım Göre Kaygı

Varoluşçu yaklaşım, bireylerin yaşamın anlamı ve değerini fark etmelerine yardımcı olan bir yaklaşımdır. Bu yaklaşım, bireylerin insan olmanın anlamını aramalarına yardımcı olmaktadır. Bireylerin insan davranışlarını keşfetmelerine ve düşünce yöntemlerini

zenginleştirmene katkı sağlamaktadır. Bu doğrultuda birey, evrendeki yerini keşfedene dek karşılaşılabileceği yalnızlık durumundan dolayı yoğun bir kaygı yaşayacaktır (Le Gall, 2012).

Bireylerin günlük yaşam içerisinde hayatta kalma, yaşama, korunma ve savunma gibi içgüdüsel dürtüleri doğrultusunda girmiş oldukları mücadeleler kendilerinde kaygı oluşturmaktadır. Bu doğrultuda bireylerdeki varoluş kaygısı, ölüm ve özgürlük ile birlikte yaşamın anlamını aramalarına neden olmaktadır (Le Gall, 2012)

Geçtan (2006)'a göre varoluşçu yaklaşım, kaygı kavramını iki farklı rolde ele almaktadır. Kaygının pozitif rolü ile bireyler, tehlike durumları ile karşı karşıya geldiklerinde yüzleşmeyi göze alarak deneyimlerini arttırmaktadırlar. Kaygının negatif rolü ile ise bireyler tehlike durumları ile karşı karşıya geldiklerinde kaçınma davranışı gösterip daha sınırlı bir çerçevede yaşamlarını sürdürmektedirler.

Varoluşçu yaklaşımı ile kaygı kavramını ele alan ilk filozof Kierkegaard olmaktadır. Kierkegaard kaygıyı, bireyin yaşamın anlamı içerisinde hiçlikten kurtulup kendisini bulması için gerekli olan bir ruh olarak tanımlamaktadır (Manav, 2011). Bununla birlikte bireyde asıl kaygıyı oluşturan şey ise bireyin seçim özgürlüğü içerisinde yer alması ve bu özgürlüğün de bireyi kendisine ve hayata karşı sorumlu hissettirmesidir (Şahin, 2015).

2.3.3. Kaygıyı Oluşturan Etmenler

Bireyler, genellikle yaşadıkları herhangi bir olay karşısında çarpıtma ve abartma eğilimi göstermektedirler. Bireylerin bu abartılı ve olumsuz bakış açıları kaygılı olmalarına neden olmaktadır. Kaygı, Le Gall (2012)'a göre bireylerin herhangi bir tehlike durumu karşısında veya tehlike olarak algılayabileceği bir dış uyarıcı karşısında etkilerinin hoş olmayacağını düşündüğü duygusal tepkiler olarak tanımlanmaktadır.

Teknolojinin ilerlemesi ve değişen yaşam koşulları bireylerin kimliklerinin değişmesine neden olmaktadır. Çakmak ve Hevedanlı (2005)'ya göre teknolojik gelişmelerin bireyleri tutsaklaştırdığı ve sosyal ilişkilerden uzaklaştırdığı görülmektedir. Toplum kültürü anlayışından uzaklaşılarak başka bir kültürün etkisi altına giren günümüz bireylerinin de değiştikleri görülmektedir. Bu değişim içerisinde bireylerin kimlik arayışları, kendilerini bulma ve kendilerini gerçekleştirme çabaları yoğun bir kaygı yaşamalarına neden olmaktadır.

Kaygının artması, bireylerin gelecekları hakkında yol haritalarını belirleyememelerine ve kararsız kalmalarına neden olmaktadır. Bu durum, bireylerin kendilerini sürekli bir tehlike

durumu içerisindeymiş gibi algılamalarına neden olan belirsiz korkulara sahip olmalarından kaynaklanmaktadır (Çakmak ve Hevedanlı, 2005).

Bireylerin kaygı yaşamalarına neden olan başlıca etmenler yaş, cinsiyet, anne/baba tutumları ve eğitim durumu, sosyoekonomik düzey, akademik başarı ve stres değişkenleridir (Kurtoğlu, 2017).

2.3.3.1. Kişilik

Kişilik bireydeki kaygının yordayıcısı olarak ele alınması gereken en önemli faktörlerin başında gelmektedir. Kavramsal olarak farklı tanımlarla ifade edilse de, en çok kabul edilen tanım; bireyin doğuştan edindiği genetik yatkınlık ve sonradan edindiği deneyimler doğrultusunda, ayırıcı davranış örüntüsü olduğu yönündedir (McCrea ve Costa 1989; Mayer 1998; Burger 2006).

Doğan (2013)'a göre ise kişilik, bireyin karşılaştığı farklı durumlar karşısında ortaya koyacağı tepkinin, davranışın sürekliliğini belirleyen kişilerarası duygu, düşünce, deneyim ve motivasyona bağlı, geliştirmiş olduğu stratejiler olarak da düşünülebilir.

Kişiliğin kaygı üzerindeki etkisinin önemliliği aynı zamanda psikolojik araştırmaların temelini de oluşturduğundan bu bölümde kısaca bu araştırmalara değinilecektir.

Freud kişilik kaygı ilişkisini, topografik kişilik kuramına dayandırdığı "*Nevrotik kaygı, Gerçeklik kaygısı ve Ahlaki kaygı* üçlemesi ile açıklarken (Burger, 2006; Manav, 2011; Geçtan, 2006); Adler kaygıyı, kişilikte gelişen aile büyükleri ve doğum sırsına paralel, aşağılık duygusunu yok etme çabalarına dayandır (Adler 1931, Burger 2006, Le Gall 2012).

Freud ve Adler'in bu yaklaşımlarından etkilenen Sullivan tarafından, kişilik ve kaygı ilişkisi bireyin kendinde gördüğü, olumlu, olumsuz ve asla kabul edemeyeceği yönlerini, sırasıyla "*İyi-Ben, Kötü- Ben ve Ben-Değil*" kimliklerinin çatışması ile açıklar. Bu yaklaşım günümüzde bilişsel davranışçı kuramcılarının düşünceleri ile benzerlikler taşır (Burger, 2006).

Diğer bir yeni psikanalit olarak bilinen Horney tarafından ise, kişilik ve kaygı davranışı örüntüsüne, toplumla uyumsuzluk yaratan, cinsiyet farklılıkları ve ölüm korkusu ilave edilmiştir (Burger, 2006; Cüceloğlu, 1997).

Bu yaklaşımlar psikoloji literatüründe, kişilik gelişimi ve kaygı ilişkisini açıklama aşamasında önemli adımlar olsa dahi ölçme ve değerlendirmede sınırlılıklar taşıdıkları

görülür. Diğer yandan Jung'un geliştirmiş olduğu “*Psikolojik Tipler Kuramı*” sonradan Myers-Briggs tarafından geliştirilecek olan “*Kişilik Tipi Ölçeğine*” ve yapılan bu yöndeki ilk araştırmaya temel oluşturduğundan önemlidir. Jung, kişilikleri öncelikle “*Dışa Dönük ve İçe dönük*” olarak iki kategoriye ayırmış, ikincil olarak her bir kategorinin “*Düşünme, Duygu, Duyu ve Sezgi*” alt boyutlarını ilave ederek toplamda sekiz basamaklı bir kişilik tablosu elde etmiştir (Burger 2006; De Vito 1985).

Anne-kız olan İşabel ve MyersBriggs ilk çalışmalarını 1940 yılında başlattıkları 1962 de geliştirdikleri ve 1978 de son haline getirdikleri “*Psikolojik Tipler*” değerlendirme ölçeği günümüzde dahi hala kullanılmakta ve kişilik ile kaygı arasındaki ilişkinin belirlenmesinde kullanılmaktadır. Nitekim bu araştırmacılar tarafından yapılan araştırmalarda dışa dönük kişiliklere sahip bireylerin içe dönüklere göre yeni durumlar ve kaygı karşısında daha dayanıklı ve başarılı oldukları saptanmıştır (Burger, 2006; Carston&Levy).

Bu çalışmalar modern dönemde yapılan diğer öncelikli çalışmalara da zemin hazırlamış ve günümüzde kullanılan kişilik araştırma ölçütlerinde de bulunduğu görülmektedir.

Günümde kişilik araştırmaları ağırlıklı olarak “*Ayırıcı Özellik Kuramı*” çerçevesinde değerlendirilmektedir. G.Allport tarafından, Eski Yunan'da kullanılan “*Sanguinik (mutlu); Melankolik (mutsuz), Kolerik (sinirli), Flegmatik (soğukkanlı)*” olarak sınıflandırılan, kişilik tipleri örnek alınarak yapılan öneri temelinde, Cattel Tarafından geliştirilen “*Beş Faktörlü Kişilik Envanteri*” çoğu bireylerin kişilik özelliklerinin kaygı karşısında dayanıklılığını ölçmede kullanılmaktadır. Literatürde “*Büyük Beşli*” olarak da bilinen ölçekte, (önceleri on altı olup sonradan azalan), dört ana kişilik boyutu bulunmaktadır. “*Nevrotik, Dışa Dönük, Açıklık, Uyumlu ve Özdisiplin*” olarak saptanan bu boyutlar, bireyin beyanları esas alınarak, olumlu ve olumsuz iki uç arasında elde edilen değerler paralelinde sonuç verirler (Burger 2006,Tuna 2011).

Yapılan araştırmalarda “*Nevrotiklik*” puan düzeyi yüksek bireylerde, düşük olanlara kıyasla, stres, kaygı, öfke gibi olumsuz duyguları daha üst düzeyde yaşadıkları tespit edilmiştir. Buna karşılık Nevrotik puanları düşük olan bireylerin kaygı ve stres karşında daha sakin bir yapıda davranış sergiledikleri görülmüştür (Burger, 2006; Costa&McCrae, 1992).

“*Dışa-İçe dönüklük*” puan düzeyine göre ise, bakıldığında ise bireylerin dışa dönüklük puanları arttıkça kaygıya daha dayanıklı ve sosyal girişime açık kişilikler sergiledikleri buna

karşın içe dönük bir puanlamaya yatkın kişilerin ise tahmin edileceği üzere kaygı ve strese az dayanıklı, kaçınmacı ve sosyal ortamlara karşı adaptasyon sorunu yaşayan profil örüntüsüne sahip oldukları saptanmıştır (Burger, 2006; Costa&McCrae, 1992).

“*Açıklık*” boyutu puan değerleri yüksek olan bireylerde ise yaratıcılık ve yeni fikirlere açık olduklarından kaygı ve strese daha dirençli bir yapısallık gösterirken, bu puanları düşük bireylerde geleneğe bağlılık ve yeniliğe açık olmadıklarından kaygı ve strese daha az dayanıklı oldukları yapılan araştırmalarda tespit edilmiştir (Burger, 2006; Feist, 1998).

“*Uyumluluk*” puan düzeyi yüksek bireylerin tercihleri, rekabet yerine işbirliği olduğundan buldukları gerek sosyal gerekse kariyer çevresinde uyumlu ve esnek örüntüler sergilediklerinden aşırı kaygı ve stres yaşamazlar. Öte yandan uyumluluk puanları düşük olan bireylerin düşmanca, kavgacı ve sürekli kuşkucu yapıda olmaları, bu tür bireylerin sürekli stres ve kaygı üreten yapıları dolayısı ile olumsuz sosyal ilişkileri ve kariyer performansları sergiledikleri yapılan araştırmalardan anlaşılmaktadır (Berry&Hansen, 2000; Burger, 2006; Cote&Moscowitz, 1998; Jensen-Campbell&Graziano, 2001).

“*Özdisiplin*” boyutu ise bireylerin özellikle öğrenim ve/veya kariyer çalışmalarındaki dikkat, kontrol, planlı programlı çalışmalarının değerlendirildiği boyuttur. Bu boyutta yüksek puan alan bireylerin öğrenim ve kariyer aşamalarında, kaygı-stres yönetimleri dâhil olmak üzere, planlı ve düzenli bir şekilde ilerledikleri yapılan araştırmalarda görülmüştür. Buna karşılık aynı boyutun düşük puanlara sahip bireylerin, gerek günlük hayatta gerekse öğrenim ve kariyer ortamlarında kaza ve sürekli hataların yaşandığı, plansız programsız, problemlili yaşantı şekli dolaylı, kaygılı ve stres içinde ilerleme sağlayamayan bireyler oldukları tespit edilmiştir (Aethur& Graziano,1996; Burger, 2006).

Büyük beşli olarak da anılan bu yaklaşımın da sınırlılıkları olduğu ve farklı gruplamalarla da araştırılması gerektiğine dair eleştiriler olsa dahi öte yandan yapılan araştırmalarda “*Beş faktörlü kişilik*” analizinin sadece İngilizce’de değil diğer dünya dillerinde de geçerli ve güvenilir olduğu yapılan araştırmalarla kabul edilmiştir (Benet-Martinez& John, 1998; Burger, 2006; Church, Reyes, Katigbak, & Grimm, 1997; Drigman&Shmelyov, 1996; Katigbak, Church, GuanzonLapena, Carlota, & del Pilar, 2002; McCrae&Costa, 1997;Paunonen, Jckson, Trebinski, &Forsterling, 1991; Saucier&Goldberg, 2001;Somers &Goldberg, 1999; Yang& Bond, 1990).

Türkiye’de Horzum, Ayas ve Padır (2017) tarafından geçerlilik güvenirliği yapılan “*Beş faktörlü kişilik testi*” çeşitli meslek gruplarında ve öğrencilerde kaygı, performans ve öz yeterlilikleri ile ilişkilerinde yordayıcı olması bakımından kullanılmıştır. Bu araştırmalardan bazılarına göre alınan sonuçlar şöyledir.

Doğan (2013) tarafından yapılan kişilik iyi oluş ile ilgili araştırmada nevroitik kişilikle negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunurken dışa dönüklük, sorumluluk, yumuşak başlılık, açıklık özellikleri ile iyi oluş arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Diğer bir deyişle Nevrotik kişiliğin negatif yönde Dışa dönüklüğün ise pozitif yönde anlamlı şekilde yordadığı sonucuna varılmıştır.

Benzer şekilde Yerlikaya-Balyan (2012) tarafından sporcuların kişilik ve kaygı ilintili performanslarının değerlendirildiği yapılan diğer bir araştırmada, bahis konusu “*Beş Kişilik Faktörünün*” yarışma öncesi kaygı ve uyarılmışlık faktörünü anlamlı biçimde yordadığı görülmüştür. Ayrıca aynı çalışmada duygusal tutarsızlığın bilişsel somatik kaygıyı ve öz güvenle anlamlı derecede ilintili olduğu saptanmıştır. Ayrıca maçı kaybedenler arasında kaygı ve yüksek fizyolojik uyarılmışlık düzeylerinin kazananlardan daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Buna karşılık kazananların kaygı düzeyleri ve fizyolojik uyarılmışlıkları çok daha düşük olduğu saptanmıştır.

Şengül (2017) tarafından Eysenck kişilik ölçeğinin Türkçe’ye uyarlanması olarak yapılan diğer bir araştırmada ise farklı olarak dışa dönüklük ve yalan düzeyi arttıkça kaygı düzeyinin de arttığı saptanmıştır. Aynı araştırmada nörotizm düzeyi arttıkça kaygı düzeyinin düştüğü, psikotizm ile kaygının arasında hiçbir durumda ilişki tespit edilmediği kaydedilmiştir. Diğer kaygı belirtilerinin ise çok zayıf düzeyde ilişkili olduğu görülmektedir.

Öte yandan literatürde, mükemmeliyetçi kişilik yapısının da sürekli ya da durumluk kaygı ile ilişkili olarak ele alındığı araştırmalara rastlanmaktadır. Başarı kıstası olarak kendisine yüksek hedefler koyma ve zaman, zaman gerçekçi olmayan bu hedeflere ulaşma çabası olarak nitelenen mükemmeliyetçi kişilik, (Burns, 1980) sanatla uğraşan bireylerde sıkça rastlanmakla birlikte bu yönde sanatçı veya adayları ile ilgili öznel bir araştırmanın yapılmadığı görülmektedir.

Buna karşın üniversite öğrencilerinde mükemmeliyetçilik ve kaygı örüntüsünün ilişkisi üzerine Tuncer ve Voltan-Acar (2006) tarafından yapılan araştırmada mükemmeliyetçi

kişilik puanları yüksek olan öğrencilerde kaygı puanlarının, mükemmeliyetçilik puanları düşük olanlara nazaran daha düşük olduğu saptanmıştır.

Benzer şekilde Hamarta(2009) tarafından yapılan diğer bir çalışmada, mükemmeliyetçi kişiliğin sosyal kaygının yüksek düzeyde yordayıcısı olduğu bildirilmiştir.

Hentbolcular üzerinde yapılan diğer bir araştırmada ise, Çepikkurt ve Yazgan –İnanç (2012) tarafından mükemmeliyetçiliğin, bilişsel/somatik kaygı ile ilişkili olabileceği boyutlarının varlığından söz edilmektedir.

Son olarak İlhan ve Sünkür tarafından 2012 de yapılan matematik sınav kaygısı ve mükemmeliyetçiliğin ilişkilendirildiği araştırmada da yine olumlu/olumsuz mükemmeliyetçiliğin durumsal kaygıyı yüksek derecede yordamakta olduğu saptanmıştır.

Bu bilgiler ışığında kişilik-kaygı örüntüsünün, değişik bilim yaklaşımları ve testlerle ölçüldüğünde birbirinden farklı sonuçlar verse dahi önemli oranda ilişkili olduğu görülmektedir. Ancak göz ardı edilmiş olası karıştırıcılar dolayısı ile zaman zaman zıt sonuçlar elde edildiği göz önünde bulundurulduğunda ölçme değerlendirme çalışmalarının daha titizlikle arttırılması gerektiği bu aşamada vurgulanmalıdır.

2.3.3.2. Yaş

Yaş, kaygıyı etkileyen önemli faktörlerden birisidir. Değişen yaşam koşulları içerisinde özellikle çocukların gelişim özelliklerine göre kaygı durumlarının da değiştikleri görülmektedir. Cüceloğlu (1997)'na göre çocukların gelişim özellikleri doğrultusunda gösterdikleri kaygılar, çocukların kendi kimliklerini arama çabası olarak nitelendirilmektedir. Bu doğrultuda bireylerin gelişim özellikleri ele alınmalıdır.

Yaşamın ilk yılında bebek dünyaya yeni gelmesinden dolayı çevresini tanıma çabası içerisine girmektedir. Çevresini tanımasına en fazla yardımcı olan birey kuşkusuz annedir. Bebeğin annesine bağlanması topluma uyumunu hızlandırmaktadır. Bebeklerin annelerine karşı bağlanma stillerinde problem yaşaması annelerinden ayrılacaklarını düşünmelerine yol açıp kaygı yaşamalarına neden olmaktadır (Cüceloğlu, 1997).

Bebeklik döneminden sonra yaşamın bir diğer gelişim dönemi olan ilk çocukluk döneminde(2-6 yaş) çocuklar, kendi vücutlarını ve cinsiyetler arasındaki farkları öğrenmektedirler. Bu dönem içerisinde özellikle erkek çocuklarda erkeklik protestosu

içerisinde iğdiş edilme kaygısı yaşadıkları görülmektedir. Bunun yanı sıra oedipus karmaşasına sahip olan kız ve erkek çocuklar içerisinde kız çocukların babalarının sevgisini kazanma, erkek çocukların ise annelerinin sevgisini kazanma kaygıları yaşadıkları görülmektedir (Cüceloğlu, 1997).

Yaşamın bir diğer gelişim dönemi olan son çocukluk döneminde (6-12 yaş) çocuklar, aile ilişkileri dışında yeni sosyal arkadaşlık ilişkileri de kurmayı ve okula başladığı için başarı duygusunu tatmayı öğrenmektedirler. Bu dönem içerisinde özellikle ilkokul yıllarında çocukların yeni sosyal arkadaşlık ilişkileri kuramama kaygıları yaşadıkları görülmektedir. Bunun yanı sıra akademik başarı yaşayamama kaygısı da yaşadıkları görülmektedir (Cüceloğlu, 1997).

Yaşamın en önemli gelişim dönemi olan ergenlik döneminde (12-18 yaş) çocuklar, kim olduğunun farkına varmaya çalışma ve kimlik arayışı içerisine girerek dünya üzerindeki yerini öğrenmeye çalışmaktadırlar. Bu dönem içerisinde çocukların duygusal yakın ilişkiler kuramamaktan dolayı kaygılandıkları görülmektedir. Bunun yanı sıra fiziksel görünümündeki değişimlere adapte olamamalarından, kendilerine bir sosyal grup içerisinde yer bulamamalarından ve beğenilmemelerinden dolayı da kaygı yaşadıkları görülmektedir (Cüceloğlu, 1997).

Yaşamın tüm gelişim alanları içerisinde bireylerin yaşadıkları kaygının şiddeti ve anlık veya süreğen olup olmadıkları değişmektedir. Tüm gelişim dönemleri incelendiğinde kaygının en fazla yaşandığı dönemlerin bebeklik dönemi ve ergenlik dönemi olduğu görülmektedir (Cüceloğlu, 1997). İlgili alanyazın incelendiğinde bu sonucu destekleyecek çalışmalara ulaşmak mümkündür. Öyle ki Ök (1990, s. 26) tarafından yapılan okul rehberlik servisine başvuran ve başvurmayan 13-15 yaşları arasındaki çocukların kaygı durumlarının incelendiği çalışmada daha küçük yaşta olan çocukların daha büyük çocuklara göre kaygı durumlarının düşük oldukları anlaşılmaktadır. Bu durum, değişen yaşam koşulları içerisinde çocukların gerçeklerin daha iyi farkına varmalarından ve sorumluluklarının artmalarından kaynaklanıyor olabilir.

2.3.3.3. Cinsiyet

Cinsiyet değişkeni, kaygıyı etkileyen önemli faktörlerden birisidir. Özellikle kadınların erkeklere oranla daha fazla kaygı yaşadıkları görülmektedir. İlgili alanyazın incelendiğinde benzer sonuçlara ulaşmak mümkündür. Öyle ki Bal (2010,) tarafından yapılan

çalışmada kadınların erkeklere oranlara daha yüksek kaygıya sahip olduklarını belirtmektedir. Aynı şekilde Çakmak ve Hevedanlı (2005) tarafından yapılan çalışmada da kadınların erkeklere göre daha yüksek kaygıya sahip oldukları anlaşılmaktadır.

Cinsiyet değişkeni, bireylerdeki kaygı düzeyini psiko-sosyal etmenlerle birlikte etkilemektedir. Öyle ki toplumsal düzen içerisinde kadının bulunduğu cinsel roller ve beklentiler, günlük yaşam içerisinde baş edilmesi gereken problemler olarak karşılaşılmaktadır. Bu durum kadınların daha çok duygusal tepkiler vermelerine neden olarak kaygılanmalarına yol açmaktadır (Bal, 2010).

Cinsiyet değişkeni üzerindeki sosyoekonomik roller bireylerin kaygı düzeylerini etkilemektedir. Bal (2010)'a göre erkeklerin toplumsal düzen içerisinde edindikleri rol, kaçınma eğilimi sergilemelerini engellemektedirler. Erkeklerin içerisinde buldukları rolün gereğini sergileyemedikleri durumlarda ise yoğun bir kaygı yaşamaları kaçınılmaz olmaktadır.

2.3.3.4. Anne Baba Tutumları

Teknolojinin hızla ilerlemesiyle birlikte değişen toplum yapısı, toplumu oluşturan bireylerin değişim göstermesiyle başlamıştır. Bu değişim doğrultusunda gerekli olan tüm altyapılar sağlanarak bireylerin kendilerine güvenen, bağımsız hareket edebilen, kendi kendisine yetebilen, atılgan, yaratıcı, uyumlu, meraklı ve kaygıdan uzak olmaları beklenmektedir (Aral ve Başar, 1998).

Toplumsal değişim sağlayabilecek bu bireylerin yetiştirilmesinde ailelerine önemli görevler düşmektedir. Özellikle kendilerine güvenen bireyler olmaları için bebeklik dönemlerinden itibaren güven içerisinde yaşamaları gerekmektedir. Aile içerisinde olumlu deneyimler yaşatarak, çocuklarına başarı duygusunu tattırarak gelişimlerinin desteklenmesi gerekmektedir (Aral ve Başar, 1998).

Çocukların kişilik gelişimleri oluşurken ailelerini rol model aldıkları ve kimliklerini çevrelerine göre oluşturdukları unutulmamalıdır. Bireylerin bağımsız ve kaygıdan uzak yetişmesi, kendisine güven duyması ve başarılı olması için anne babalara önemli görev ve sorumluluklar düşmektedir (Aral ve Başar, 1998).

Bireylerin herhangi bir tehlike durumu karşısında veya tehlike durumu algılandığında gösterdikleri duygusal tepkiler olan kaygı, gelişim dönemi özelliklerine göre farklılık

göstermektedir. Kaygı duymaya bebeklik döneminde annesini kaybetme kaygısından başlayan bireyler yaşamın her döneminde kaygı yaşamaktadır (Cüceloğlu, 1997).

Anne baba tutumları demokratik, ilgisiz, otoriter ve mükemmeliyetçi olmaktadır. Özellikle çocukluk yıllarından itibaren başlayan kaygı durumu, bireylerin anne baba tutumlarından etkilenmektedir. Anne babaları tarafından tutarsız, değişken, küçük düşürücü ve alaycı tavırlara maruz kalan çocukların kaygı yaşamaları oldukça olağandır (Ök, 1990).

İlgili alanyazın incelediğin anne baba tutumları ile bireylerin kaygı durumları arasında etkili bir ilişki olmaktadır. Öyle ki Ök (1990) tarafından yapılan okul rehberlik servisine başvuran ve başvurmayan 13-15 yaşları arasındaki çocukların kaygı durumlarının incelendiği çalışmada olumsuz anne baba tutumlarına sahip çocukların kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmektedir. Bunun yanı sıra Çakmak ve Hevedanlı (2005) tarafından yapılan çalışmada da otoriter anne baba tutumuna sahip olan bireylerin demokratik anne baba tutumuna sahip olan bireylere göre daha fazla kaygı yaşadıkları anlaşılmaktadır.

2.3.3.5. Anne Babanın Eğitim Durumu

Eğitimin her kademesinde bireylere olumlu davranış değişikliği sağlamak amaçlanmaktadır. Bu amaç doğrultusunda okul öncesi dönemde bireylerin çevreye uyumlarını sağlamalarından başlayarak yüksek öğretime kadar toplumun her alanında olumlu bireyler olmaları eğitimin öncelikleridir (Varol, 1990).

Bireylerin yetiştirilme tarzlarının kaygı durumlarını etkileyeceği düşünüldüğünde eğitim sahibi ebeveynlere sahip olan bireylerin kaygı durumlarının da daha az olacağı tahmin edilmektedir. Öyle ki Varol (1990) tarafından lise son sınıfların kaygı durumlarının incelendiği çalışmasında anne babaların eğitim durumu ile çocukların kaygı durumları arasında bir ilişki bulunduğu görülmektedir. Gümüş (2000) tarafından yapılan bir başka araştırmada da ilköğretim mezunu olan anne babaların yükseköğretim mezunu olan anne babalara göre çocuklarına gösterdikleri tutumların önemli ölçüde farklılık gösterdikleri anlaşılmaktadır. Yapılan bu araştırmada ebeveynleri yükseköğretim mezunu olan bireylerin kaygı düzeylerinin diğerlerine göre daha düşük oldukları görülmektedir.

Ebeveynlerin öğrenim düzeyi, çocuklarına yönelik yetiştirme tutumlarını etkilemektedir. Çocukların özellikle yaşamın ilk yıllarından itibaren annelerine yakın olarak yetişmelerinden dolayı annelerin eğitim durumları babaların eğitim durumlarına göre çocuklardaki yaşanan kaygıyı daha fazla etkilemektedir. Öyle ki Alisinanoğlu ve Ulutaş

(2003) tarafından yapılan çocukların kaygı düzeyleri ile annelerin kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmada yükseköğretim mezunu olan annelerin yükseköğretim mezunu olan babalara göre çocukların kaygı durumlarını daha fazla etkiledikleri anlaşılmaktadır.

2.3.3.6.Sosyo-Ekonomik Düzey

Sosyo ekonomik düzey, ailelerin temel ihtiyaçlarını karşılayıp karşılayamamalarına göre ve yaşama yönelik memnuniyet durumlarının belirlenmesine göre kaygı yaşamalarını etkilemektedir. Bu doğrultuda sosyo ekonomik düzeyi daha düşük olan ailelerin temel ihtiyaçlarını karşılayamama tedirginliği kaygılanmalarına neden olmaktadır (Alisinanoğlu ve Ulutaş, 2003).

Anne babaların, çocuk yetiştirirken temel ihtiyaçlarını karşılayamama tedirginliği aile içerisinde gergin, sinirli, sabırsız ve yoğun bir kaygının yaşanmasına neden olmaktadır. Çocuklarının sosyal gelişimlerini de yeteri kadar destekleyemeyecekleri düşünüldüğünden çocukların kaygı düzeylerinin daha yüksek olacağı anlaşılmaktadır (Alisinanoğlu ve Ulutaş, 2003).

İlgili alanyazın incelendiğinde sosyoekonomik düzeylerin bireylerin kaygı durumunu doğrudan etkilediği görülmektedir. Bu doğrultuda Varol (1990) tarafından lise öğrencilerinin kaygı düzeylerinin çeşitli nedenlere göre araştırılması çalışmasında sosyoekonomik düzeyi daha düşük olan bireylerin kaygı durumlarının daha yüksek olduğu anlaşılmaktadır. Aynı şekilde Ök (1990) tarafından yapılan okul rehberlik servisine başvuran ve başvurmayan 13-15 yaşları arasındaki çocukların kaygı durumlarının incelendiği çalışmada ailelerinin sosyoekonomik durumlarına yönelik olarak çocuklarına verdikleri harçlıkların azlığı veya çokluğu çocukların kaygı durumlarını etkilediği anlaşılmaktadır.

Bunun yanı sıra kaygının süreğenliği açısından değerlendirildiğinde sosyoekonomik düzeyi iyi olan ailelerin çocuklarının kaygı durumlarının sosyoekonomik düzeyi daha düşük olan ailelerin çocuklarına göre kaygı durumlarının daha yüksek oldukları görülmektedir. Bu durum ile ilgili olarak Alisinanoğlu ve Ulutaş (2003) tarafından çocukların kaygı düzeyleri ile annelerin kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi çalışmasında üst sosyoekonomik seviyede olan ailelerin çocuklarından beklentilerinin daha yüksek olacağı için çocukların kaygı düzeylerinin daha yüksek oldukları anlaşılmaktadır. Bu doğrultuda çocukların

akademik başarısının düşük olması ve geleceklere yönelik kaygı yaşamaları kaçınılmaz olacaktır.

Sosyoekonomik durum, ailelerin çocuklarına karşı göstermiş oldukları anne baba tutumlarını da etkilemektedir. Varol (1990) tarafından lise öğrencilerinin kaygı düzeylerinin çeşitli nedenlere göre araştırılması çalışmasında sosyoekonomik seviyesi daha düşük olan ailelerin aşırı baskıcı ve otoriter anne baba tutumunu tercih ettikleri, sosyoekonomik seviyesi orta ve daha yüksek olan ailelerin ise daha demokratik anne baba tutumlarını tercih ettikleri anlaşılmaktadır. Bu doğrultuda ailelerin çocuklarına yönelik temel ihtiyaçlarını karşılayamama tedirginliği yaşamadıkları durumlarda gelişimlerini olumlu anlamda destekleyebilecekleri sonucuna varılabilir.

2.3.3.7. Akademik Başarı

Akademik başarı, çocukların eğitim hayatına başladıkları ilk dönemden itibaren olumlu istendik davranışları kazanmaları ve kendilerini yetiştirmeleri için oldukça önemli bir konu olmaktadır. Bu doğrultuda okulda ve eğitim ortamında çocukların istendik davranış kazanmaları için başarı duygusunu tatmaları gerekmektedir.

Akademik başarı, Aydın (1990)'a göre pek çok faktörden etkilenmektedir. Bu faktörlerden birisi de çocukların kaygı duymaları ve kendilerini yetersiz hissetmeleridir. Aydın (1990)'a göre çocukların akademik başarı konusunda kaygı duymaları, akademik başarısızlığa, ders içi ve dışındaki etkinliklere yeteri kadar katılmamalarına, okulu sevmemelerine ve okuldan kaçma davranışı sergilemelerine neden olmaktadır.

Akademik başarı konusunda kaygı duyan çocukların aileleri de bu durumdan gerek sosyal gerek ekonomik gerekse psikolojik olarak etkilenmektedir. İşsizliğin giderek artmasıyla birlikte nitelikli eleman belirleme konusunda işverenlerin akademik başarıya daha fazla önem vermesi de ailelerin çocukları üzerinde akademik başarı konusunda baskı kurmalarına neden olmaktadır. Özellikle çocukların akademik kapasitelerini görmeden yanlış beklentiye giren ailelerin çocuklarının bu beklentiye karşılayamayacakları için yaşadıkları kaygı yüksek olduğundan daha fazla akademik başarısızlık gösterdikleri bilinmektedir (Kurtoğlu, 2017).

İlgili alanyazın incelendiğinde akademik başarı ile kaygı arasında bir ilişki olduğu görülmektedir. Bu doğrultuda Varol (1990) tarafından lise öğrencilerinin kaygı düzeylerinin çeşitli nedenlere göre araştırılması çalışmasında akademik başarısı daha düşük olan

çocukların kaygı düzeylerinin daha yüksek oldukları anlaşılmaktadır. Aynı şekilde Ök (1990) tarafından yapılan okul rehberlik servisine başvuran ve başvurmayan 13-15 yaşları arasındaki çocukların kaygı durumlarının incelendiği çalışmada da çocukların akademik başarısı ile kaygı durumları arasında bir ilişki olduğu görülmektedir. Akademik başarısı yüksek olan çocukların kaygı düzeylerinin düşük oldukları anlaşılmaktadır.

2.3.3.8. Stres

Stres, bireylerin herhangi bir tehlike durumunda veya önemli bir fırsat karşısında çevresindeki tüm bireylerin olumsuz istek ve engellemelerine karşın üstlerinde hissettikleri baskıya karşı vermiş oldukları tepki olarak tanımlanmaktadır (Atkinson, Atkinson, Smith, Bem ve Hoeksema, 2006) Bu doğrultuda stresin olumlu ve olumsuz taraflarının olduğu anlaşılmaktadır.

Kaygı kavramı ile benzeyen ve hatta bazı araştırmacılar tarafından kaygının kaynağı olarak söz edilen stresin, bireylerin kontrol edemeyecekleri olay ve durumlar karşısında daha yüksek seviyede görüleceği bilinmektedir. Öyle ki bireylerin işten çıkarılmasının, değer verdikleri bir yakınının hastalanmasının, gelecekleri konusunda kararsız olmalarının bireylerin stres seviyeleri arttıracakları düşünülmektedir (Atkinson ve ark., 2006).

Kurtoğlu (2017)'na göre kaygının kaynağı olarak tanımlanan stres, bireylerin savunma mekanizmalarını daha aktif kullanmalarına imkân tanımaktadır. Öyle ki bireyler, kontrol edemedikleri durum ve olaylar karşısında kendilerini rahatlatmak ve baş etmek amacıyla savunma mekanizmalarını kullanmak isteyeceklerdir. Bu doğrultuda bireyin ilkel benliği olan id'i ile vicdani yönü olan süper-ego arasında denge kurmayı sağlayan egonun işlev ve yapısı önem kazanmaktadır. Bireyin egosu, düzenli bir biçimde bireyin dengede kalmasına yardımcı olmuyor ve dengesizlik durumu devam ediyorsa bireyin tehlike durumunda göstermiş oldukları duygusal tepkiler olan kaygıları oluşmaktadır.

Stresi meydana getiren tehlike durumları veya fırsatlar, bireyler tarafından tehdit unsuru olarak algılanmaktadır. Esasen bir tehlike durumunun veya fırsatın tehdit olup olmaması bireylerin o durumu nasıl değerlendirilip algıladıkları ile ilişkilidir. Le Gall (2012)'e göre stresi meydana getiren herhangi bir tehlike durumu veya fırsatı bireyler tehdit unsuru olarak görmezler veya üstlerinden gelebileceklerine yönelik kendilerine güvenirlerse mevcut stresi oluşturacak durum tehdit unsuru olmaktan çıkacaktır. Bu durumun bireylerin savunma mekanizmaları ile sosyal hayata adapte olmaları ile ilgili olduğu düşünülmektedir.

2.3.4. Durumluk Kaygı ve Sürekli Kaygı

Kaygı, bireylerin herhangi bir tehlike durumu ile baş etmek amacıyla gerekli olan savunma mekanizmalarını gösterdiği duygusal bir durumdur. Savunma mekanizmalarını bireylerin gösterme süresi ve etkisi farklılık göstermektedir. Bu doğrultuda tehlike durumlarının bireylerde bıraktıkları etkilere göre geçici süreliğine gösterilen durumluk kaygı ve tehlike durumunun yoğunluğuna göre daha uzun süre etkisi gösterilen sürekli kaygı şeklinde iki farklı kaygı türü bulunmaktadır (Metin, 2017).

Spielberger (1972)'e göre kaygı, insanın temel duygularından birisidir ve bireylerde bıraktıkları etkinin süresine göre durumluk ve sürekli kaygı olmak üzere ikiye ayrılmaktadır.

2.3.4.1. Durumluk Kaygı

Durumluk Kaygı, bireylerin herhangi bir tehlike durumu karşısında anlık şekilde yaşadıkları yoğun stres ve baskıdan dolayı yaşadıkları olumsuz duygusal tepki olarak tanımlanmaktadır (Spielberger, 1972). Bireyin tehlike durumu ile karşılaştığı anı kendisine yönelik bir tehdit olarak algılaması sonucunda durumluk kaygının yaşanacağı belirtilmektedir. Bireylerde bu durum sempatik sinir sisteminin etkisiyle terleme, titreme, göz bebeklerinde büyüme şeklinde görülmektedir (Metin, 2017). Öğrencilerin sınav dönemleri içerisinde sınavı kendilerine tehdit olarak görüp ciddi şekilde yaşadıkları kaygı durumluk kaygı olarak örneklendirilebilir (Spielberger, 1972).

2.3.4.2. Sürekli Kaygı

Sürekli kaygı, bireylerin içsel olarak yaşadıkları genel gerginlik ve kaygı duymaya elverişli hali içerisinde gösterdikleri yoğun duygusal tepkiler olarak tanımlanmaktadır (Spielberger, 1972). Bireyin herhangi bir tehlike durumu olmadan daha önceki tecrübelerinden kaynaklanan yaşadıkları bu kaygı haliyle yaşamlarından mutsuz ve hoşnutsuz olmaktadır. Metin (2017)'e göre sürekli kaygı, bu kaygı türünü yaşayanların kişilik özelliklerinin bir parçası olarak tanımlanmaktadır.

İlgili alanyazın incelendiğinde durumluk ve süreklilik kaygı ile ilgili çeşitli tanımlamalar yapılmaktadır. Bu doğrultuda Basmacı, Tektaş, Tektaş ve Özceviz (2017)'e göre durumluk kaygı, bireylerin herhangi bir tehlike durumu karşısında öznel olarak yaşadıkları ve kendilerini baskı altında hissederek strese sebep olan yoğun korku duygusudur. Sürekli kaygı ise bireylerin herhangi bir tehlike durumu olmadan buldukları her ortamda kaygılanabilme

yatkınlıklarıdır. Bireylerin buldukları her ortamda gergin oldukları ve yoğun şekilde stres yaşadıkları durumlardır.

Kaya ve Varol (2004) tarafından yapılan bir başka tanımlamaya göre durumluk kaygı, bireylerin bireysel olarak kendilerini tehdit edebileceklerini düşündükleri durumlarda verdikleri duygusal belirtiler veya korkular olarak tanımlanmaktadır. Buna göre durumluk kaygının bireylerde bıraktığı etkinin şiddeti ve süresi, bireyler tarafından tehlike durumunun yorumlanmasının kalıcı olup olmamasıyla ilgili olmaktadır. Böylelikle bireylerin anlık olarak algıladıkları tehdit unsurlarını kendisi için zararlı olmadığına ikna ettikleri durumlarda kaygının etkisinin azalabileceği düşünülmektedir.

Sürekli kaygı ise bireylerin herhangi bir tehdit unsuru olmadan içsel olarak kaygılanmaya olan yatkınlığı olarak tanımlanmaktadır (Kaya ve Varol, 2004). Bu doğrultuda bireylerin düzenli olarak streslenmeleri durumlarda sürekli kaygı yaşadıkları düşünülmektedir. Bu kaygı düzeyi yüksek olan bireylerin sürekli mutsuzluk ve gerginlik halinden dolayı daha fazla karamsar oldukları ve diğer bireylerce daha kolay kırılabilir oldukları görülmektedir. Bu durum bireylerin kişiliklerinin bir parçası olarak görülmektedir. Öğrencilerin kendi yetenek alanları dışında bir meslek ve alan tercihi etme konusunda yaşayabilecekleri kaygı durumu sürekli kaygı olarak örneklendirilebilir.

Le Gall (2012), korku kavramını durumluk kaygı ile, kaygı kavramını ise sürekli kaygı olarak adlandırmaktadır. Buna göre durumluk kaygının belirli bir zaman içerisinde ortaya çıkan bir enerji olarak tanımlandığı, sürekli kaygının ise bireylerin düzenli olarak tepki gösterme potansiyeli olarak tanımlandığı görülmektedir.

Aydoğdu (2013) tarafından yapılan bir başka tanımlamaya göre durumluk kaygı, bireylerin herhangi bir tehlike durumu karşısında etkisi farklılık gösteren ve sürekli olmayan duygusal tepkileridir. Sürekli kaygı ise herhangi bir tehlike durumu karşısında bireylerin yoğun şekilde tehdit unsuru hissetmeleri ve bu tehlike durumundaki yoğunluğun giderek etkisini artırması sonucunda bireylerin yaşadıkları gerginlik olarak tanımlanmaktadır.

Durumluk kaygı esnasında bireylerin bilinçleri açık ve yaşanan tehlike durumunun farkında olarak sempatik sinir sistemin etkisiyle gerekli fiziksel ve psikolojik tepkileri verdikleri görülmektedir. Sürekli kaygı durumunda ise bireylerin tepkileri daha uzun süre devam etmekte ve bireylerin kişilik yapısı olarak yoğunluğu uzun süre hissedilmektedir.

Böyle durumlarda bireylerin kişilik yapısının kaygıya elverişli olup olmadığı süreçte etkilidir (Kurtoğlu, 2017).

İlgili tüm tanımlamalar doğrultusunda durumluk kaygı, bireylerin içerisinde yer aldığı stres durumlarında hissettikleri öznel kaygı halidir. Stresin yoğunluğuna göre durumluk kaygı düzeyleri de azalmakta veya artmaktadır. Sürekli kaygı durumunda ise bireyler, buldukları her ortamı stres olarak algılamaktadırlar. Bireylerin kişilik yapısının genetik faktörlerle birlikte genel olarak bir sürekli kaygı yaşama durumları olmaktadır.

2.3.5. Sosyal Kaygı

İnsan, doğası gereği sosyal bir varlık olarak yaşamını sürdürmektedir. Kişiler arası iletişim bu doğrultuda bireylerin sosyalleşmesine imkân tanıyan en önemli unsurlardan birisidir. Teknolojinin hızla ilerlemesi ve değişen yaşam koşullarıyla birlikte bireylerin iletişim şekilleri değişmektedir. Bu değişim beraberinde bireylerin pek çok faktörü düşünmesini gerektirmektedir (Öztürk, 2014).

Değişen toplum yapısı, bireylerin iletişim becerilerini de etkilemektedir. Bireyler bu iletişim becerine uyum sağlayabildiği sürece sosyal çevreleriyle etkili ilişkiler kurabilmektedirler. Değişen toplum yapısıyla birlikte iletişim becerileri konusunda yetersiz kalan bireyler ise giderek sosyal hayatlarını sınırlamak zorunda kalmaktadırlar. Çünkü bu bireyler iletişim becerilerini tam anlamıyla karşılayamadıklarından iş hayatı ve günlük hayatında çeşitli zorluklarla karşılaşabileceklerdir. Bireylerin etkili iletişim kuramadıkları zaman karşılaşabilecekleri zorluklardan birisi olarak sosyal kaygı kavramı ortaya çıkmaktadır (Öztürk, 2014).

2.3.5.1. Sosyal Kaygı Kavramı

Sosyal kaygı, bireylerin sosyal ortamlarda yanlış davranışlar sergileme, kendilerini küçük düşürme, olumsuz algı yaratma ve olumsuz eleştiriler alma gibi algılarından dolayı yaşadıkları yüksek gerilim ve yoğun stres hali olarak tanımlanmaktadır (Öztürk, 2014). Bireyler arasındaki iletişim ve sosyalleşme çabasından korkmayı içeren sosyal kaygı kavramı patolojik bir rahatsızlık olarak literatürdeki yerini almaktadır.

Amerikan Psikiyatri Birliği tarafından sosyal anksiyete bozukluğu veya sosyal fobi olarak adlandırılan sosyal kaygı kavramı, kaygı bozukluklarından birisidir. DSM-V(2013)'e göre sosyal kaygı, bir sosyal grup içerisinde bireylerin kendilerini küçük düşürebileceği

korkusundan kaynaklanan psikolojik, davranışsal ve bedensel belirtilerini gösterdiği ve bireylerin performanslarının önemli ölçüde azalmasına neden olduğu bir anksiyete bozukluğu olarak tanımlanmaktadır. Bu doğrultuda sosyal kaygı, bireylerin çevresinde tanımadığı diğer bireylerce sürekli gözlerin üzerinde olacağına yönelik olumsuz algısından dolayı küçük düşme korkusu yaşaması ve beraberinde yoğun bir kaygı yaşaması hali olarak yorumlanmaktadır. Bu bölümde patolojik olmayan ancak performansı etkileyebilecek düzeydeki sosyal kaygı bozukluğu hakkındaki literatur incelenmesi sunulmuştur.

İlk kez Janet (1903) tarafından, kullanılan sosyal fobi terimi,1969-1970 yıllarında Marks tarafından tekrar ele alınmıştır (Heckelman ve Schneier, 1995; Lecrubier, Wittchen, Faravelli, Bobes, Patel ve Knapp, 2000; Rapee,1995). Genel anlamda kişinin konuşma yaparken, yazı yazarken veya piyano çalarken başkası tarafından izlenmekten korkması olarak özetlenen Sosyal kaygı bozukluğu, Amerikan Psikiyatri Birliğinin tanı kriterleri el kitabına ise (DSM III) ilk kez 1980 yılı itibarı ile ‘sosyal fobi’ olarak dahil edilmiştir (Kearney, 2005).

Schlenker ve Leary (1982), bireylerin sosyal kaygı yaşayabileceği durumların başında, sosyaletkileşim içerisinde kendileri hakkında doğru bir izlenim uyandırma kaygısı olmasının dışında, yine, Leary ve Kowalski (1995)’e göre sadece aktif izlenme durumunda iken değil bu durumun yaşanma potansiyeli taşıyan/taşıyacak sosyal ortam öncesinde birey yalnız olduğunda da aynı kaygıları hissedebileceği, yaşayabileceği değerlendirilmiştir.

Sosyal kaygı, bireyin, bir yanda korkusuzluk ile diğer yanda, kaygıdan dolayı aşırı zafiyetle kaçınma davranışı sergilemeye neden olacak kadar, farklı düzeylerde tepki verebileceği evrensel bir duygu durumu ve davranış biçimidir. Bazı bireyler bu kaygı durumunu aşırı şiddetli bir biçimde yaşarken, diğerleri için daha geçici ve kolay tolere edilebilir olabilir (Herbert, Rheingold, Brandsma, 2001).

Bireyin sosyal fobi tanısı alabilmesi ise bireyin kendisi ve çevresindeki kişilerin yaşam standartlarını ve sosyal iletişimde bozulma yaşamasına neden olabilecek düzeyde klinik ve sistematik sosyal kaygı ve kaçınma örüntüsü sergilemesi gerekmektedir (Lecrubier, Wittchen, Faravelli, Bobes, Patel ve Knapp, 2000).

Bireyin toplumsal ortamlarda küçük düşmekten, olumsuz değerlendirilmekten korkma hali ve çeşitli ölçülerde kaçınma davranışına neden olan sosyal kaygı, Demir, (1997)’e göre

yüz kızarması, çarpıntı, terleme, titreme, gerginlik, midede rahatsızlık, ağız kuruluğu, nefes almada güçlük, bayılma hissi, baş dönmesi ve kulak çınlaması şeklindeki bedensel belirtiler eşliğinde görülür.

İlgili alanyazın incelendiğinde sosyal kaygı kavramı ile ilgili olarak çeşitli tanımlamalar yapılmaktadır. Bu doğrultuda Yıldırım, Çırak ve Konan (2011)'a göre sosyal kaygı, bireylerin sosyal ortamlara girmekten ve etkileşim kurmadan yoğun şekilde korku duymasındır. Bireylerin çevredeki diğer bireylerce olumsuz eleştiri alma endişesinden dolayı toplum içerisinde gösterebileceği performanslarında işlevselliğini kaybetmesi ve küçük düşürülme korkusu yaşamasına neden olan bir anksiyete bozukluğu olarak da nitelendirilmektedir.

Bal (2010) tarafından yapılan sosyal kaygı kavramı ile ilgili bir başka tanımlamada sosyal kaygının bireylerin herhangi bir sosyal çevre içerisinde gösterebilecekleri performanslarını çevredeki diğer bireylerce olumsuz eleştiri alacağı ve küçük düşürüleceği düşüncesinden yoğun şekilde kaygı duyma, gerilme ve korkma olarak tanımlandığı görülmektedir.

Aydoğdu (2013) tarafından sosyal kaygı kavramı ile ilgili bir başka tanımlamada da sosyal kaygının bireylerin herhangi bir sosyal çevrede yanlış anlaşılma, problem yaşama, utanma ve olumsuz eleştiri alma endişesiyle sosyal çevrelerden uzak durma olduğu görülmektedir.

İlgili tüm tanımlamalar doğrultusunda sosyal kaygı kavramı, bireylerin tanımadıkları diğer bireylerden oluşan bir sosyal grup içerisinde kendisini ifade ederken yaşayabileceğini düşündüğü olumsuz eleştiri alma, küçük düşürülme, utandırılma ve olumsuz eleştiri alma durumlarından endişe duyduğu için sosyal ortamlardan kaçınmasını içeren bir anksiyete/kaygı bozukluğudur.

2.3.5.2. Sosyal Kaygı Bozukluğunun Kuramsal Temelleri

İlk kez Janet(1903) tarafından kullanılmış olan sosyal fobi kavramı, aradan geçen tarihsel süreç içerisinde çeşitli araştırmalar konu olmuş ve çoğu kuramcı tarafından hakkında açıklama modelleri oluşturulmuştur.

Günümüzde özellikle psikoloji ve eğitim bilimlerinde bilişsel temelli öğrenme kuramlarının gelişimindeki güçlü ivme sosyal kaygı hakkında geliştirilen modellerin de bilişsel

ağırlıklı olmasını sağlamıştır. Bu konudaki öne çıkan kuramlar Rapee ve Heimberg Modeli (1997), Beck, Emery ve Greenberg (1985), Clark ve Wells (1995)'in, Foa ve Kozak Modeli (1986), Kendini Sunuş Modeli (1995), olarak özetlenebilir.

2.3.5.2.1. Rapee ve Heimberg Modeli

Bu kurama göre sosyal kaygı yaşayan bireyler, erken çocukluk döneminde, aşırı korumacı ve müdahaleci ebeveyn davranışları ile ilintili olarak, kendileri hakkında sosyal yaşamla tek başlarına baş edemeyeceklerine dair inanç geliştirmiş bireyler olarak gelişim gösterirler. Bu düşünceden hareketle pekiştirilen diğer inanç ise başkalarının değerlendirmesi ve eleştirilerinin çok önemli olduğu algısıdır. Bu inançlarla gelişen ve sosyal kaygı yaşayan bir birey herhangi bir sosyal iletişim veya performans sırasında ağırlıklı olarak kendisine ne gibi eleştiriler geleceği hakkında kendi kendine yorum yapma çabası içerisinde olduğundan ya başarısız olma olasılığını arttıracak ya da peşinen performans göstermekten kaçınma davranışı gösterecektir. Bu durum da bireyi başarısızlık konumuna taşıyacak ve kendini gerçekleştiren kısır döngüye dönüşecektir (Mercan 2007, 2018).

2.3.5.2.2. Beck, Emery ve Greenberg , Beck ve Clark modeli

Beck, Emery ve Greenberg (1985) tarafından geliştirilen bilişsel, duyuşsal fizyolojik ve davranışsal örüntülerden oluşan bu modele göre birey, önceden edindiği sosyal durumlar hakkındaki olumsuz bilişsel şemalar doğrultusunda içinde bulunduğu/bulunacağı sosyal ortamlar hakkında negatif yargılarda bulunur. Bu önyargılar sonucu duyulan kaygı, olumsuz düşünceleri, algılanan korkuların tetiklenmesini ve sonucunda da sosyal performans kaybına yol açacak davranışın tetiklenmesine yol açar. Bu modele göre sosyal kaygı taşıyan bireylerde korku ve tehdit algılama eğilimi çok yüksek iken, kendileri hakkındaki öz yeterlilik ve başa çıkma becerilerinin ise abartılı bir şekilde düşük olduğu görülmüştür.

Beck ve Clark 1997 yılında bu bilişsel modeli tekrar ele almış bilişsel süreçleri detaylandırmak sureti ile geliştirmişlerdir. İlk aşamada öncelikle tehdit algısının kişide ne şekilde bilişsel olarak kaydedildiği, ikinci aşamada ise yönlendirme modu'nun nasıl geliştiği üçüncü aşamada ise kişi bu bilişsel değerlendirmeler sonucu ne gibi tepkiler vermeyi tercih ettiği önemlidir. Genel kanı tehlike karşısında kaygı her bireyde var olan hayatta kalma /savunma mekanizması sonucu hızlı ve otonom bir şekilde farkındalık dışı gerçekleşir. Bu kaygı sosyal kaygı bozukluğu yaşayan bireylerde, tehlike karşısında abartılı ve önyargılı bir

dikkat becerisi gelişmesine neden olur. İkinci aşamada bireydeki bu aşırı dikkat eğilimi en ufak olumsuz bir durum karşısında ani ve yersiz tehlike alarm karşılaşmasına neden olur. Bu durum ise döngüsel olarak tekrarlanan bir davranışsal strateji haline dönüşür. Birey bu durumlarla ilintili olarak, sosyal kaygısı yüksek ise kaçınmayı tercih edebileceği gibi, kendinde farkındalık geliştirmek sureti ile kaygı ile ilgili otomatik düşüncelerini geliştirebilir ve kaygısını aza indirgeyebilir veya kaçınma/kaçma davranışını tercih ederek kendini koruma altına alabilir.

2.3.5.2.3. Clark ve Wells Modeli

Beck, Emery ve Greenberg(1985) modelini kendilerine örnek alan Clark ve Wells, sosyal kaygı bozukluğunu tetikleyen ve bu geliştirilmiş olumsuz inançları değiştirmeye engel olan faktörler üzerinde yoğunlaşmışlar ve çalışmalarını bu yönde geliştirmişlerdir. Clark ve Wells(1995), Beck, Emery ve Greenberg (1985) gibi, sosyal anksiyetesi yüksek olan bireylerde tehlike algısı karşısında dikkat ve yorum sonucu ciddi fizyolojik ve davranışsal şematik kalıpları kabul ederler. Ancak farklı olarak kaygı durumlarının aslında gerçekte tehlikeli olmayan durumlarda da sırf bireyin kendi hakkında oluşturmuş olduğu ve aslında başkasının olası olumsuz düşüncesi, tehlikeli olmadığı halde, asıl tehlikenin yerine geçtiğini savunur. Bu işlevsel olmayan düşünce kalıbı kişinin performans zayıflığına neden olur.

2.3.5.2.4. Foa ve Kozak modeli

Foa ve Kozak (1986), diğerleri gibi bilişsel temele dayanan bir sosyal kaygı kuramı geliştirmişlerdir. Bu kurama göre, belirli bir tehlikeye/korkuya karşı hafızada kaydedilmiş bulunan etki-tepki ve duygu modelleri, zaman içerisinde farklı durumlar karşısında da kopyalanarak işlemeye başlar ve kaygı meydana gelir. Foa ve Kozak 1991'a göre sosyal kaygı gerçekçi olmayan korkuların oluşumu sonucu ortaya çıkar. Bu yapı döngüsel olup kendini tekrar eder.

Bu üç model birbiri ile karşılaştırıldığında benzerlikler ve farklılıklar barındırdıkları görülür. Her üçünün de sosyal durumun birey tarafından tehdit olarak algılandığını savunması, işlevsel olmayan önyargıların benzer olumsuz davranış ve somatik belirtilerle döngüsel kaçınma örüntüsüne dönüşmesini ve tehlikenin abartılı olduğunun vurgulanması en belirgin ortak özellikleridir. Buna karşılık her üç modelde de süreçsel bakımından farklılıklar

gözlenir.Beck,Emery ve Greenberg(1985) ve Beck ve Clark(1997)'e göre bu süreç hatalı ve olumsuz şemaların sürdürülmesi ile devam ederken, Clark ve Wells(1995)'e göre bu sağlıksız düşünce kalıplarının değiştirilmesini engelleyen faktörler üzerine eğilir. Öte yandan Foa ve Kozak (1986) ise nötr uyaran ile korkunun sürdürülmesine zemin hazırlayan olumsuz kanıların hatalı şekilde eşleşmesi ve bellekte yer edinmesine odaklanırlar.

2.3.5.2.5. Kendini Sunuş Modeli

Bu kuram Leary ve Kowalski (1995) tarafından geliştirilmiştir.Kuramın temelinde sosyal kaygının ortaya çıkışında etken olan iki koşulun aynı anda olması gerektiğini savunur. Bu iki koşul; a)Kişinin başkaları üzerinde olumlu bir izlenim bırakma isteğinin varlığı; b)Bireyin arzu ettiği izlenimi bırakabileceği üzerine kuşku duyması. Bu koşullardan birinin eksikliği halinde sosyal kaygı belirtilerinin yaşanmayacağını savunur. Yani başka bir deyişle kişi başkalarının kendisi hakkındaki düşüncelerini önemsemiyorsa veya bir izlenim yaratma peşinde değil ise kaygı duyması için de bir neden kalmamaktadır. Dolaylı olarak kişinin kendisini sunuşu hakkındaki değerlendirmeleri, arzu ettiği izlenim düzeyi ile ilintilidir. Kaldı ki bu durum bireyin ileriki yaşantısını şekillendirmesine de zemin hazırlayacağından, başkalarına kendini doğru ve olumlu şekilde sunması hayati bir önem taşıyacaktır. Bu bağlamda kişiler sosyal ilişki içerisinde gereğinden daha fazla kaygılanabilirler. Bireyler bu gibi kaygı durumlarında farklı, farklı nedenlerle kaygı duyabilirler. Bazıları etkileme becerilerinin yetersizliğinin farkına vardıkları için, diğerleri aşırı motive oldukları/olmadıkları için,başkaları ise yanlış değerlendirilmekten korktukları için aşırı kaygı yüklü olabilirler.Her durumda da davranışsal kalıplarda değişiklik gözlenebilir.Bireyin mizaç ve kişiliğine göre 'gelişimci' veya 'korunmacı' bir tutumun benimsenmesi beklenir. Gelişimci bir tutum daha fazla kazanmayı hedeflediğinden kendini sunum stratejileri değişikliğe uğratılır ve geliştirilerek daha iyi sonuç alınması hedeflenir. Buna karşılık korunmacı tarzda ise elde olankorunmaya çalışılır, böylelikle daha fazla kaybetme olasılığı ortadan kaldırılmış olur (Mercan 2007, 2018)

2.3.5.3. Sosyal Kaygının Tanı Kriterleri

Sosyal kaygı, bireylerin sosyal ortamlardaki diğer bireyler tarafından olumsuz algılanacaklarını düşünmelerinden kaynaklanan bir sosyal anksiyete problemidir. Bu doğrultuda sosyal kaygı kavramıyla eş değer bazı kavramlar kullanılmaktadır. Performans kaygısı, sosyal geri çekilme, sosyal izolasyon, ayrılık kaygısı, çekingenlik ve utangaçlık,

reddedilme korkusu ve sahne korkusu gibi kavramlar sosyal kaygı kavramı yerine kullanılabilen bazı kavramlardır (Koç, 2016). Buna karşın yapılan literatür araştırmasında bu kavramlarla ilgili farklı görüşlere ulaşılmıştır.

Nitekim sosyal gelişim ile ilgili alanyazın incelendiğinde sosyal kaygıyı yüksek düzeylerde yaşayan bireylerde, utangaçlık, sıkılganlık, içedönüklük ve çekingenlik özelliklerinin ortak özellik olarak sıkça karşılaşıldığı görülmektedir.

2.3.5.4. Sosyal Kaygının Temel Özellikleri

Utangaçlık, zaman, zaman sosyal kaygının da yerine geçen en önemli kavramlardan biridir. Lazarus (1982)'a göre bir kişilik/mizaç türü olarak çekingenlikle eş değer bir kavram iken Handerson ve Zimbardo, (2001)'ya göre sosyal etkileşimden kaçınma/geri çekilme davranışını tanımlar..

Buss (1980) ve Asendorff (1987)'a göre iki tür utangaçlık vardır.Bunlardan ilki bireyin alışık olmadığı sosyal ortamlara,temkinlikle yaklaşması ve zamanla duruma alışması hali iken, (Zimbardo ve Radl, 1981; Hillard, 2005).ikinci tip utangaçlık sosyal kaygıya son derece benzeyen incelenme ve özellikle olumsuz değerlendirilme korkusu nedeni ile rahatsızlık duygusu ile eşleştirilerek sosyal kaygının davranış boyutu olarak değerlendirilmiştir (Mills ve Rubin, 1993). Benzer şekilde Hillard (2005) utangaçlığı duygu olarak değil, kaygıdan kaçmak için bir girişim olarak değerlendirmiştir.

Sıkılganlık sosyal kaygı yaşayan bireylerde görülen diğer bir önemli kavramdır.Sıkılgan kişiler diğer insanlar tarafından sadece olumsuz değerlendirilmekten değil, iltifat edildiğinde dahi sıkılganlık yaşarlar ve gözlerini çevrelerindeki bireylerden kaçırma,başlarını eğme ve saniyeler içerisinde elleri ile ağız,burun,kulak gibi bazı noktalara dokunma refleksi gösterirler (Keltner, 1995).

Sosyal kaygının aşırı ve gerçek dışı olma noktasında bireye zarar verdiği görüşü tüm araştırmacılar tarafından kabul edilmesine karşın,sıkılganlığın belirli ölçüde normal ve zaman, zaman bireyler arası ilişkilerde uyum sağlayıcı ve olası sorunların atlatılmasına yardımcı rol üstlendiği kabul görülmektedir (Miller, 2001)

Genel olarak içedönüklük, enerjisini kendi iç dinamiklerinden faydalanarak geliştiren bireyler için kullanılan bir tanımdır.Hillard, (2005) İçe dönük kişileri kendileri ile vakit geçirmeyi seven, kendi düşünce dünyalarında olmaktan zevk alan kişiler olarak tanımlar.

İçedönük olmalarına karşın utangaç olmayan bireyler kişilerarası iletişimde sıkıntı yaşamaz ve kısa süreli de olsa dışarıya olumlu enerji yapabilirken bu süre uzadığında sıkılıp tekrar kabuğuna dönme ihtiyacı duyabilirler. Buna karşın hem utangaç hem de içedönük olan bireyler ise sosyal kaygı kriterlerine daha yakın/yatkın oldukları gözlemlenmiştir (Hillard,2005).

Dışa dönük olmalarına karşın utangaç olan bireyler çoğunlukla enerjilerini başkalarından aldığı var sayılır. Sosyal ortamlarda bulunmayı tercih eder ve bu ortamlarda kaldıkça enerji depolarlar. Bu yüzden bu tür ortamlardan en son ayrılan kişiler olurlar (Hillard, 2005).

Hem dışa dönük hem de utangaç olmayan bireyler de başkaları ile son derece iyi vakit geçiren ve çoğunlukla kaygı belirtisi göstermeyen enerjik bireylerdir (Hillard 2005). Ne var ki tüm bu sınıflandırmaları keskin çizgilerle birbirinden ayırmanın imkansızlığı ile kişiler hakkında değerlendirme yaparken, ancak belirli düzeylerde yatkınlık olarak ve durumdan duruma farklılık gösterebileceği göz önüne alınarak yorumlamak gereklidir.

Son yıllarda yapılan araştırmalarda çekingenlik kavramının da sosyal kaygı literatüründe sıkça kullanılmaktadır. Kendilerini akranlarından uzak tutma eğilimi gösteren yapıdaki bireyler için kullanılan bu tanım, içe dönüklük, utangaçlık, sosyal kaygı veya depresyon kaynaklı geçici olabileceği, gibi yaşam boyu süregelen bir davranış örüntüsü haline de dönüşebilir (Rubin ve Aspendopf, 1993).

Erken çocukluk döneminde çekingenlik gösteren çocukların,daha sosyal olan akranlarına kıyasla sosyal ve akademik yaşamlarında uyum sorunu yaşadıkları,daha yoğun kaygı belirtileri gösterdikleri,daha az popülerite sahibi oldukları,akranları tarafından daha fazla dışlandıkları,ebeveyn ve öğretmenlerinden daha fazla ilgi beklentisi içerisinde oldukları,son yıllarda yapılan araştırmalarda belirlenmiştir (Coplan, Gavinski-Molina, Lagace-Seguin ve Wichmann, 2001; Gazelle ve Ladd, 2003).

Araştırmacılar tarafından sosyal kaygı veya sosyal fobi kavramlarının etkisinin ve şiddetinin daha yoğun olduğunun anlaşılması için sosyal anksiyete bozukluğu veya sosyal kaygı bozukluğu olarak adlandırıldığı görülmektedir. Sosyal kaygı kavramının bir anksiyete bozukluğu olduğu DSM-V'e göre kabul edilmektedir. Bu doğrultuda DSM-V'e göre sosyal kaygı problemi sosyal ortamlarda veya bireylerin davranışlarını işlevsel olarak göstermek zorunda kaldığı durumlarda çevredeki diğer bireyler karşısında ortaya çıkan ve süregelen olan korku hali olarak tanımlanmaktadır (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013, ss. 113-129).

DSM-V (2013)'e göre sosyal kaygı probleminin tanı kriterleri şu şekilde yer almaktadır.:

”Kişinin, başkalarınca değerlendirilebilecek olduğu bir ya da birden çok toplumsal durumda belirgin bir korku ya da kaygı duyması. Örneğin toplumsal etkileşimler, gözlenme ve başkalarının önünde bir eylemi gerçekleştirme. Kişinin, olumsuz olarak değerlendirilecek bir biçimde davranmaktan ya da kaygı duyduğuna ilişkin belirtiler göstermekten korkması. Söz konusu toplumsal durumlar, neredeyse her zaman, korku ya da kaygı doğurur. Söz konusu toplumsal durumlardan kaçınılır ya da yoğun bir korku ya da kaygı ile bunlara katlanılır. Duyulan korku ya da kaygı, söz konusu toplumsal durumda çekinilecek duruma göre ve toplumsal-kültürel bağlamda orantısızdır. Korku, kaygı ya da kaçınma sürekli bir durumdur, altı ay ya da daha uzun sürer. Korku, kaygı ya da kaçınma, klinik açıdan belirgin bir sıkıntıya ya da toplumsal, işle ilgili ya da önemli diğer işlevsellik alanlarında işlevsellikte düşmeye neden olur”.

Korku, kaygı ya da kaçınma, bir maddenin ya da başka bir sağlık durumunun fizyolojiyle ilgili etkilerine bağlanamaz. Korku, kaygı ya da kaçınma, panik bozukluğu, beden algısı bozukluğu ya da otizm açılımı kapsamında bozukluk gibi başka bir ruhsal bozuklukla daha iyi açıklanamaz. Sağlığı ilgilendiren başka bir durum varsa korku, kaygı ya da kaçınma bu durumla açıkça ilişkisizdir ya da aşırı bir düzeydedir” (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013).

2.3.5.5. Sosyal Kaygının Epidemiyolojisi

Değişen toplum yapısıyla birlikte bireylerin sosyal hayata uyumlarının azalmasının yol açtığı sosyal kaygı problemi ile ilgili son yıllarda araştırmacıların ilgisini çekmekte ve yapılan araştırmaların sayısını arttırmaktadır. Amerika'da yapılan epidemiyolojik çalışmalar kapsamında sosyal kaygı problemi toplum %13'ü tarafından yaşanmaktadır (Tuncer, 2017, ss. 8-10). Sosyal kaygı problemi yaşayanların ortalama yaşının 13-24 yaşları arasında değiştiği

görülmektedir. Özellikle 25 yaşından sonra sosyal kaygı probleminin görülmesi azalmaktadır. Başvuru yaşı ise genel olarak problemin başladığından itibaren 15-25 yıl sonra başlamaktadır (Dilbaz, 2000). Yaşanan bu ertelenen problem, sosyal kaygı probleminin çeşitli yöntemlerle tedavisinin sunulmasından veya bireylerin yaşadıkları bu problemi kişiliklerinin bir özelliği olarak kabul etmelerinden kaynakladığı düşünülmektedir.

Türkiye Ruh Sağlığı Profili Araştırması (1996)'ndan elde edilen sonuçlara göre yetişkinlerde görülen sosyal kaygı problemi devamlılığı, bir önceki yıla göre %1.8 olarak tespit edilmiştir. Üniversite öğrencileri ile yapılmış olan çalışmalar doğrultusunda ise öğrencilerde görülen sosyal kaygı problemi devamlılığı %9.8 ile %22 arasında görülmüştür (Gültekin ve Dereboy, 2011; Kılıç, 1997; Akt., Dilbaz, 2000).

ABD'de DSM-3 tanı kriterlerine göre sosyal kaygı problemi tanılması yapılmış 8000 kişi ile yapılan çalışma doğrultusunda bu problemin yaşanma sıklığının kadınlarda %15.5, erkeklerde ise %11.1 olduğu görülmektedir. ABD'de 2500 kişiyle yapılan başka bir araştırmada elde edilen bulgular doğrultusunda yaşamları süresince sosyal kaygı problemi yaşayanların sıklığının %3.2 olduğu tespit edilmiştir. Bu doğrultuda kadınların sayısının erkeklerin neredeyse 2 katı olduğu görülmektedir. Snell (1989) tarafından yapılan bir araştırmada sosyal kaygı probleminin görülme sıklığının cinsiyetlere göre değişkenlik yaptığı görülmektedir (Tuncer, 2017). Yapılan tüm bu araştırmalar doğrultusunda sosyal kaygının görülme sıklığının yaşa ve cinsiyete göre değişkenlik gösterdiği anlaşılmaktadır.

2.3.5.6. Sosyal Kaygı Oluşumunu Hazırlayan Faktörler

Sosyal kaygının oluşmasını sağlayan faktörler başlıca genetik yatkınlıkları kapsayan genotipler ve çevresel faktörleri kapsayan fenotipler olarak iki gruba ayrılırlar.

2.3.5.6.1. Genetik Yatkınlık

Yapılan araştırmalarda sosyal kaygı bozukluğu tespit edilen kişilerin ebeveynlerinde de benzer bozukluklara yatkınlık gözlemlenmiş, kaygı depresyon çekingenlikyaşayan ebeveynlerin çocuklarda da karşılıklı olarak benzerlikler olduğu saptanmıştır. Ancak genetik mi yoksa davranışı model alma mı olduğu henüz tam olarak netleştirilememiştir (Kearney, 2005, Eley, 2001).

Ayrıca Rowe ve meslektaşları 1998'de, yaptıkları bir araştırmada dopamine taşıyıcı geninin (DAT1) sosyal fobi ve gençlerde görülen kaygı bozukluklarının çoğu ile ilişkili

olduğu gibi bu genin, depresyon, dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu ile de ilişkili olduğunu bulmuşlardır.

Merikangas, Avenovoli, Dierker ve Grillon (1999) her iki ebeveynin de anksiyete bozukluğu bulunmaması durumunda çocuklarında rastlanma olasılığının %0.0, birinde anksiyete bozukluğu olduğunda %12.5, her iki ebeveynde de olması durumunda %36.4 olduğu tespit edilmiştir.

Stein, Jang ve Livesley (2002), in ikizler üzerinde yaptığı yüzlerce inceleme sonucu, olumsuz değerlendirilme korkusunun deneklerin %42'sinde genetik etki ile bağıntılı olduğunu kanıtlar niteliktedir. Bu sonuçlar olumsuz değerlendirilme korkusunun genetik olarak sosyal kaygı ve sosyal kaçınma ile yakından ilişkili olduğunu göstermektedir.

2.3.5.6.2. Çevresel Faktörler ve Aile Ortamı

Sosyal kaygıyı tetikleyen faktörler sadece genetik yatkınlıkla değil çevresel faktörlerin de bir sonucu olarak ele alınması gerektiği yapılan araştırmalarla kanıtlanmaktadır. Bireyin ilk sosyal ilişkide olduğu kurum kuşkusuz aile ortamıdır, bunu takip eden okul, arkadaş ortamı ve içinde bulunduğu sosyal evre gelişmekte olan kişiliği etkileyecek en önemli faktörlerdir.

Ebeveyn ocuk ilişkisi, sosyal davranışını etkilemesinin dışında nasıl bir sosyal evre edineceğinin de ilk temelini oluşturur. Özellikle anne-ocuk ilişkisi üzerine yapılan araştırmalarda kaygılı, aşırıtalepkar, fazla müdahaleci ve koruyucu, kontrolcü annelerin çocuklarının diğerlerine nazaran daha fazla sosyal kaygıya yatkın oldukları gözlemlenmiştir (Rapee, 1997, Dumas, LaFreniere, & Serketich, 1995).

Dekovic ve Janssens (1992), yapılan diğer bir araştırmada, popüler çocukların ebeveynlerinin popüler olmayanlara göre çok daha demokratik bir stilde çocuklarına yaklaşım gösterdikleri ve kuralların nedenlerini açıkladıklarını buna karşın yüksek kaygı gösteren çocukların annelerinin kısıtlayıcı, otoriter, eleştirel ve emredici olduğunu gözlemlemişlerdir

Hart, Ladd ve Burleson (1990)' un gerçekleştirdiği bir çalışmada, disiplin stili olarak çocuklarına g kullanan annelerin çocuklarının aklarına karşı daha zorbaca davrandıkları veakranları tarafından daha az kabul gördükleri saptanmıştır.

Sosyal kaygı ile ilgili literatür taramasında öne çıkan araştırmaların başında bağlanma ile ilgili olanlar gelmektedir. Bowlby ve izleyen akademisyenler çocuğa ilk bakım veren kişiye bağlanma stiline, ileride geliştireceği sosyal davranış modelinin temelini oluşturduğu yapılan gözlem ve boylamsal araştırmalar sonucu elde edilen raporlarla kanıtlanmıştır (Cohn, Patterson ve Christopoulos, 1991; Masia ve Morris, 1998).

Bowlby'nin kuramına paralel olarak, birey yaşamının ilk yıllarında bakım veren ebeveynine olan güvenli veya güvensiz bağlama stili doğrultusunda kişisel ve sosyal yeterlilik örüntüsünü geliştirmeye başlar. Güvenli şekilde bağlanan bebek aldığı bu güven duygusu sonucunda kendine güvenini ve sosyal sorunlarla baş edebilecek beceriyi sağlıklı bir şekilde geliştirirken güvensiz bağlanma durumunda kalan birey, karmaşık sosyal adaptasyon becerilerini geliştiremeyecek ve zaman içerisinde, korkak ve sosyal ortamlardan kaçınan bir davranış stiline sahip bir birey haline dönüşecektir (Cohn, 1990; Jacobson ve Wille, 1986; Sroufe ve Fleeson, 1986).

Cohn, Patterson ve Christopoulos, (1991) ve Pastor (1981) tarafından yapılan araştırmada da elde edilen veriler güvenli bağlanan çocukların daha sosyal ve olumlu, dost canlısı ve yeterli davranış içerisinde oldukları, buna karşılık güvensiz kaygılı bağlanan çocukların ise oyunlarda aktif katılım sergilemelerine karşın, hem annelerine hem de akranlarına karşı olumsuz davranış sergiledikleri görölmüştür.

Tüm bu araştırmalar ışığında sosyal kaygı geliştiren kişilerin erken çocukluk döneminde yanlış/hatalı ebeveyn tutumları sonucu oluştuğu görölmektedir. Bireyin doğru sosyal beceriler geliştirebilmesi ancak doğru davranış kalıplarını model alma ve öğrenmesi ile mümkün olabilmektedir (Rachman, 1977). Bu bağlamda öncelikle ebeveyn olmak üzere ikincil olarak ise öğretim elemanlarına ciddi görevler düştüğü söylenebilir.

2.3.6. Performans Kaygısı

Performans kaygısı, herhangi bir sosyal ortam içerisinde seyirciye karşı canlı gerçekleştirilen gösterilerde bireylerin her an küçük düşecekmiş korkusu yaşayarak performansındaki olumsuz duygulanım halidir (Fehm ve Schmidt, 2006; Akt., Kafadar, 2009). Literatürde sosyal kaygı probleminin özgül formlarından birisi olarak da geçmektedir.

İlgili alanyazın incelendiğinde performans kaygısı ile pek çok tanımlama yapılmaktadır. Bu tanımlamalar doğrultusunda sahneyi daha çok kullanan müzisyen ve

sanatçılar tarafından yaşanan bu kaygı türü, literatürde sahne korkusu, müzisyenin stres sendromu ve müzik performans kaygısı olarak da adlandırılmaktadır (Salmon, 1990; Akt., Kafadar, 2009).

Performans kaygısı ile ilgili olarak yapılan başka bir tanımlamaya göre performans kaygısı, bireylerin kendilerine yönelik özgüvenlerinin sınındığı ve savunma mekanizmalarının işlevselliğini yitirip bireylerin kapasitesinin altında performans göstermesine neden olan bir korku halidir (Alptekin, 2012).

Performans kaygısı ile ilgili olarak yapılan bir başka tanımlamaya göre performans kaygısı, bireylerin kendi performanslarına yönelik olumsuz duygularının yoğun şekilde hissedilerek kaygıya dönüşmesi olarak tanımlanmaktadır (Çırakoğlu, 2013).

Yapılan tüm bu tanımlamalar doğrultusunda performans kaygısının bireylerin sahne üzerinde karşılaşılabilecekleri olumsuz durumlarla ilgili olarak aşırı kaygılanması sonucunda kendi potansiyelinin altında performans gösterebileceği korkusu olarak tanımlanabilir.

Genellikle sahneye çıkma hazırlığı içinde olan müzisyenlerde görülen bir özgül fobi olan performans kaygısı, sanatçıların mükemmeliyetçi kişilik yapısı gereği, olası olumsuz durumlara karşı hazırlıksız olup mantık dışı tepkiler verilmesi, sahne performansı sırasında sempatik sinir sistemi etkisi ile ellerde, ayaklarda aşırı terleme, göz bebeklerin büyümesi, hızlı nefes alma/verme ve kalp çarpıntısı gibi bedensel tepkiler göstermesi ve zaman zaman sahneden kaçma, erteleme ve geri çekilme şeklindeki davranış belirtileri ile kendisi gösterir (Kafadar, 2009).

2.3.6.1. Sosyal Kaygının Performans Kaygısına Etkisi

Sosyal kaygı, bireylerin herhangi bir sosyal çevre içerisinde olumsuz eleştiri alacakmış endişesiyle kendisini sosyal çevreden uzaklaştırması olarak tanımlanmaktadır. Bu probleme sahip bireylerin davranışlarındaki işlevsellik azalarak mevcut performanslarını gösteremeyecekleri bilinmektedir (Kabakçı, 2016).

İlgili alanyazın incelendiğinde bireylerin daha önce görmedikleri herhangi bir sosyal çevre içerisinde performanslarının olumsuz duygulanım göstererek düşük olmasının sosyal kaygı ile adlandırıldığı görülmektedir. Bu olumsuz duygulanım, yurtdışında yapılan bazı araştırmalara göre sahne korkusu, performans kaygısı gibi isimlerle eşleştirilmektedir. Çırakoğlu (2013)'na göre yabancı literatürde sahne korkusu olarak adlandırılan bu kaygı türü,

esasen sahneye yönelik yaşanan bir korku değil sahnede gösterilecek performansa yönelik olumsuz algılamalar olarak değiştirilmelidir. Çünkü bireyler sahneye çıkmaktan değil, sahnede karşılaşılabilecek aksiliklerden, herkesin kendilerine bakarak alay edebileceğine yönelik olumsuz algılarından dolayı korkmaktadırlar.

Bu doğrultuda bireylerin sosyal kaygı yaşamalarından kaynaklanan performans kaygısının literatürde farklı tanımlamalarına yer verildiği düşünülmektedir. Üzerinde durulması ve önemsenmesi gereken bir kavram olarak ele alınması gerekmektedir.

2.3.6.2. Sahne Sanatçıları ve Performans Kaygısı

Salmon (1999) tarafından müzik performans anksiyetesi olarak adlandırılan performans kaygısı, bireylerin müziğe karşı olan eğilimlerine, yeteneklerine ve varsa eğer eğitimlerine bakılmaksızın sahne önünde seyirciye potansiyelinin tamamını gösterememe endişesinden kaynaklanan bir sosyal kaygı problemidir (Kafadar, 2009).

Sahneye çıkma gereği duyan tüm sanatçılar için performans kaygısı problem haline gelmeyebilir. Bazı sanatçılar, içlerinde performanslarına yönelik olumsuz algılar barındırmazken bazı sanatçılar ise sahnede oluşabilecek problemlerden endişe duyarak kariyerlerine son verebilmektedirler. Bu doğrultuda yapılması ve tedavi edilmesi gereken nokta bireylerin kendilerin yönelik olumlu algılar barındırmalarını sağlamak ve kapasitelerinin tamamını ortaya koymaya yardımcı olacak motivasyonu sağlamak olmalıdır (Çırakoğlu, 2013).

Hemen hemen sahneye çıkma aşamasındaki tüm sanatçılar performans kaygısı yaşamaktadırlar. Bazı sanatçılar bu kaygıyı yönetebilirken, bazı sanatçılar bu kaygıyla baş edememektedirler. Bu doğrultuda Alptekin (2012)'ye göre sahneyi kullanan tüm sanatçıların refleks davranışlarının belirginleştirilmesi gerektiği, odaklanma problemi olanların dikkatlerinin uzun süreli kalmaları konusunda eğitimlere katılmaları gerektiği ve kapasitelerinin tam anlamıyla ortaya koydukları zaman karşılaştıkları yüksek olumlu algıların motivasyonunun sağlanması gerektiği sanatçılara aktarılmalıdır.

Sanatçıların sahnede gösterecekleri performanslarında olası bir problem olabileceği endişesiyle yaşadıkları yoğun sahne korkusunun sanatçılara adrenalin hormonu salgılattığı düşünülerek yaşanan olumsuz kaygının sanatçıya cesaret vermesi gerektiği hatırlatılmalıdır. Böylelikle sanatçı, performans kaygısı ile mücadele etme konusunda kendisinde güç bularak mevcut kaygısını en iyi şekilde kullanmış olacaktır (Alptekin, 2012).

Sanatçıların performans kaygısını çok yoğun şekilde yaşadıkları durumlarda ise sempatik sinir sistemlerinin etkisiyle ellerinde ve ayaklarında korkudan titreme, baygınlık geçirme, nefes alıp vermede zorlu yaşama ve beraberinde potansiyelinin tamamını sergileyememe problemi yaşadıkları görülmektedir. Kaygının giderek yoğunluğunu arttırmasıyla tıpkı bir panik atak geçirir gibi davranış belirtileri göstermektedirler. Bu durum, sanatçıların sahnede performansını gösterirken özgüvenlerini azaltmaktadır (Çırakoğlu, 2013).

Performans kaygısı sadece sanatçıların yaşadıkları bir sosyal kaygı problemi değildir. Özellikle bir sportif beceri ve performans gerektiren müsabakalarda sporcuların performanslarına yönelik endişeleri performans kaygısı yaşamalarına neden olmaktadır (Macila, 2013).

Sporcuların müsabakalar esnasında yaşadıkları performans kaygısı, dikkatlerini toplayıp toplayamamalarına, dengeli ve koordineli olup olmamalarına, karar verme becerilerindeki etkililiklerine ve kendilerine yönelik özgüvenlerinin düşük veya yüksek olmasına etki etmektedir. Bu etkinin, sporcuların müsabaka esnasında gösterdikleri performanslardaki kuvvetlerinde, hızlarında, güçlerinde, dayanıklılıklarında, teknik ve taktik becerilerinde kendisini gösterdiği anlaşılmaktadır (Macila, 2013).

Sporcuların yaşamış oldukları kaygı durumu spor müsabakaları ile ilgili görünse de asıl problem sanatçıların sahnede yaşadıkları gibi olası bir problem endişesiyle kendi performanslarına yönelik olumsuz algılarıdır. Bu doğrultuda sporcuların müsabakalarda başarılı olması için öncelikle kendilerini tanımaları ve kapasitelerini tam anlamıyla sahaya yansıtmaları gerekmektedir. Aksi durumda belirli bir başarı düzeyine ulaşamayacakları bilinmektedir (Macila, 2013).

Sporcuların performanslarını tam anlamıyla sahaya yansıtamamaları durumlarında yılmamaları ve bir sonraki müsabaka için daha fazla çaba göstermeleri gerekmektedir. Yapılan tüm çabalara rağmen hedeflenen başarıya ulaşılmadığı durumlarda ise sporcuların kendilerine yönelik olumsuz algıları tehdit unsuru olarak karşılımlarına çıkmaktadır. Yaşanın bu olumsuz algılamalar, sporcuların gelecekle ilgili olarak hissettikleri yoğun kaygı durumu olarak duygusal belirtiler göstermelerine neden olmaktadır (Macila, 2013).

2.3.6.3. Sahne Sanatçılarında Yaşanan Sosyal Kaygının Performans Kaygısına Etkisi

Sosyal kaygı, bireylerin alışık olmadıkları bir sosyal çevre ile karşılaştıklarında küçük düşürülme endişesiyle yaşadıkları duygusal tepkilerdir. Bu tepkiler, eğer tedavi edilmezse bireylerde kişilik özelliği olarak kalmaktadır (Öztürk, 2014).

Bireylerin yeni bir sosyal ortamdan kaynaklanan küçük düşürülme endişesi olan sosyal kaygı, eğer herhangi bir performans gösterilmesi gerekirken bireylerin kapasitelerini gösteremeyeceğinden endişe etmesi Kafadar (2009)'a göre performans kaygısı olarak sürdürülmektedir. Performans kaygısı özellikle sanatçılarda sahnede herhangi bir problemle karşılaşabilecekleri korkusu olarak görülmektedir. Bu korku, tiyatro, bale veya müzikal herhangi bir sahnede aynı şekildedir.

Sanatçıların performans kaygısı, yoğun şekilde yaşandığı durumlarda bireylerde hızlı soluk alıp verme, titreme, halsizlik ve baygınlık belirtileri görülmektedir. Bireylerin özgüvenlerinin giderek azalmasına yol açan bu durum bireyleri sosyal çevrelerden de uzaklaştırmaktadır (Çırakoğlu, 2013).

Performans kaygısı sanatçılar dışında sporcularda da görülmektedir. Sporcuların yaşadıkları performans kaygısı, daha önce karşılaşmadığı bir seyirci grubunun olduğu bir spor müsabakasında gösterecekleri performanslarından duydukları endişeden dolayı tam kapasitelerini gösterememeleri olarak karşılıklarına çıkmaktadır (Macila, 2013).

Sporcuların yeni sosyal çevrelerde tam kapasitelerini gösteremedikleri durumlarda başarısız olmaları yaşadıkları kaygı ile paralellik göstermektedir. Sporcu, benlik saygısını girmiş olduğu spor müsabakasındaki başarı durumu ile belirliyor ve başarısız olduğu durumlarda kendisini suçluyorsa kendisine yönelik yoğun şekilde kaygı duyduğu düşünülmektedir (Macila, 2013).

Sporcuların performans kaygıları ile ilgili literatürde çok fazla çalışma yapılmış olmasına rağmen ilgili tüm araştırmalar, sporcuların herhangi bir spor müsabakası esnasında yaşayabilecekleri orta düzeyde bir kaygının performansına olumlu etki edeceğini belirtmektedir. Düşük düzeyde kaygılanmak sporcularda rahatlama ve vurdumduymazlık olarak karşılanmakta, yüksek düzeyde kaygı ise yoğun korku durumundan kapasitesini hiç gösterememelerine neden olmaktadır. Bu durumda sporcuların performansları hakkında orta düzeyde bir kaygı duymaları psikolojiksağlıkları için önemlidir denilmektedir (Macila, 2013).

2.3.7. Kaygı ve Sosyal Kaygının Sağaltımı

Sahne sanatları öğrencileri ve sanatçılarında başarı ve performansı etkileyen kaygı ve sosyal kaygının sağlatım teknikleri olan psiko eğitim, kişisel kontrol, progresifrelaksasyon, otojenik eğitim, bilişsel-davranışçı yaklaşım, bilişsel yeniden yapılanma, maruz bırakma/kalma egzersizleri, sosyal beceri ve atılganlık egzersizleri, ve kaygının grup terapi ile ele alınmasına bu bölümde kısaca değinilmiştir.

Burada vurgulanmak istenen tüm yapılan bu terapi şekillerinin sırasında, aslında sahne sanatçılarının performanslarını ortaya koyarken ihtiyaç duydukları bio-psiko-sosyal becerilerine müdahale şekli olduğunun hatırlatılması hedeflidir. Yapılacak terapiler salt biyolojik bireye faydalı olabileceği gibi, sanatçı bireye negatif örüntülere de sebebiyet verebileceği olasılığıdır. Bu yöndeki görüşler tartışma ve öneriler bölümünde ele alınmıştır.

Günümüzde ağırlıklı olarak psikososyal, bilişsel ve davranışçı yaklaşımların kullanılması ön planda olmasına rağmen, ilk yaklaşımların psikodinamik/psikanalitik olduğunu ve çoğu günümüz yaklaşımlarının da bu temelle geliştiğini hatırlatmak doğru olacaktır.

Psikanalitik yaklaşıma göre anksiyete veya sosyal kaygı buz dağının tepesi olup çocuklukta yaşanan travmatik anıların yansımalarıdır. Çocuk, kendi kişilik faktörleri, inançlar, fanteziler doğrultusunda edindiği bilinçaltı süreçleri sonucunda, benzer kişi ve olaylarla karşılaştığı durumlarda sürekli korku ve kaygı ve durumdan kaçınma yatkınlığı gösterir. Dinamik terapilerde haftada bir veya iki bir araya gelen terapist ve danışan yaptıkları 40-50 dakikalık seans süresince bireyin bilinçaltına erişme ve sıkıntılarının ana kaynağına ulaşma çabası ön plandadır. Bu çalışmalarda danışman genel olarak pasif konumda olup danışanın konuşmasını, yani katarsis yaşaması sağlanır. Bu çalışmalarda karşılaşılabilen en önemli zorluklar bireyin savunma mekanizmasının devreye girerek direnç göstermesi, çalışmayı unutması, gelmemsi, unutulması kısaca terapiye hazır olmamasıdır (Yalom, Roth, Almond 2014).

2.3.7.1. Psiko-eğitim

Psiko-eğitim kaygı ve özellikle sosyal kaygısının yüksek olduğu tespit edilen bireylerde kullanılan sağlatım modellerinden biridir. Bireylerin, bu çalışmalar ile kaygının doğası ve psiko-fizyolojik, bilişsel ve davranışsal paternler çerçevesinde eğitilerek, süreçlerini

kendi ve ailedeki bireyleri açısından değerlendirebilecekleri farkındalığa sahibi olması hedeflenir. (Birmaher ve Ollendick, 2004, Mercan 2007, Yalom, Roth, Gruber, Heimberg 2014).

Bireylere verilen bilgiler sırasında danışanın veya ailesinin başından geçen olaylar baz alınabileceği gibi danışmanın da kendi yaşadıklarına benzer olaylar yaşadığının altı çizilerek terapide ‘kendini ‘açma modeli olarak da kullanılabilir. Psikoeğitim diğer sağlatım modelleri ile birlikte kullanıldığında alınan sonuç daha güçlü olmaktadır (March ve Ollendick, 2004, 2007; Last, Hansen, ve Franco, 1998; Mercan 2007; Yalom, Roth, Gruber, Heimberg 2014)

2.3.7.2. Kişisel Kontrol

Kişisel kontrol eğitimi psiko eğitimle beraber, sosyal kaygı sonucu bireyde ortaya çıkan rahatsız edici psiko-fizyolojikolumsuz ve gerçek dışı düşünceler sonucu ortaya çıkan kaçma davranışını belirlemeye ve bireyin kontrol sağlamasını sağlamaya çalışan bir yöntemdir. Birey tarafından tutulan günlükler dönem dönem yaşanan kaygı, korku ve kaçınma davranışının süreçlerine ilişkin net bilgiler içerdiğinden özellikle entelektüel düzeyi yüksek ve terapiye hazır bireyin kişisel kontrolünü sağlamada son derece etkili yollardan biridir. Ayrıca danışmanlara da danışma öncesi ve sonrası kaygı değişikliğinin anlaşılmasında yardımcı olur (Ginsburg ve Walkup, 2004, Mercan 2007, Yalom, Roth, Gruber, Heimberg 2014).

2.3.7.3. Progresif Relaksasyon /Kademeli Gevşeme

İlk kez 1930 yılında EdmundJacopson tarafından geliştirilen bu teknik, stres, kaygı ve korku sırasında yaşanan fizio-psikolojik gerginlik sonucu bireyin gevşeme yolu ile bedensel verilerini kendi kontrolünde tutmayı öğrenmesini amaçlar. Yakın dönem yeni davranışçı terapistler tarafından farklı modifikasyonlarla uygulanmasına devam edilen teknik değişik kas gruplarının ayrı ayrı ve/veya birlikte kontrol edebilme becerisi prensibine dayanır ve kademeli olarak çoklu seanslar halinde ve terapist eşliğinde yapılan bir çalışmadır (Yalom, Roth, Lehrer, Carr, 2014)

Bu eğitim genel anlamda otonomik ve bilişsel kökenli problemlerin temelinde çoğunlukla kas gerginliklerinin yattığı ve birbirini zincirleme olarak tetiklediği varsayımından hareketle geliştirilmiştir. Otonom sistem ile somatik kas gerilmelerinin altında yatan mekanizmayı de en iyi açıklayan ErnstGelhom olarak literatürdeki yerini almıştır (Yalom, Roth, Lehrer, Carr, 2014).

Gelhom çizgili kasların (istemli kaslar) beynin retiküler kısmına büyük ölçüde sinir girdisi ile bağlandığını, bunun da kalp aktivasyonunu hızlandıran, kan basıncı ve terlemeyi kontrol eden ve kişiye tehlike anında kaç veya savaş komutunu veren sempatik sistemin örüntülerini üreten sistem olduğunu tespit etmiştir. Bu düşünceden hareketle Jacops kademeli gevşeme sağlanırsa beyindeki sempatik sinir sisteminin aktive edilmesi duracak, dolayışı ile bağlantılı tetikte olma hali de ortadan kalkacaktır savını geliştirmiştir. Bu yüzden kademeli gevşeme seansları sırasında (otojenik eğitimin aksine) düşünme ve konuşma olmamalıdır, zira konuşma içsel dahi olsa, vokal kaslarda gerginlik yaratacağından gevşemeyi engelleyecektir. Bu bağlamda bireyin kendi bedenine konsantre olması terapinin başarılı olabilmesi için son derece önemlidir (Akt. Yalom, Roth, Lehrer, Carr, 2014).

Jacopsun kullandığı model derin, sakin ve huzurlu bir ortam, doğru postür ve uzun süren bir süreci kapsamaktadır. Günümüzde, zaman zaman bir iki oturumla sınırlandırılmaya çalışılsa dahi her biri ayrı oturum olmak üzere, klasik aşama sıralaması şöyledir. İlk olarak kollar, ikinci olarak bacaklar, üçüncü oturumda, gövdenin gevşeme çalışması, dördüncü aşamada boynun çalışılması, beşinci oturumda göz kaslarının gevşetilmesi, altıncı oturumda konuşma bölgesinin gevşetilmesi, çalışılır. Beden üzerinde terapist eşliğinde belirli bir hakimiyet elde edildikten sonra, yedinci oturumda diferansiyel (farklılaştırılmış) gevşeme üzerinde çalışmalar yapılır. Bu çalışma kasları germe ve gevşeme basınç farklarının hâkimiyetinin öğrenilmesidir. Son ve sekizinci etapta ise birey bu öğrendiklerini kendi günlük hayatında kullanma ve stersle baş edebilme becerisini geliştirmek için terapist ile bir araya gelir (Yalom, Roth, Lehrer, Carr, 2014).

Yalom, Roth, Lehrer, Carr(2014) aktardıklarına göre nadir de olsa gevşeme stratejileri uygulanan bireylerden bazılarında gevşeme kaynaklı ani anksiyete veya panik yaşandığı görülebilmektedir. Bu durum hakkında detaylı bir araştırma ve/veya nedensellik ilişkisini ortaya koyabilecek araştırmalar bulunmamaktadır.

2.3.7.4. Otojenik Eğitim /Somatik Kontrol Egzersizleri

Günümüzde kaygı ve sosyal kaygı terapilerinde, psiko-fizyolojik öz düzenleme becerisi üzerine yapılan, önemli bir sağlatım şekli olarak kullanılan otojenik eğitimin geçmişı 1900'lü yıllar Almanya'sına dayanır. Bu yöndeki en kapsamlı kitap WolfkangLinden (1900)'e

ait kitap olsa dahi, ilk kez JohanSchult (1930) tarafından geliştirilmiştir (Mercan2007, Yalom, Roth, Linden, Lenz 2014).

Eğitimin amacı bireyde otonom sisteme (istem dışı) ait farkındalık ve kontrol sağlanmasını geliştirmektir.

Bu bağlamda genellikle altı farklı oturumda bireyin farklı bir otonomikfonkusiyonu baz alınarak çalışılır ve farkındalık, kontrol çalışmaları yapılır. Son çalışmalar ise egzersizlerini kendilerine göre hayatlarına adapte edebilme ve alışkanlık haline getirebilme becerisinin sağlanması çalışmasıdır. Her seans bireyin gevşemesi için doğru ortam ve postürde oturtularak ya da uzanması sağlanarak başlar. Önceleri terapist tarafından verilen telkin ve yönergelerle o gün çalışılması hedeflenen otojenik/somatik bölge üzerine zaman zaman danışanın öz hipnotik ve sesli veya düşünsel konuşmalarının da eklenmesi ile devam eder. Amaççevresel dikkat dağıtıcılarından arınmayı öğrenen bireyin direk kendi otonom sistem ile çalışan organ/sistemlerine doğru şekilde odaklanabilmesini sağlatabilmektir (Yalom, Roth, Linden, Lenz 2014). Diğer bir deyişle. WalterCannon (1920) önerdiği üzere bireyin sempatik ve parasempatik sinir sistemi ve refleksleri arasında bir denge yani homeostatissağlamaktır. Bu yönü ile biyo-davranışçı bir terapi şekli olduğu söylenebilir (Aktr.Yalom, Roth, Linden, Lenz 2014).

İlk çalışma kas/müküler yoğunluğunun/ağırlığının hissedilmesi üzerine olup dominant kolla başlanır sonradan bacaklarla devam edilir. İkinci oturumda ise daha ziyade vasküler yani kan damarlarının bilinçli bir şekilde kontrol edilebilmesi hedeflenir. Üçüncü oturumda kalp atışlarının hissedilmesi ve düzenlenmesi hedeflenir. Bazı danışanlar için kalbini elleri ile hissetmek ürkütücü olabilir. Bu tip sıkıntılar yaşayan danışanlara ‘kardiyak fobik’ denir ve tedavi edilmeye çalışılan kaygısının tetiklenmesine karşı, öncelikle maruz bırakma olmak üzere kombine çalışılması tavsiye edilir. Dördüncü çalışmada nefes düzenleme egzersizleri ön plandadır. Beşinci çalışma vişeral organların (karın boşluğundaki organların ve sinir ağlarının) kontrol edilebilmesi hedeflidir. Altıncı oturumda ise başın ve düşünce yapılarının düzenlenmesi hedeflenir. Başta/alında serin bir hava akımının varlığını imgelemek bireylerdeki beyne giden kan akışının düzenlenmesine fırsat verdiği görüşü bazı bilim adamları tarafından kabul edilirken bazıları tarafından reddedilen bir düşüncedir. Özetleyecek olursak otojenik eğitim bireyi üzen ve sinirlendirir, kaygıya sokan durumlar karşısında doğru kararlar vermeyi ve/veya olumsuz durum geçtiğinde kolaylıkla toparlanmayı sağlamaya

yarayan otokontrol mekanizmasının eğitilmesidir (Mercan2007,Yalom, Roth, Linden, Lenz 2014).

2.3.7.5. Bilişsel-Davranışçı Yaklaşım

Sosyal kaygı ve genel anlamda kaygı sorunları yaşayan bireylerde,günümüz koşullarının geçmiş temsillerini anlama ve bireyde otomatik reflekslere dönüşmüş olumsuz inanış,düşünce ve duyguların anlaşılmasına yarayan bilişsel davranışçı terapiler özellikle bu işlevsel olmayan inanış ve temsillerin düzeltilmesinde ve yerlerine yenilerinin konmasında başarılı olunan yöntemlerden biridir (Sweeney ve Rapee, 2001, Kearney, 2005, Heimberg ve Becker, 2002,Mercan2007,Yalom, Roth, Gruber,Heimberg 2014).

Bu yaklaşımda zaman sınırlaması olmaksızın bireyin kişilerarası ilişkilerine direkt olarak odaklanması sağlanır.Süreç kendi içerisinde belirli adımlar çerçevesinde geliştirilir,Bu adımlar,bireyi bilişsel çarpıtmaları konusunda eğitmek, kaygı yaratan durumda hissedilen gerçektışı düşünceleri tanımlayabilmek ve sınıflandırabilmek, doğru yansıtma ve sorgulama teknikleri ile bu düşünceleri değerlendirmek, olaylara gerçekçi bakış açısı ile bakabilmek ve uygun olan yeni düşüncelerle yeniden yapılandırmaktır.Bu şekilde birey, sorun olarak algıladığı kişi ve/veya olayları negatif etkilemekten ve felaketleştirmekten ziyade sorunlara daha pozitif yaklaşımlarla yüzleşmeye hazır hale getirilebilir (Bond ve Dryden, 2002; Friedberg ve McClure, 2002,Mercan 2007).

Grup halinde yapılacak bilişsel yeniden yapılanma sağlatımları ise kişinin performansı ile ilgili geri bildirimlerle, zihinsel temsillerini değiştirmeye ve yeniden yapılandırmaya yönelik olumlu sonuçlar sağlayabilir (Coles, Hart, Heimberg, 2001,Mercan, 2007).

Yapılan araştırmalar, bilişsel terapilerin diğer sağlatım teknikleri ile eş zamanlı kullanıldığında daha başarılı sonuçlar elde edildiğini kanıtlamaktadır.Bilişsel grup terapisi duygusal ve davranışsal olumsuz örüntüyü bozarak yerine yeniden yapılanmış olumlu düşünce ve davranış kalıplarının yerleştirilmesini kapsar. Böylelikle bireyin kendisine ilişkin olumsuz zihinsel algılarını, diğerlerinin bakış açısı ve alternatifleri ile değiştirebilecek farkındalığa erişir (Coles, Hart, Heimberg, 2001, Mercan, 2007).

2.3.7.5.1. Bilişsel Yeniden Yapılandırma

Clark ve Wells (1995), Rapee ve Heimberg (1997)'e göre sosyal kaygı, bireyin geçmişten edindiği yanlış inançlarla ilişkilidir. Bireylerin sosyal durumları tehlikeli olarak algılamaları bu yanlış temsil mekanizmalarının sürekli aynı yörüngede otomatik olarak devreye girmesinden kaynaklanmaktadır. Bilişsel yeniden yapılandırma tekniği öncelikle kaygı yaratan durum öncesi kişide gelişim gösteren düşünce kalıpları, sokratik sorularla anlamaya ve bireyin kendisine anlatmaya ve işlevsel olmayan inanışlar yerine yeni düşünce temsillerinin yapılandırmasına vurgu yapar. Böylelikle birey benzer durumlarla karşılaştığında hızlı bir şekilde içinde bulunduğu durum hakkında gerçekçi kararlar verebilme ve durma göre doğru davranış biçimini seçebilme pratiğine kavuşmuş olur (Heimberg, 2002, Mercan 2007, Yalom, Roth, Gruber, Heimberg 2014).

2.3.7.5.2. Maruz Kalma/Bırakma Alıştırmaları

Kaygı odaklı kaçınma davranışı gibi problemlili davranışları kontrol amaçlı sağlatım modellerinden biri de maruz bırakma/kalma alıştırmaları olarak bilinir. Bireyin yanlış inançları sonucu, çekindiği sosyal ortamlara ödev gereği girmesi ve yüzleşmesi sağlanarak, öz yeterliliğini geliştirebilmesinin önü açılmış olur (Albano, Detweiler ve Longsdon-Conradsen, 1999, Mercan 2007; Yalom, Roth, Gruber, Heimberg 2014).

Maruz bırakma tekniği diğer tekniklerle birlikte kullanıldığında daha iyi sonuç alındığı bireylerin kendileri ve karşılaştıkları sosyal durumlar hakkındaki yanlış ve işlevsel olmayan düşüncelerini kolaylıkla değiştirebildikleri görölmektedir. Bu süreç en az kaygı yaratan durumdan en çok kaygı yaratan duruma doğru ve psiko-eğitim, otojenikeğitim, progresif relaksasyon, sosyal beceri ve atılganlık eğitimi ile birlikte eş zamanlı olarak kullanılır (Silverman ve Kurtines, 1996, Mercan 2007, Yalom, Roth, Gruber, Heimberg 2014).

Bireyin sosyal kaçınma davranışının ve gösterdiği tepkinin yanlış olduğunu anlamasını ve davranışını değiştirmesini sağlayacak olan maruz bırakma süreci önce düşünsel olarak ele alınır, ardından sözel olarak ifade edildiği sosyal durumun sahnelenmesi ve eğer grup ile bir çalışma söz konusu ise ortamda çalışılması sağlanır. Sonraki aşamalarda hafif kaygı nedenlerinden ağır kaygı tablolarına ve hatta gerçek yaşam içinde maruz kalmaya kadar çalışma derinleştirilir (Silverman ve Kurtines, 1996, Kearney ve Albano, 2000; Akt: Kearney 2005, Mercan 2007).

Gerçek yaşamda yapılan maruz bırakma çalışmaları ise öncelikle bireyin hazır olması ile ilgili olarak tasarlanır. Birey için korku ve kaygı kaynağı olabilecek sosyal ortamlara girme alıştırmaları bu tür çalışmalardandır (Yalom, Roth, Gruber, Heimberg 2014).

Sosyal iletişimde olduğu gibi sosyal kaygının da temelinde sözel ve sözel olmayan etmenler bulunur. Sözel becerilerin başında uygun konuşma yani dil kullanımı, sözel olmayan beceriler ise göz teması ve beden dili olarak literatürde yerini almaktadır. Bireydeki bu öz yeterlilik eksikliği dil kullanımı dışında göz temasından kaçınma ve/veya beden dilini sosyal iletişime açık veya doğru kullanmama şeklinde ortaya çıkabilir. Tüm bu maruz bırakma ve diğer bilişsel teknikler sözlü olmayan becerileri de yeni baştan düzenleme amacına hizmet eder (Beidel, Turner, ve Morris, 2000b, Mercan 2007, Yalom 2014, Heimberg, 2002).

Son yapılan araştırmalara göre maruz bırakma yöntemi bilişsel-davranışçı terapilerde başarı oranını yükselten bir değişken olarak görülmektedir. Ancak buradaki en önemli husus kişinin kaygı duyduğu ortamla bire bir yüzleşmesi ve direk olaya konsantrasyonunun yüksek olmasıdır. Ancak bu konsantrasyon oluşup kaçınma oluşmadığında terapinin başarılı olduğu varsayılır (Foa ve Kozak 1986, Wells ve Papageorgiou 1998, Mercan 2007).

2.3.7.6. Sosyal Beceri ve Atılganlık Eğitimleri

Sosyal kaygı yaşayan çoğu bireyin iletişimsel becerilerinin de zayıf olduğu olgusundan hareketle sosyal beceri ve atılganlık eğitimi diğer tekniklerin yanı sıra sıkça kullanılan sağılatım araçlarından (Kearney, 2005, Heimberg, 2002, Mercan 2007).

Bu eğitim modellerinde bireyler bir yandan, kendini tanıtmaya, sohbeti başlatma ve sürdürme, kaygı nedeni durum ve problemlerle başa çıkma ve çözüm bulma çalışmaları yaparken atılganlık için, yazılı sözlü sunumlar yapabilme, duygularını uygun biçimde ifade etme, adres sorma gibi atılganlık davranışları gösterebilme becerilerini geliştirme amaçlıdır (Emmelkamp ve Scholing, 1997, Mercan 2007).

Bu tür kaygıya yönelik atılganlık ve beceri geliştirme eğitimleri diğer bilişsel ve davranışsal tekniklerle birlikte kullanıldığında sonuç alma daha hızlı ve efektif hale getirilebilir (King, Murphy, & Heyne, 1997, Yalom 2014, Heimberg 2002).

Bu eğitimlerde model olma, rol oyun süreçleri ve bazı sosyal davranış modeli provaları geri bildirimler eşliğinde çalışma imkânı verir. Bu şekilde sıkıntılı sosyal durumlar için alternatif çözüm arayışları ile kişideki kaygı düzeyi sarmal şeklinde bu becerilerin de

gelişimini engelleyen durumu ortadan kaldırmaya yöneliktir (Cartledge ve Milburn, 1995, Christoff ve ark., 1985)

2.3.7.7. Sosyal Kaygının Grup Terapisi ile Ele Alınması

İlk kez Aharon Beck tarafından betimlenen ‘otomatik düşünceler’kişinin kendisi, insanlar, gelecek ve genel olarak dünya hakkındaki gerçek dışı ve mantığa sığmayan önyargılara dayanan ve benzer durumlar karşısında düşünmeden gösterdiği refleksif hareketler olarak tanımlanır (Yalom, Roth, Gruber, Heimberg 2014).

İlgili literatürde grup tedavilerinde amaç benzer kaygı semptomları gösteren kişilerin bir araya getirilerek bu otomatik düşünce ve bağlamındaki refleksif davranış örüntülerinin, sorgulanarak kırılması ve verilecek tepkinin ancak akılcı ise ortaya konmasının sağlanmasıdır.

Grup terapisinin sosyal fobikler için ilk planda ürktücü olduğu varsayılrsa dahi bireye öncelikle kalabalık önünde konuşmaya teşvik etmesi, başkalarının da benzer problemler yaşadığını görebilmesi, bu durumun anormal bir kusurluluk olmadığı ve aşılabileceğinin fark edilmesi, zamansal ve madden tasarruf sağlaması, grup halinde maruz kalma simülasyonlarının yapılabilmesi, diğerler grup üyelerini gözleme yolu ile dolaylı öğrenme ve cesaret sağlayabilmesi, diğerlerine yardım ederken öğrenme ve bağımsızlık kazandırabilmesi bakımlarından hizmet ettiği vurgulanmaktadır (Sank ve Shaffer 1984, Mercan 2007, Yalom, Roth, Gruber, Heimberg 2014).

Öte yandan sosyal kaygının grup terapisi ile ele alınmasının sınırları ise, grup terapisi sırasında yeniliğe açık, entelektüel düzeyi yüksek ve değişime hazır olanlar ile bu özellikleri taşımayan veya kendilerinde az barındıranlar arasında terapi sürecinden faydalanma /verim alabilme oranlarının zaman ve oran olarak farklı olması, bundan dolayı olası depresif komplikasyon riski, ev ödevlerinin zamanında ve doğru olarak yapılmaması ve bunun kontrolünün bireysel terapiye göre daha zor yapılabilmesi, maruz kalma simülasyonlarında bazı bireylerde daha derin sorunlarının fark edilip ancak kişiyi bireysel terapiye yönlendirmede güçlük çekilmesi olarak özetlenebilir (Yalom, Roth, Gruber, Heimberg 2014).

2.4. ÖZ YETERLİLİK

Tarihsel süreç içerisinde insan bilgisinin kaynağı, öğrenme süreçleri ve kapasitelerini etkileyen faktörler, epistemoloji ve zihin felsefesinin en önemli problemleri olmuştur. Özellikle modern düşüncenin çıkış noktası olarak kabul edilen Kartezyen/Descartes’çi

Rasyonalist düşüncenin Apriori yani doğuştan tanrı tarafından hazır bilgi ile donanmış olarak doğan insan bilincine karşı (Descartes 1641-1644, Aktlr. Akın 2017, Dürüşken 2017.), öğrenme sürecini, Empirist/deneyciliğe dayandırarak savunan İngiliz düşünür J. Locke'un kuramları, (Gökberk,1994) bu yöndeki çoğu günümüz bilişsel öğrenme kuramına temel oluşturmuştur (Dewey, 1910; Tolman ve Postman, 1954; Vygorsky, 1963; Bandura, 1971; Akt., Pirlibeylioğlu, B., 2015). Aynı düşünceden hareketle, J.Locke, bireyin kendilik algısını, doğrudan kendi deneyimleri ile edindiği bilgiler ışığında oluştuğu gibi, çevreden edindiği sosyal iletişim ve karşılaştırma sonucu da kendisi hakkında bir yargıya varma yoluna gidebileceğini savunmuş ve Hume, Kiklstrom, Cantor gibi kuramcılar da bu düşüncelerin en önemli takipçileri / geliştiricileri olmuşlardır (Gödelek 2015).

Bu çalışmaların ortak amacı toplumu oluşturan bireylerin öğrendikleri bilgileri daha kalıcı ve anlaşılır hale getirmeye çalışmaktır. Bu doğrultuda insanın, toplumsal bir varlık olduğu ve sosyal etkileşim içerisinde daha kolay ve kalıcı öğrenme süreçleri yaşadığını belirten Albert Bandura tarafından oluşturulan Sosyal Öğrenme Kuramı, günümüz psikoloji kuramları içinde öne çıkan, en önemli çalışmalardandır.

Sosyal Öğrenme Kuramı, Bayrakçı (2007)'ya göre davranışçı yaklaşımın kuralcı tutumlarının insanı bütüncül bir çerçevede açıklamada yetersiz kalmasından dolayı ortaya atılmış ve insanın sosyal etkileşim içerisinde kendisini daha iyi ifade edebileceğini belirten bir yaklaşımdır. Bu doğrultuda sosyal öğrenme kuramına sosyal bilişsel öğrenme modeli de denmektedir.

Sosyal bilişsel öğrenme modeli, insanların sosyal etkileşime girdikleri diğer insanları gözlemleyerek bilgi, beceri, yetenek ve yeteneğine olan inancın fark edilmesi ve bireyin gözlem sonucunda davranışsal anlamda gelişmesi öngörüsüne dayanmaktadır (Yeşilyaprak, 2017). Yani bireyin çevreden gelen uyarıcılar ile bilişsel süreçlerinin birlikte hareket etmesi sonucunda öğrenme gerçekleşmektedir.

Bandura, Sosyal Öğrenme modelinde bireyde öğrenme süreçlerini, başlıca dikkat, hatırd tutma, yeniden üretme ve motivasyon basamakları sonrasında gerçekleştiğini savunur. Nitekim, bireyin model aldığı davranışı öğrenebilmesi ve tekrarlayabilmesi için öncelikle dikkatlice izlemesi, gerektiğinde tekrarlayabilmesi için belleğine görsel, sözel ve sembolik olarak kodlaması/kaydetmesi, ardından gerekli hissettiği durumlarda yeniden üretmesi ve

karşılığında da motive olduğu ödül/ceza sonucuna ulaşması beklentisi, yaptığı Bobo testi sonrası elde ettiği sonuçlar doğrultusunda gelişmiştir (Yeşilyaprak, 2017).

Bu bilgiler ışığında, bireyin yukarıda da ifade edildiği şekilde, aslında içsel ve benzersiz bir mekanizma olan kendilik algısı hakkındaki fikirlerini de yine çevresi ile olan sosyal ve etkileşimsel doğrultuda edindiği/şekillendirdiği gerçeğine ulaşılmaktadır.

Stadjkovic ve Luthans (1998), Bandura'nın oluşturduğu sosyal/bilişsel öğrenme kuramını başlıca altı temel ilkeye dayandırır.

Öncelikle bireyin davranışı, çevre ile karşılıklı etkileşim halinde olduğundan, kişinin sonradan davranışsal edimlerini belirler. Bunun yanı sıra, bireyin davranışı da karşı etkileşim ile çevresini değiştirme potansiyelini içinde barındırır. Bu ilk ilkeye kısaca “*karşılıklı belirleyicilik*” denir.

İkinci ilke ise sembolleştirme kapasitesi olarak adlandırılır. Bu ilkeye göre Bandura, bireylerin, dünyayı bilişsel semboller/temsiller aracılığı ile görüp algıladıklarını savunur. Bu temsiller ve semboller aracılığı ile dil kullanma süreçleri geçmiş, günümüz ve gelecekteki yaşam süreçleri hakkında davranış örüntüleri planlanmaktadır.

Bu ilkeye paralel, üçüncü ilke olarak, geleceği planlayabilme kapasitesi ise öngörü kapasitesi olarak adlandırılır.

Diğer bir ilke ise, bireylerde ve özellikle çocukluk yıllarında çevrelerinde ve/veya medyada gördüğü, model aldığı birey davranışlarını ve sonuçlarını gözlemleme sureti ile öğrenmesini ifade eden dolaylı öğrenme kapasitesidir.

Bireyin öğrenme stratejilerinden en önemli ilkelerinden biri de kuşkusuz öz düzenleme kapasitesidir. Bireyin kendi davranışlarını incelemek sureti ile kendi kriterleri doğrultusunda yeniden düzenleme ve uygun hale getirebilme kapasitesine denir.

Son olarak konumuz değişkenlerinden öz yargılama veya öz yeterlilik kapasitesi ise bireyin hedeflediği performansı gösterebilme, organize edebilme ve beklenen başarıyı gerçekleştirme kapasitesi hakkında kendini değerlendirmesi olarak betimlenmektedir.

Sosyal öğrenme kuramının temel ilkeleri arasında yer alan öz yargılama ya da öz yeterlilik kapasitesi, öğrenme psikolojisi alanında yapılan çalışmalarda öncelikle tercih edilen

konuların başında yer aldığı gözlenmektedir. Bandura (2001), öz yeterlilik kapasitesi olarak özellikle bireyin performansa dayalı bir davranışın öğrenilmesinde bireyin kendisine yönelik yargısının araştırılması gerektiğini vurgulamaktadır.

2.4.1.Öz Yeterlilik Kavramı

Öz yeterlilik, sosyal öğrenme kuramının kuramcısı olan Bandura (1986) tarafından bireyin hedeflenen bir performansı sergileyebilmesi için çevre koşullarını düzenleyerek kendisinde o performansı gerçekleştirme gücünü bulabileceğine yönelik bir yargı olarak tanımlanmaktadır (Akt., Pirlibeylioğlu, 2015). Diğer bir deyişle öz yeterlilik, bireyin herhangi bir durumda belirli bir performansı gerçekleştirebileceğine yönelik kişisel yargılarını içermektedir.

Yapılan alanyazın taramasında öz yeterlilik kavramıyla ilgili çok farklı tanımlamalara ulaşmak mümkündür. Buna göre Kuzgun (2011) öz yeterliliği, bireyin içerisinde bulundurduğu kapasitenin, daha önceki iş yeterliliklerinin, güdülerinin ve öz ile ilgili diğer bileşenlerin yapılacak, gösterilecek yeni performanslara giriş cesaretinin gösterilip gösterilemeyeceğini ve girilen bir performansta ise devam sağlanıp sağlanmayacağını belirleyen bir güç olarak tanımlamaktadır.

Bıkmaz (2002)'a göre öz yeterlilik, bireyin herhangi bir problem durumu ile karşılaştığında, bu probleme karşı nasıl bir performans göstereceğini ve ne kadar süre dayanıklılık göstereceğine yönelik kapasite olarak tanımlanmaktadır. Bireyin bir problem durumu karşısında yeteneklerine ve becerilerine yönelik inancı zayıfsa problem ile baş etme kapasitesi de düşük olacaktır. Bu durumda bireyin problem durumlarında çözüme ulaşması için kendi gücüne ve yeteneklerine yönelik inançlı olması gerekmektedir.

Başka bir tanımlamaya göre öz yeterlilik, bireyin herhangi bir durumla ilgili olarak ne yapabileceğine yönelik inancı ve yetenekleri, becerileri doğrultusunda durumla mücadele etme gücüdür (Snyder ve Lopez, 2002). Yani bir diğer ifadeyle bireyin hedeflenen bir davranışla veya karşılaşılan bir güçlükle ilgili olarak ne yapabileceğini gösteren kapasitesidir.

Yıldırım ve İlhan (2010)'a göre ise öz yeterlilik, bir hareketin organize edilip hareket için gerekli donanımların bilincinde olunması ile birlikte bunların düzenlenmesini içeren ve problem oluşturulabilecek tüm aşamaların geçilerek pozitif bir algı oluşturabileceği düşünülen güdülenme düzeyi olarak tanımlanmaktadır.

Tüm bu tanımlamalar ışığında öz yeterlilik, genel anlamda bireylerin herhangi bir davranış girişiminde bulunmadan önce davranışı geliştirebileceğine yönelik kişisel tüm yargıları ve yapabilme kapasitesidir.

Bandura (1977)'ya göre öz yeterlilik, bireylerin bir davranışı gerçekleştirmek üzere gerek duyulan tüm donanımların düzenlenerek davranışın yapılıp yapılamayacağına yönelik tüm yargıları içermektedir. Alanyazındaki çalışmalar göz önünde bulundurulduğunda (Stadjkovic ve Luthans, 1998; Bandura, 1977; Bandura, 2001; Snyder ve Lopez, 2002) bireylerdeki öz yeterlilik algısını yaptıkları seçimler, çalışmaları, kararlılıkları ve değişen yaşam koşullarına adapte olmaları oluşturmaktadır. Bandura (1977)'ya göre bireylerin bir davranışı gerçekleştirmek için gerekli olan tüm becerilere sahip olmalarına rağmen öz yeterlilik algılarının düşük olması, başarısız olmalarına ya da o davranışı denememekten korkmalarına neden olmaktadır.

Bireylerin hareketleri, gerçek anlamda hangi davranışı yapıp yapamayacaklarından çok, yapıp yapamama konusundaki algıları ile şekillenmektedir. Nitekim bireyler, gerçek anlamda gerçekleştirebildikleri becerileri değişen yaşam koşullarıyla birlikte gerçekleştiremeyebilmektedir. Stadjkovic ve Luthans (1998)'a göre gerçek anlamda beceri sahibi olan bazı bireyler, mevcut becerilerine ilişkin duydukları şüphelerden dolayı problem yaşamaktadırlar. Bandura (1977)'ya göre bu durum bireylerin öz yeterlilik algılarının düşük olmasından kaynaklanmaktadır.

2.4.2.Öz Yeterlilik Gelişimini Etkileyen Faktörler

Öz yeterlilik algısı, bireylerin çocukluk yıllarından itibaren çeşitli etmenlerin etkisiyle birlikte oluşmaktadır. Bandura (2001)'ya göre bireylerin öz yeterlilik algılarını oluşturan etmenler, bireyin fizyolojik ve psikolojik durumunu etkileyen genetik faktörler ve yanı sıra, zamanla edinilen dolaylı ve dolaysız edinilen kişisel tecrübeler ile sözel iksnaldır.

Öz yeterlilik üzerinde bu etmenlerden en önemli ve etkisi kişisel tecrübeler olmaktadır. Kişisel tecrübeler, bireylerin başarılı veya başarısız olarak sonuçlanan etkinlikleri sonucunda elde ettikleri bilgilerdir. Elde ettikleri başarılar, bireylerin öz yeterlilik algılarını pozitif anlamda etkilerken elde ettikleri başarısızlıklar, öz yeterlilik algılarını negatif anlamda etkileyip düşürecektir (Çubukçu ve Girmen, 2007). Bandura (1986)'ya göre bireylerin kişisel tecrübelerinin başarıyla sonuçlanması öz yeterlilik algılarının güçlenmesine ve zaman

içerisinde oluşabilecek olumsuz durumlardan fazla etkilenmemelerine yol açmaktadır (Akt., Pirlibeylioğlu, 2015).

Öz yeterlilik üzerinde etkili olan bir diğer etmen dolaylı yoldan edinilen tecrübelerdir. Bireyin fiziksel, psikolojik veya akademik anlamda kendisine benzer kabul ettiği başka bir bireyin herhangi bir durumda başarı kazanması veya başarısız olması kendisine yönelik belirtilen davranışı yapıp yapamayacağına yönelik yargısını oluşturabilmektedir (Çubukçu ve Girmen, 2007). Sosyal öğrenme kuramının ana felsefesi olan gözlem yoluyla öğrenme, bireylerdeki öz yeterlilik algısının oluşmasında da önemli bir etken olmaktadır. Bireylerin gözlemledikleri ve kendilerini yakın hissettikleri kişilerin herhangi bir zor durumda kaldıklarında baş etme becerisine sahip olduklarını görmeleri kendilerine yönelik olumlu öz yeterliliğe sahip olduklarını göstermektedir (Kuzgun, 2011).

Öz yeterlilik üzerinde etkili olan bir diğer sözel iknadır. Bireyin kendi arkadaş, eş dost, ebeveyn ve kardeşleri tarafından herhangi bir davranışı yapıp yapamayacağına yönelik tavsiyeler ve teşvikler bireyin öz yeterlilik algısını etkilemektedir (Çubukçu ve Girmen, 2007). Bireyin kapasitesi ve yetenek alanı dışındaki tavsiye ve teşvikler, bireyin yapmış olduğu davranışların olumsuzlukla sonuçlanacağından öz yeterlilik algısını düşürecektir. Bu durumda bireylerin daha gerçekçi tavsiyelere ve teşviklere ihtiyacı olacaktır (Ayseven, 2016). Stadjkovic ve Luthans (1998)'a göre bireylerin kapasitesi dışında sözel ikna yoluyla verilen tavsiyelerin öz yeterlilik algısını düşürmesi, kapasitesi dahilinde verilen ve beceri geliştirmesine imkan tanıyan tavsiyelere göre daha kolaydır. Bu yüzden bireylerin öz yeterlilik algısını pozitif anlamda etkilemek için yetenek alanlarının ve bilişsel becerilerinin bilinmesi gerekmektedir.

Öz yeterlilik üzerinde etkili olan son etmen ise bireylerin fizyolojik ve psikolojik durumlarıdır. Bireylerin fizyolojik ve psikolojik durumu, herhangi bir problem durumu karşısında başarılı olup olamayacaklarına yönelik mental/zihinsel olarak hazır olmalarını kapsayan beklentileridir (Çubukçu ve Girmen, 2007). Buna göre öz yeterlilik algısı yüksek olan bir birey, herhangi bir problem durumu karşısında,öz yeterlilik algısı düşük olan bireye göre daha çok çaba sarf edip sabırlı davranmaktadır. Kısa sürede çözüme ulaşamamaktan çekinmemektedir. Ancak öz yeterlilik algısı daha düşük olan bir birey, kısa sürede çözüme ulaşmak istediği için kısa sürede pes edebilmektedir (Ayseven, 2016). Bunun yanı sıra bireylerin yaşadıkları stres ve duygu durum problemleri de öz yeterlilik algılarını etkilemektedir. Psikolojik sağlamlığı düşük olan ve kendisini fiziksel anlamda yetersiz

hisseden bireyler düşük öz yeterlilik algısına sahip olmaktadır. Bandura (2001)'ya göre bireyler herhangi bir zorluk karşısında bir korkuya ve olumsuz duygulara kapılmışsa duyuşsal anlamdaki duruşu da öz yeterlilik algısını düşürecektir. Nitekim duyuşsal anlamda yaşanan korku duygusu bireylerin başına gelecektir. Bu durumda bireylerin öz yeterlilik algılarının geliştirilmesi gerekmektedir.

Öz yeterlilik, bireylerin yaşamlarının ilk dönemlerinden başlayarak süregelen bir kişisel yargı mekanizmasıdır. Gelişimin yaşam boyu sürdüğü düşünöldüğünde bireylerin öz yeterlilik algılarının da bebeklik döneminden başlayarak gelişim dönemlerinin tamamında farklılık göstereceğı düşünölebilir (Çubukçu ve Girmen, 2007). Örneğın bebeklik döneminde bebeklerin verdikleri döngüsel tepkiler, farkında olunduklarını algıladıkları için sosyal anlamda kendileri yeterli hissetmektedirler. Bireylerin gelişim dönemleri dikkate alındığında sırasıyla ailenin, akran gruplarının ve okulun, öğretmenlerin öz yeterlilik gelişimlerini nasıl etkilendiğine dair araştırma bulgularına bu bölümde yer verilmiştir: (Kuzgun, 2011).

2.4.2.1.Aile Desteğı

Fiziksel gelişimin en hızlı olduğı ikinci dönem olan bebeklik döneminde bebekler, döngüsel tepkiler sağlayarak farkında olduklarını anlar ve olgunlaşmaya başlarlar (Bandura, 1977). Bilişsel gelişimleri açısından da oldukça önemli olan bu dönemden sonra çocuklar kendilerini ve çevreyi tanımaya daha elverişli bir hale gelmektedir. Nitekim ilk çocukluk dönemine dek çocuğun kendi kapasitesini keşfetmeye çalışması, çevresini merak etmesi, ilgilenmesi, sosyal beceriler geliştirmeye çalışması ve dil yeterliliğini sağlaması günlük yaşam içerisinde kendisini tamamlamaya çalıştığıının göstergesidir (Kuzgun, 2011).

Öz yeterlilik algısı, çocukların çevreyi ve kendilerini keşfetmeye başlamalarından sonra başlamaktadır. İlk olarak bebeklik dönemindeki döngüsel tepkiler şeklinde başlayan yeni davranış keşifleri bireylerin başarı duygusunu tatmasıyla birlikte sosyal ve bilişsel beceri kazanmalarına yol açmaktadır (Çubukçu ve Girmen, 2007).

Bebeğın ilk keşfettiğı yer ailesidir. Bu doğrultuda aile bebeğın sosyal ve bilişsel gelişimini sağlayabilmek ve yeni keşifler yapmasını desteklemek için onlara özgür ortamlar hazırlamalıdır. Bebeğın kendi öz yeterlilik algısını oluşturabilmesi ve neyi yapıp neyi yapamayacağını görmesi için ailenin sözel iknalarının yanı sıra bebeğın tecrübe kazanması gerekmektedir (Yeşilyaprak 2017).

2.4.2.2. Akran Gruplarının Desteği

Bebeğin öz yeterlilik algısının oluşmasındaki merkez ailenin kendisidir. Bebeğin kendisini keşfetmesi, çevreyi tanınması ve kapasitesini görmesi ailenin bebeğe bir ortam sağlamasına bağlıdır. Ancak Yeşilyaprak (2017)'a göre bireylerin büyüdükçe sosyal çevrelerini ailenin dışında arkadaş ve akran grupları oluşturmaya başlamaktadır.

Çocukların öz yeterlilik algıları, yaşları büyüdükçe elde ettikleri tecrübelerden dolayı değişkenlik göstermektedir. Elde ettikleri sosyal çevre ve buldukları akran grupları kendi kapasitelerini keşfetmelerinde ve öz yeterlilik algısının gelişmesinde önemli bir unsurdur. Nitekim Bandura (1977)'a göre de öğrenmelerin birçoğu akran grupları içerisinde gözlem yoluyla olmaktadır.

Çocuklardaki akran grupları benzer ilgi ve değerlere sahip olanlardan oluşmaktadır. Bu akran gruplarına seçilmek çocuklar için oldukça önem arz etmektedir. Özellikle akran grubu içerisinde ön plana çıkmak, rol sahibi olmak çocuklardaki öz yeterlilik algısını oldukça etkilemektedir. Örneğin düşük öz yeterliliğe sahip bir çocuğun akran grubu içerisinde prestij kazanması öz yeterlilik algısının yükselmesine yol açmaktadır. Bu durum, akran grupların çocukların öz yeterlilik gelişimini önemli ölçüde etkilediğini göstermektedir (Bandura, 1977).

Çocukların akran grubunun desteğine önemli ölçüde ihtiyaç duyduğu bir diğer dönem de ergenlik dönemidir. Ergenlik dönemi, çocukların genç yetişkinlik dönemine sürdürdükleri bir gelişim dönemidir (Yeşilyaprak, 2017). Çocuklar ergenlik döneminde yaşamın belli başlı zorluklarıyla mücadele etmeyi öğrenip yeni beceriler kazanmaya başlamaktadırlar. Bu konuda ailenin çocuğa uygun ortamı hazırlaması ve sorumluluk bilincini algılatması önemlidir.

Çocuğun kendisini iyiden iyiye tanımaya başladığı ergenlik döneminde aile desteği tek başına yeterli değildir. Çocuğun içerisinde bulunduğu akran grubu da sosyal gelişimini desteklemektedir. Akran grupları içerisinde çocuklar sorumluluk algısını geliştirmekte ve zorluklar karşısında mücadele etmeyi öğrenmektedirler. Benzer ilgi ve değerlere sahip akran gruplarında çocuklar problem durumları karşısında birbirlerini destekleyerek zorluklar karşısında baş etme becerilerini de geliştirmektedirler (Bandura, 2001).

2.4.2.3. Okulun Desteği

Okul, öğrencilerin hem sosyal gelişimlerini sağladıkları hem de bilişsel gelişimleri için gerekli hazırbuluşluğa sahip oldukları bir kurumdur (Çubukçu ve Girmen, 2007). Okul

içerisinde öğrenciler, olası problem durumlarına ilişkin problem çözme becerilerini öğrenmekte ve bilişsel yeterlilik alanlarını geliştirmektedirler. Çünkü öğrencilerin mevcut bilgi ve becerileri belirli aralıklarla test edilip güncel tutulmaya çalışılmaktadır (Bandura, 1977).

Okul, öğrencilerin sosyal beceriler kazandığı ve aktif olabildikleri bir örgüttür. Okul içerisinde öğrenciler akran grubu oluşturabilmekte, akran gruplarıyla birlikte kapasitelerini karşılaştırabilmekte ve performanslarını arttırabilmek için rekabet içerisinde olabilmektedirler. Tüm öğrencilere eşit şartlar sunulmasıyla gerekli ortamların hazırlanması öğrencilerin kendi oluşturdukları rekabet duygusuyla birlikte beceri kazanmada motive edici bir durum oluşturmaktadır. Bu durum öğrencilerin kapasitelerini ve öz yeterlilik algılarının geliştirmelerinde önemli bir unsur olmaktadır (Bandura, 1977).

2.4.3. Öz Yeterliliğin Performansa Etkisi

Bireylerin öz yeterlilikleri, bir davranış konusundaki tutumlarını, davranışa yönelik algılarını ve gerekli performansları etkileyebilmektedir. Bu yüzden bireyin herhangi bir konu hakkında sahip olduğu öz yeterlilik algısı, performansını da etkileyecektir (Pirlibeylioğlu, 2015).

Bireyler, herhangi bir davranışsal eylemde bulunurken yönergelerle uygun şekilde ne yapması gerektiğini bilse bile genellikle en iyisini yapmak için çok fazla çaba göstermemektedirler. Bunun nedeni, bireylerin kendi kapasitelerine ilişkin düşüncelerinin yapmış oldukları eylemler ve mevcut yönergeleri kısıtlamasıdır. Bandura (2001)'ya göre bireylerin herhangi bir problem karşısındaki öz yeterlilik algısı, problemin çözümü konusundaki bireyin motivasyonunu ve eylemlerini etkilemektedir.

Öz yeterlilik algısı yüksek olan bireylerin herhangi bir problem durumu ile karşılaştıklarında başa çıkması öz yeterlilik algısı düşük olan bireylere göre daha kolaydır. Bunun nedeni öz yeterlilik algısı yüksek olan bireylerin yeteneklerini ve becerilerini daha zor durumlarda kullanabilecek güvene sahip olmalarıdır. Bunun yanı sıra öz yeterlilik algısı düşük olan bireylerin ise herhangi bir problem durumu karşısında daha kolay kaçma ve bırakma davranışı gösterdiği görülmektedir (Bayrakçı, 2007). Bu doğrultuda bireylerin herhangi bir problem durumu karşısında gösterdikleri performansı kendi öz yeterlilik algısıyla ilişkilidir denilebilir.

Pirlibeylioğlu (2015)'na göre bireylerin gösterdikleri performansların düşük ya da yüksek olmasındaki tek etmen öz yeterlilik algıları değildir. Bireylerin herhangi bir davranışın gerçekleşmesi için gerekli olan bilgi ve becerilere de sahip olması gerekmektedir. Örneğin birey öz yeterlilik algısına sahip olsa bile gerekli olan bilgi ve becerilere sahip değilse yeterli bir performans sergileyemeyecektir. Bu doğrultuda bireylerin yeterli bir performans gösterebilmeleri için gerekli olan bilgi ve becerilere sahip olduktan sonra yapıp yapamayacağına yönelik kişisel yargılarından oluşan öz yeterliliğinin yüksek olması gerekmektedir.

2.4.3.1. Optimal Sporcu Performansına Etkisi

z yeterlilik, bireylerin belirli bir performansı ortaya koyabilmek için gerekli olan tüm düzenlemeleri oluşturma ve başarılı olma konusundaki kişisel inançtır (Ayseven, 2016). Bu inanç, bireylerin öğrenmelerinde oldukça etkilidir. İlgili alanyazın incelendiğinde de benzer yargılara ulaşılmaktadır. Multon, Brown ve Lnet (1991)'e göre öz yeterlilik algısı yüksek olan bireylerin öğrenmelerinde performanslarını arttırmak için daha etkili stratejiler kullandıkları ve kendilerine daha zorlu hedefler koydukları anlaşılmaktadır.

Bireylerin yeterli performanslar ortaya koymaları için gerekli olan bilgi ve becerilere sahip olduktan sonra yüksek öz yeterlilik göstermeleri başarılı olmalarını sağlayacaktır. Bu doğrultuda ilgili alanyazın incelendiğinde yüksek öz yeterliliğe sahip üyelerden oluşan grupların performansının daha yüksek olduğu anlaşılmaktadır. Yüksek z yeterlilik algısına sahip bireyler, daha zorlu ve yüksek hedefler koyarak daha iyi gdlenmekte ve daha iyi performanslar göstermektedirler (Bandura, 2001; Multon, Brown ve Lnet, 1991; Snyder ve Lopez, 2002).

Spor yapmak, mental ve zihinsel olarak bir zekâ ve olasılıklar oyunudur. Bireylerin gerek fiziksel gerekse bilişsel anlamda gelişimlerini desteklemekte ve günlük hayatın içerisinde kendilerini iyi hissetmelerini sağlamaktadır. Bu yüzden spor, bireylerin pek çok beceri alanını keşfederek farklı öğrenme stratejileriyle öğrenmesine imkân tanımaktadır (Bal, 2015).

Spor, bireylerin öz yeterlilik algılarına yönelik olarak belirledikleri hedeflerine, belirlenen hedefler doğrultusunda ne düzeyde abaladıklarına, hedefleri doğrultusunda çabalarken karşılarındaki zorluklarla ne kadar mücadele edebileceklerine ve olası bir

başarısızlık durumundaki duygusal, fiziksel ve bilişsel tepkilerinin nasıl olacağına yönelik sorularına cevap bulmalarını sağlamaktadır (Bal, 2015).

Pajares (1996)'e göre spor ile ilgili yüksek öz yeterlilik algısına sahip olan bireyler, gerekli olan bilgi ve becerilere de sahip olduklarından sportif etkinliklere aktif olarak katılmakta, düzenli olarak antrenmanlarını yapmakta ve etkili öğrenme stratejilerini uygulamaktadırlar. Böylelikle bireylerin öz yeterlilik algıları, mevcut düşünce yapılarını ve duygusal mekanizmalarını da düzenlemektedir.

2.4.3.2. Optimal Sahne Performansına Etkisi

Öz yeterlilik algısı, sanatçıların gösterdikleri performanslarda oldukça etkilidir. Öyle ki Gün ve Yıldız (2014)'a göre konservatuar öğrencilerinin yeterli bir performans ortaya koyabilmeleri için ve herhangi bir problem durumuyla baş edebilmeleri için kendilerine yönelik öz yeterlilik algılarının yüksek olmaları gerekmektedir (Akt., Jelen, 2017). Böylelikle bireyler sahneye çıkmadan önce kendi eksiklerini fark edip kendilerini hazırlamaktadırlar.

Sahne, öğrencilerin hem kendi özelliklerini görmeleri adına hem de öğretmenlerin vermiş oldukları eğitimin yeterliliğini fark etmeleri adına eğitsel bir merkezdir. Öğrenciler, sahnede bol alkış almaları gerektiğini bildiklerinden sorumluluk almaktan ve mevcut kapasitelerinin en üstüne çıkmaları gerektiğinin farkında olmalıdırlar. Aksi durumda gösterdikleri performanslar başarılı olamayacaktır (Stoyanov, 1971; Akt., Ekinci, 2013).

Andreeva (1985)'ya göre sahne, öğrencilerin yeterli performansı gösterdikten kendilerini motive ettikleri ve kendilerini eğittikleri bir merkezdir. Öğrenciler burada performanslarını ortaya koymanın yanı sıra denge, konsantrasyon, dikkat, sorumluluk bilinci, sanatsal bakış ve sanata yönelik pozitif duygular edinmektedirler. Dolayısıyla burada öğrencilerin bütünsel anlamda gelişimleri sağlanmaktadır. Öğrenciler, sahnede yeterli performans gösterebilmek için öğrendiklerini aktaracak gücü hissetmelidir (Akt., Ekinci, 2013).

Gün ve Yıldız (2014)'a göre kendi performanslarına ilişkin algılarını yeterli gören öğrencilerin yeterli görmeyen öğrencilere göre sahnede daha başarılı performanslar sunma eğilimi içerisinde oldukları düşünülmektedir. Bu yüzden bireyler, gerek akran gruplarından gerekse öğretmenlerinden aldıkları pozitif sözel iklalar ile öz yeterlilik algıları yükselerek daha başarılı bir performans sergilemektedirler. Ancak bireylerin negatif sözel iklalar ile öz

yeterlilik algısı düşerse sahnede gösterdiği performansı da kendi kapasitenin altında kalacaktır (Akt., Jelen, 2017).

2.4.4. Öz Yeterlilik İnancını Güçlendirilme Stratejileri

Önceki bölümlerde de belirtildiği üzere Bandura tarafından geliştirilen sosyal öğrenme kuramının bir uzantısı olan öz yeterlilik kavramı, bir öğrenme süreçleri sonucu birey tarafından kendi ve yapabilecekleri hakkındaki yargılardır. Bu yargılar, gözlem yolu ile öğrenmenin ilk adımı olan ve model alacağı kişinin davranışlarını izlediği adım olan duyuşsal; gözlenen, öğrenilen bilgilerin depolanıp gerektiğinde davranışa dönüştürülmesi için kullanılan, hatırlamayı da kapsayan bilişsel; soru-adan eyleme geçebilmek için uygulamaya geçme isteğini ve güdüsünü ifade eden motivasyon ve son olarak uygulamaya geçme aşaması olan ve akılda tutulan davranış şekli arasından kendi benliğine uygun davranışı seçme/davranış oluşturma şeklinde bir dizi süreçleri içerisinde barındırır. Bu yüzden öz yeterliliği güçlendirme çalışmaları çoğunlukla bu süreçlerdeki aksaklıkların giderilmesi ile ilgili yeniden yapılandırma süreçlerini içerir.

Öz yeterlilik inancı= güçlendirilmesi uygulamaları içerisinde, öz düşüncenin geliştirilmesi, güdümlü üstünlük sağlanması, modelleme yapılması, hedef oluşturulması ve sosyal teşvik sağlanması, psikolojik ve fiziksel durumun güçlendirilmesi stratejilerinin kullanılması literatürde öne çıkan başlıca terapötik çalışmalardır. (Malone, 2001; Kara ve Mirici, 2002; Appelbaum and Hare, 1996; Zengin, 2007; Akatay, 2008; Coşansu, 2010; Pekmezci, 2010; Uğur, 2010; Yardımcı ve Başbakkal, 2011; Öz, 2013).

2.4.4.1. Öz Düşüncenin Geliştirilmesi

Öz düşünce bireyin geçmiş yaşam deneyimleri ve bu deneyimler doğrultusunda edinmiş olduğu hafızasındaki kendisi hakkındaki şemalar ve önderlik dürtüsü çerçevesinde pekiştirdiği davranış örüntülerinin bileşkesi olarak kabul edilir. Çoğu bilişsel ve davranışsal öz düşünce geliştirme yöntemleri ile bireyde pekişmiş bulunan olumsuz davranış kalıpları pozitif yeniden yapılandırmalar ile iyileştirilerek yerine olumlu kalıplar yerleştirilebilir.

Bu şekilde bireyin zihninde kendine ait olumsuz düşünce ve paralelindeki davranış kalıpları olumluya dönüştürülerek başarı imgelemeleri artırılarak kişinin öz düşüncesi ve dolaylı olarak kendine dair öz-yeterlilik algısı gelişim gösterebilir (Malone,

2001; Appelbaumand Hare, 1996; Uğur, 2010).

2.4.4.2. Hedef Oluşturulması, GÜdümlü Üstünlük ve Sosyal Teşvik Sağlanması

Gerek eğitim gerekse kariyer etaplarında elde edilen başarının ödüllendirilmesi, verilen sözlü olumlama ve cesaretlendirme yolu ile teşvik edilerek yüreklendirilmesi, bireyde yeni ve karmaşıklığı artan görevlere karşı dayanıklılığın yanı sıra, çaba gösterme isteği doğurduğu ve bu arzu doğrultusunda öz yeterliğinin güçlendiği, başarıya azminin arttığı gözlemlenmiştir.

Bu bağlamda birlikte iş birliği içerisinde olan bireyler birbirlerinin olumlu ve yatkın oldukları yönlerini vurgulamak yolu ile karşılıklı olarak yeni hedefler belirleyebilir, birbirlerini olumlu yönde güdüleyebilir, öz yeterliliklerini daha sağlam zemine oturtma fırsatını elde edebilirler.

Bu stratejileri, özellikle eğitim kurumlarındaki öğretici konumundaki öğretmenlerin öğrencilerine, örgütlerdeki yöneticilerin astlarına ve kuşkusuz ebeveynlerin bakmakla yükümlü oldukları çocuklarına karşı kullanmaları, onların yeni ve kendilerinden daha emin faaliyetlerde üst düzeyde başarılı hissetmelerine zemin hazırlamanın yanı sıra öz yeterlilik inançlarının gelişmesine de katkı sağlayacaktır. Bu bağlamda eğitimci ve ebeveynlerin özellikle söylemlerinde, bireyler arası karşılaştırma içeren cümleler kullanmaktan özellikle kaçınmaları, yapılan araştırmalar sonucu tavsiye edilmektedir (Bandura, 1994; Malone 2001, Kara ve Mirici, 2002; AppelbaumandHare, 1996, Zengin, 2007; Akatay,2008; Baltacı, 2008; Coşansu, 2010; Pekmezci, 2010; Uğur, 2010; Yardımcı ve Başbakkal, 2011;Öz, 2013).

2.4.4.3. Modelleme Yapılması

Bireyin öz yeterlilik alınsın' geliştirme kaynaklarından biri olan “dolaylı deneyimler” ya da diğer bir anlatımla başkalarının deneyimlerini gözlemleme ve model alma yöntemine dayanan modelleme tekniği bireylerin zaten bilinç dışı yatkınlıkları olan öğrenme sürecini geliştirmek ve başarılı olan model sayısının artırılması ve doğru modellere yönlendirilmesi ve bu yöndeki algılarının açık tutulması stratejilerini içerir. Bu bağlamda gerek öğretmenlerin gerekse ebeveynlerin öncelikle kendilerinin de model olarak alınacaklarının ve medyadaki figürlerin de rol model olarak seçilme

ihhtimalinin göz önünde bulundurulması önemlidir (Bandura, 1994; Appelbaumand Hare, 1996; Malone, 2001; Rackley, 2004; Pekmezci, 2010; Uğur, 2010).

2.4.4.4. Psikolojik ve Fiziksel Durumun Güçlendirilmesi

Çoğu olumsuz durumlar karşısında bireyler gerginlik, heyecan, korku, stres sonucu bitkinlik, acı, bunalım, tükenmişlik, depresyon sonucunda öz güven kaybına uğrarlar. Bu gibi vakalarda doğru terapötik süreçler eşliğinde fiziksel ve psikolojik duruma ilişkin edinilmiş olan eksik ve olumsuz bireysel öz yargıların azaltılması çalışmaları, bir yandan travma sonucu ortaya çıkan istenmeyen fiziksel ve duygusal semptomlar" düzeltirken diğer yandan da olumlu duyguların takviyesi sonucu özyeterlilik algı ve inancının da güçlenmesine neden olacaktır (Bandura, 1997, 1999; Aksayan ve Gözüm, 1998; Senemoğlu, 2002; Aldcoyunlu ve Orhan, 2003; De Young, 2003; Kurbanoglu, 2004; McConvilleandLane, 2005; HeslinandKehler, 2006; Zengin, 2007; Basım ve ark., 2009; Karadetnir, 2010; Pekmezci, 2010; Uğur, 2010; Yıldırım ve İlhan, 2010). Kaldı ki karşılıklı olarak öz yeterlilik algısı inancının da sağlıklı yaşam biçimini seçimi davranışları açısından da ciddi geri dönüşleri olduğunu gösteren çalışmalara literatürde rastlamak mümkündür Craig ve ark., 2001, Şahin 2012). Martin ve ark.(2008) fiziksel aktivitenin, Schwarzer ve Renner (2000) sağlıklı beslenme, alkol ve diğer madde kullanımı tutumları, düşük/ yüksek kan basıncı, anksiyete, sosyal desteğe açık olma, riskli cinsel davranışlardan kaçınma/kaçınmama halinin de yine öz yeterlilikle ilişkili olduğunu dile getirmişlerdir (Şahin 2012).

BÖLÜM III: YÖNTEM

3.1. ARAŞTIRMANIN MODELİ

Araştırmada öncelikli olarak alanyazın taraması ve kuramsal çerçeve belirlenmiştir. Ölçek geliştirme çalışmalarında genellikle uygulanan yöntem olan madde havuzu oluşturulması ve bu havuzda yer alan maddelerin uzmanlar tarafından kontrol edilerek karşılaştırılması sonucunda bazı maddeler değiştirilmiş veya analiz dışında bırakılmıştır. Uygulamaya ilişkin gerekli uygulanabilirlik izinleri alındıktan sonra, uygun örneklem büyüklüğü göz önünde bulundurularak yapılan ön test pilot uygulaması sayesinde ölçeklerin içsel geçerliliği ve güvenilirliği tespit edilmeye çalışılmıştır. Ölçeklerin taslak olarak alt boyutların belirlenmesi için yapılan madde korelasyon katsayıları ile ölçeklere ilişkin örneklem büyüklüğü ve uygunluk testleri yapılarak alt boyutları oluşturan madde dağılımları tespit edilmiştir. Ölçeklerdeki yapı geçerliliği yanında alt boyutların ve ölçeklerin bütünüün iç tutarlılığı tespit edilmiştir. Bununla birlikte alt grup ortalamalarının katılımcıların demografik özelliklerine ilişkin karşılaştırmalar yapılarak uygun modellemelerle açıklanmıştır. Ölçeklerin alt boyutları arasında doğrusallığın olup olmadığı tespit edildikten sonra, ölçeklerin genellenebilirliği ve dış geçerliliğinin olup olmadığı yine uygun yöntemlerle test edilmiştir. Bütün sonuçlar amaçlar ve alt amaçlar çerçevesinde çözümlenerek uygun tablolarla sonuçlar raporlaştırılmıştır.

3.2. EVREN VE ÖRNEKLEM

Araştırmanın evrenini, Ankara, Antalya, İstanbul, İzmir, Mersin ve Samsun illerindeki, TC. Devlet Opera ve Balesi Genel Müdürlüğüne bağlı, Devlet Opera ve Balesi Müdürlüklerinde görev yapan kadrolu ve sözleşmeli, profesyonel, toplam 164 solist, 379 korist ve 237 bale sanatçısı ve TC. Devlet Tiyatrolarında görev yapan 250 tiyatro sanatçısı ile Türkiye’de bu yönde eğitim veren Devlet/Özel konservatuarlarındaki sahnesanatları, 581 opera, 199 bale ve 615 tiyatro bölümlerinde olmak üzere 2017-2018 ve 2018-2019 eğitim öğretim yılında öğrenim gören lisans öğrencileri oluşturmaktadır.

Seçili evrenden tabakalı rastgele örneklem seçme sureti ile yapılan, çalışmada 158 opera, 115 bale, 128.tiyatro sanatçısı, 261 opera, 170 bale, 237 tiyatro öğrencisi olmak üzere toplam 401 sanatçı, 668 öğrenci olmak üzere toplam 1069 kişiye araştırmacı tarafından, tüm gerekli izinler ve etik kurul onayı alınarak bizzat ulaşılmış ve gönüllülük esasına dayalı olarak samimi cevaplar verildiği var sayılarak ölçekler uygulanmıştır.Uygulamalar sırasında ayrıca,

araştırmacı tarafından, sahne kaygısının, sahne performansına etkileri üzerine seminerler düzenlenmiştir.

Aşağıda çalışmaya katılan sanatçı ve öğrencilere dair dağılımlara ilişkin tanımlayıcı istatistik bilgileri tablolarla sunulmuştur. Pilot çalışmaları için 100 er kişilik ve test tekrar test için ulaşılan 35 er kişilik gruplar örneklem sayılarına dâhil edilmemiştir.

Tablo 3.1: Araştırmaya Katılan Sanatçılara İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler

		Opera		Bale		Tiyatro	
		S	%	S	%	S	%
Cinsiyet	Kadın	85	54,5	60	54,5	57	42,2
	Erkek	71	45,5	50	45,5	74	57,8
	Toplam	156	100	110	100	128	100
Yaş	18-29	21	13,8	50	45,5	27	21,3
	30-39	62	40,8	39	35,5	47	37,0
	40 ve üstü	69	45,4	21	19,1	53	41,7
	Toplam	152	100	110	100	127	100
Hizmet Yılı	1-3	21	13,8	28	25,5	31	24,2
	4-10	44	28,9	32	29,1	37	28,9
	11-15	22	14,5	14	12,7	21	16,4
	16 ve üstü	65	42,8	36	32,7	39	30,5
	Toplam	152	100	110	100	128	100

Araştırmaya katılan opera sanatçıların %54,5'inin (n=85) kadın, %45,5'inin (n=71) erkek olduğu belirlenmiştir. Opera sanatçılarına ait yaş aralıklarına göre dağılıma bakıldığında, %13,8'inin (n= 21) 18-29 yaş aralığında, %40,8'inin (n= 62) 30-39 yaş aralığında, %45,4'ünün (n=69) 40 ve üzeri yaş aralığında olduğu belirlenmiştir. Opera sanatçılarına ait çalıştıkları hizmet yıllarına bakıldığında, %13,8'inin (n= 21) 1-3 yıl

aralığında, %28,9'unun (n= 44) 4-10 yıl aralığında, %14,5'inin (n= 22) 11-15 yıl aralığında, %42,8'inin (n= 65) 16 ve 16 yıldan fazla süredir çalışmakta oldukları belirlenmiştir.

Araştırmaya katılan bale sanatçıların %54,5'inin (n=60) kadın, %45,5'inin (n=50) erkek olduğu belirlenmiştir. Bale sanatçılarına ait yaş aralıklarına göre dağılıma bakıldığında, %45,5'inin (n= 50) 18-29 yaş aralığında, %35,5'inin (n= 39) 30-39 yaş aralığında, %19,1'inin (n=21) 40 ve üzeri yaş aralığında olduğu belirlenmiştir. Bale sanatçılarına ait çalıştıkları hizmet yıllarına bakıldığında, %25,5'inin (n= 28) 1-3 yıl aralığında, %29,1'inin (n= 32) 4-10 yıl aralığında, %12,7'sinin (n= 14) 11-15 yıl aralığında, %32,7'sinin (n= 36) 16 ve 16 yıldan fazla süredir çalışmakta oldukları belirlenmiştir.

Araştırmaya katılan Tiyatro sanatçıların %42,2'sinin (n=57) kadın, %57,8'sinin (n=74) erkek olduğu belirlenmiştir. Tiyatro sanatçılarına ait yaş aralıklarına göre dağılıma bakıldığında, %21,3'ünün (n= 27) 18-29 yaş aralığında, %37'sinin (n= 47) 30-39 yaş aralığında, %41,7'sinin (n=53) 40 ve üzeri yaş aralığında olduğu belirlenmiştir. Tiyatro sanatçıların ait çalıştıkları hizmet yıllarına bakıldığında, %24,2'sinin (n= 31) 1-3 yıl aralığında, %28,9'unun (n= 37) 4-10 yıl aralığında, %16,4'ünün (n= 21) 11-15 yıl aralığında, %30,5'inin (n= 39) 16 ve 16 yıldan fazla süredir çalışmakta oldukları belirlenmiştir.

Tablo 3.2: Araştırmaya Katılan Opera, Bale ve Tiyatro Bölümlerinde Öğrencilere İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler

		Opera		Bale		Tiyatro	
		S	%	S	%	S	%
Cinsiyet	Kadın	99	38,7	35	22,2	104	50,2
	Erkek	157	61,3	123	77,8	103	49,8
	Toplam	256	100	158	100	207	100
Yaş	18-20	115	44,9	138	87,3	76	36,7
	21-23	87	34,0	17	10,8	69	33,3
	24 ve üstü	52	20,3	3	1,9	62	30,0
	Toplam	254	100	158	100	207	100
Sınıfı	Hazırlık	39	15,2	-	-	-	-
	1.Sınıf	70	27,3	66	41,8	46	22,2

	2.Sınıf	51	19,9	44	27,8	65	31,4
	3.Sınıf	51	19,9	24	15,2	41	19,8
	4.Sınıf	45	17,6	24	15,2	55	26,6
	Toplam	256	100	158	100	207	100

Araştırmaya katılan opera öğrencilerinin %38,7'sinin (n=99) kadın, %61,3'ünün (n=157) erkek olduğu belirlenmiştir. Opera öğrencilerine ait yaş aralıklarına göre dağılıma bakıldığında, %44,9'unun (n=115) 18-20 yaş aralığında, %34'ünün (n= 87) 21-24 yaş aralığında, %20,3'ünün (n=52) 24 ve üzeri yaş aralığında olduğu belirlenmiştir. Opera öğrencilerine ait öğrenim gördükleri sınıf dağılımına bakıldığında, %15,2'sinin (n= 39) hazırlık sınıfında, %27,3'ünün (n= 70) birinci sınıfta, %19,9'unun (n= 51) ikinci sınıfta, %19,9'unun (n= 51) üçüncü sınıfta, %17,6'sının (n= 45) dördüncü sınıfta öğrenim gördüğü belirlenmiştir.

Araştırmaya katılan bale öğrencilerinin %22,2'sinin (n=35) kadın, %77,8'inin (n=123) erkek olduğu belirlenmiştir. Bale öğrencilerine ait yaş aralıklarına göre dağılıma bakıldığında, %87,3'ünün (n=138) 18-20 yaş aralığında, %10,8'inin (n= 17) 21-24 yaş aralığında, %1,9'unun (n=3) 24 ve üzeri yaş aralığında olduğu belirlenmiştir. Bale öğrencilerine ait öğrenim gördükleri sınıf dağılımına bakıldığında, %41,8'inin (n= 66) birinci sınıfta, %27,8'inin (n= 44) ikinci sınıfta, %15,2'sinin (n= 24) üçüncü sınıfta, %15,2'sinin (n= 24) dördüncü sınıfta öğrenim gördüğü belirlenmiştir.

Araştırmaya katılan tiyatro öğrencilerinin %50,2'sinin (n=104) kadın, %49,8'inin (n=103) erkek olduğu belirlenmiştir. Tiyatro öğrencilerine ait yaş aralıklarına göre dağılıma bakıldığında, %36,7'sinin (n=76) 18-20 yaş aralığında, %33,3'ünün (n= 69) 21-24 yaş aralığında, %30'unun (n=62) 24 ve üzeri yaş aralığında olduğu belirlenmiştir. Tiyatro öğrencilerine ait öğrenim gördükleri sınıf dağılımına bakıldığında, %22,2'sinin (n= 46) birinci sınıfta, %31,4'ünün (n= 65) ikinci sınıfta, %19,8'inin (n= 41) üçüncü sınıfta, %26,6'sının (n= 55) dördüncü sınıfta öğrenim gördüğü belirlenmiştir.

3.3.VERİ TOPLAMA ARAÇLARI VE SÜRECİ

Çalışmada öncelikle gerçekleştirilmesi planlanan ölçekler için, her sanat dalı ile ilgili sanatçı ve öğrencilerden, 25 er-30 ar kişilik gruplarla araştırmacı tarafından görüşülmüş ve mesleki kaygı ve öz yeterlilik konusunda item havuzu oluşturulmuştur.

Elde edilen maddelerden birbirine benzer olanlar ve sahne kaygı ya da öz yeterlilik kapsamına girmeyenler elenmiş ve sadeleştirilmiştir. İkincil olarak maddeler ikişer ana dal uzmanı ve üç de psikolojik danışmanlık ve rehberlik uzmanlarından uygunluk/değillik, değişiklik veya yeni öneri ve akademik dil konusunda görüş alınmak sureti ile uzmanların görüşleri doğrultusunda revize edilerek son haleine getirilmiştir. Bu süreçte “Opera Sanatçıları Performans Kaygısı” item havuzu 66 madde iken (63); özyeterlilik 46 madde iken (36), Opera öğrencileri performans Kaygısı item havuzu 26 iken (27); özyeterlilik 47 madde iken (33) Bale Sanatçıları performans Kaygısı item havuzu 75 madde iken (75); Öz yeterlilik 46 madde iken (46), Bale Öğrencileri Performans Kaygısı item havuzu 53 madde iken (54); özyeterlilik 39 iken (37) Tiyatro sanatçıları performans Kaygısı item havuzu 60 madde iken (59); öz yeterlilik 30 madde iken (30), Tiyatro öğrencileri performans Kaygısı item havuzu, 27 madde (30); öz yeterlilik 31 madde iken (31) olarak değişmiştir.

Ölçeklerin hepsi 5’li Likert tipinde hazırlanmıştır. Buna göre: “Hiç Katılmıyorum” 1 puan “Çok düşük”; “Biraz Katılıyorum” 2 puan, “Düşük”; “Kararsızım” 3 puan “Orta”; “Oldukça Katılıyorum” 4 puan “Yüksek”; “Tamamen Katılıyorum” 5 puan “Çok Yüksek” Performans kaygısını veya Özyeterlilik algısını tanımlayacaktır.

Ters Maddelerde ise puanlamalar aşağıdaki gibi hesaplanması gerekmektedir. Buna göre:

“Hiç Katılmıyorum” 5 puan “Çok Yüksek”; “Biraz Katılıyorum” 4 puan, “Yüksek”; “Kararsızım” 3 puan “Orta”; “Oldukça Katılıyorum” 2 puan “Düşük”; “Tamamen Katılıyorum” 1 puan “Çok Düşük” Performans kaygısını veya Özyeterlilik algısını tanımlayacaktır.

Ek No: 13 ve 14’te görüldüğü üzere sanatçılar ve öğrenciler için, bireysel ve mesleki/eğitsel bilgilerin bulunduğu, iki farklı sosyo-demografik form hazırlanmıştır.

Literatürde sahne sanatçıları için spesifik olarak geliştirilmiş performans kaygısı ve öz yeterlilik ölçeği bulunmadığından dış geçerlilik kriteri olarak, Türkçe uyarlaması Soykan ve Ark. (2003) tarafından yapılmış olan, “Liebowitz sosyal kaygı ölçeği” ve Doğan (2011) tarafından Türkçe’ye uyarlanan “ Kendini Sevme ve Öz Yeterlilik” ölçekler araştırmacılar tarafından alınan onay doğrultusunda kullanılmıştır (Ek No: 15 ve 16).

İstanbul Üniversitesi Eğitim bilimleri Enstitüsünden alınan onay sonrası, Hcettepe Üniversitesi etik kurulundan onay alınmıştır. Ayrıca TC. Devlet Opera Bale ve Tiyatro Genel

Müdürlük ve İl Müdürlükleri ile ilgili daireleri, diğer yandan ilgili tüm konservatuarların bağlı oldukları üniversite Rektörlüklerden, iletişim kurularak, uygulama için, gerekli izinler alınmıştır (Ek No: 18-30 Arası).

Veriler bizzat araştırmacı tarafından, sanatçı ve öğrencilerle, bire bir iletişim halinde toplanmış bu süreçte araştırmacı doğal gözlem de yapma ve ölçekler hakkında geri bildirim alma fırsatını bulmuş aynı zamanda öğrencilere sahne kaygısı ve öz yeterlilik algısının sahne performansı etkileri ve şan repertuarı üzerine seminerler vermiştir (Ek No: 31-32-33-34-35-36).

Etik kurul başvuru, veri toplama/uygulama ve seminerlerin gerçekleştirilmesi aşamasında, araştırmacı beş kez Ankara, üç kez Konya, üç kez İzmir, üç kez Antalya, iki kez Mersin, bir kez Samsun, bir kez Eskişehir, bir kez de Zonguldak şehirleri olmak üzere toplam 19 kez tek yönlü olmak üzere seyahat etmiştir.

Toplanan veriler çözümlenmek üzere aşağıdaki analiz süreçlerine tabi tutulmuşlardır.

3.4. VERİLERİN ÇÖZÜMLENMESİ

Araştırmanın verileri Tablo'da verilen tekniklerle çözümlenmiştir. Öncelikle pilot uygulamaya ilişkin açıklayıcı faktör analizi ve güvenilirlik testleri yapılarak, daha sonra ölçeklerin nihai örneklem verileri ile açıklayıcı faktör analizi tekrarlanarak madde korelasyon değerleri hesaplanmıştır. Açıklayıcı faktör analizinden sonra yapılan doğrulayıcı faktör analiziyle faktörlerin dağılımı doğrulanmıştır. Ölçeklere ilişkin güvenilirlik testi Crohbach Alpha değeri ile belirlenmiştir. Katılımcılara ait verilerin normal dağılım gösterdiği durumlarda iki grup karşılaştırmalarında bağımsız örneklem t testi kullanılırken, normal dağılım göstermeyen iki den fazla grup karşılaştırmalarında non parametrik testlerden Kruskal Wallis Testi ile analiz edilmiştir. Ayrıca gruplar arasındaki farkı ortaya koymak için Kruskal Wallis testi sonrasında ikişer gruplar arasında post hoc testi olarak Mann Whitney U testi yapılmıştır. Alt boyutlar arasında doğrusallığın tespiti amacıyla Pearson Korelasyon analizi yapılmıştır. Ölçeklerin dış geçerliliği tespiti için geçerliliği alanyazılarında kabul görmüş iki farklı performans kaygısı ve özyeterlilik ölçekleri ile oluşturulan korelasyon analizi ile ilişki olup olmadığı araştırılmıştır. Bununla birlikte ölçeklerin genellenebilir olup olmadığı test-tekrar-test tekniği ile analiz edilmiştir.

Bütün istatistikler %95 anlamlılık düzeyinde karşılaştırılmıştır. Araştırmanın verileri bilgisayar ortamına aktarılarak SPSS 25.0 istatistik paket programı ile analiz edilirken, Doğrulayıcı Faktör Analizi AMOS 24.0 paket programı ile analiz edilmiştir.

Tablo 3.3: Ölçek Geliştirme Çalışmasında Kullanılan İstatistiksel Yöntem Sırası

Kullanılan Özellik	Yöntem
Alanyazın Taraması ve Kuramsal Çerçeve	Bu alanda yazılmış olan ulaşılabilir tüm ölçekler incelenmesi
Madde Havuzu Oluşturma	Ölçekleri oluşturan maddelerin belirlenmesi
Ölçeklerin kapsam geçerliği; uzman görüşünün alınması	Davis Tekniği
Ölçeklerin içsel geçerliliği ve güvenilirliğinin tespiti	Pilot Uygulama
Ölçeklerin taslak olarak alt boyut belirlenmesi	Madde toplam korelasyonu
Ölçeklere ilişkin örneklem büyüklüğü ve uygunluğu testleri	KaiserMeyerOlkin örneklem yeterlilik testi Barlett's Küresellik Testi
Ölçeklerin Yapı Geçerliliği	Doğrulayıcı Faktör Analizi
Ölçeklerin alt boyutlarının ve bütününe iç tutarlılığı	Cronbach alfa katsayısı
Alt grup puan ortalamalarının katılımcıların demografik özelliklerine ilişkin karşılaştırma	Bağımsız gruplar t-testi Kruskal-Wallis Testi Mann Whitney U Testi
Alt boyutlar arasındaki doğrusallığın incelenmesi	Pearson Korelasyon Analizi
Ölçeklerin genellenebilirliği	Test-tekrar-test uygulaması
Ölçeklerin dış geçerliliği	Alan yazılarında kullanılan Leibowitz ve Kendini sevme /öz yeterlilik ölçekleri ile geliştirilen ölçeklerin ilişkisi.

BÖLÜM IV: BULGULAR

4.1. PİLOT UYGULAMALARI

Düşük örneklem ile yapılan pilot çalışmaları genellenebilirlik düzeylerinin düşük olmasına ve güvenilirlik düzeylerinin düşük olması gibi sonuçlar verebilmektedir. Bununla birlikte yapılan açıklayıcı faktör analizinde kovaryans matrislerin oluşmaması gibi sonuçlar doğurabilmektedir. Bu nedenle bu tür sorunların azaltılması için çalışmada pilot uygulama da kullanılması gereken veri büyüklüğü her örneklem için ayrı olarak ele alınmıştır. Ölçeklere ait olan örneklem büyüklüğüne bağlı olarak 80 ile 100 arasındaki örneklem pilot çalışmalar için kullanılmıştır.

4.1.1. Opera Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği Pilot Uygulaması

Pilot çalışma için yapılan Açıklayıcı faktör analizine 61 madde ile başlanmış tüm maddeler için toplam korelasyon incelenmiştir. Madde korelasyon değeri 25'den küçük olan maddeler atılmıştır. Yapılan analiz sonucunda madde-toplam korelasyon puanı .25'den küçük olan ve birden fazla boyutta yüksek faktör yükü olan ayrıca yükler arasındaki farkın .10'dan düşük olan maddeler çıkarılmıştır. Bu kapsamda toplam 15 madde analizden çıkarılmıştır. Geriye kalan 46 madde ile analiz tekrar yapılmıştır. KMO ,741 değer ile oldukça anlamlı olduğu belirlenmiştir.

Tablo 4.1:Opera Sanatçıları Performans Kaygısı ÖlçeğiPilot Açıklayıcı Faktör Analizi
Dışında Bırakılan Maddeler

Tanımlar	Mevcut Bölüm	Kısaltmalar
Yeterli çalışma ve prova süresi olmadan sahneye çıkma durumunda kaldığımda normalinden daha fazla kaygılanırım.	Performans Kaygısı	P4
Bilmediğim bir lisanda icra ettiğim eserde daha çok kaygılanırım	Performans Kaygısı	P6
Temsil sırasında, mizansenleri karıştırmaktan kaygılanırım	Performans Kaygısı	P10
Temsil/konser sırasında düşme ihtimalibeni kaygılandırır	Performans Kaygısı	P11
Basın tarafından kötü eleştirilere maruz kalmaktan kaygılanırım	Performans Kaygısı	P12

Sahnede solo performanslarda, korolu sahnelerden daha fazla heyecan duyarım.	Performans Kaygısı	P21
Konserlerde temsillerden daha fazla gerilirim.	Performans Kaygısı	P23
Partnerimin hata yapması kaygımı artırır	Performans Kaygısı	P31
Sahnede (köstüm,ayakkabı,peruk,kirpik-makyaj)ile ilgili sorunlar kaygılanmama neden olur	Performans Kaygısı	P34
Sürekli şarkı söylediğim/temsil yaptığım yerleşik düzende turnelerden daha çok gerilirim.	Performans Kaygısı	P36
Sahne arkadaşımın gerginliği kaygımı artırır	Performans Kaygısı	P40
Orkestralı konserlerde piyano eşlikli konserlerden daha fazla kaygılanırım	Performans Kaygısı	P41
En büyük korkum temsil günü hastalanmak ve temsile çıkamamaktır	Performans Kaygısı	P43
Bedenimde düşük enerji hissettiğimde sahnede iyi bir performans sergileyemeyeceğim için kaygılanırım	Performans Kaygısı	P48
Seyirci sayısı arttıkça kaygım artar	Performans Kaygısı	P59

Tablo 4.2:Opera Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği Pilot Açıklayıcı Faktör Analizi
Sonuçları

	Faktörler			
	1	2	3	4
P26	,797			
P25	,775			
P7	,762			
P24	,746			
P42	,713			
P9	,668			
P20	,613			
P28	,600			
P8	,582			
P60	,568			
P19	,546			
P39	,518			
P5	,476			
P27	,452			
P32	,379			
P61	,377			
P22	,361			
P17		,758		
P14		,753		
P13		,729		
P18		,699		
P53		,649		
P54		,576		
P15		,564		
P52		,553		
P45		,548		
P16		,536		
P3		,535		
P44		,516		
P46		,449		
P1		,436		
P57			,823	
P56			,819	
P50			,777	
P58			,630	
P55			,624	
P2			,556	

P51			,381	
P38				,666
P29				,605
P30				,536
P35				,525
P49				,522
P33				,467
P47				,463
P37				,430
Kaiser – Meyer – Olkin (KMO) Testi			,741	
Bartlett Küresellik Testi	X ²	2501,228		
	Sd	1035		
	P	,000		

Yapılan açıklayıcı faktör analizine göre maddelerin korelasyon yükleri .361 ile .823 ($p < ,001$) arasında olduğu görülmektedir. Açıklayıcı faktör analizinde temel bileşenler analizi kullanılmıştır. Örneklem sayısının yeterli büyüklükte olması ve faktör yükleri arasında korelasyon ilişkisi olmamasından dolayı varimax döndürme tekniği kullanılmıştır. Analiz sonucunda 4 alt boyut oluşmuştur. Sonuç olarak yine 4 alt boyutta toplam 46 madde ile ölçek oluşturulmuştur. Dört alt boyutun gösterdiği toplam açıklanan toplam varyans yükü % 48,716 olarak bulunmuştur.

Tablo 4.3:Opera Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeğinin Güvenirlilik Katsayısı

	Cronbach's Alpha	Madde Sayısı
Faktör 1	,913	17
Faktör 2	,885	14
Faktör 3	,839	7
Faktör 4	,805	8
Toplam Ölçek	,941	46

Ölçeğinin güvenilirlik katsayısı ile ilgili bulgular Tablo 'de verilmiştir. Tablodaki verilere göre ölçeğin tümüne ilişkin güvenilirlik katsayıları Cronbach Alfa ,941 değeri ile oldukça güvenilir olduğu belirlenmiştir.

4.1.2. Opera Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeği Pilot Uygulaması

Pilot çalışma için yapılan açıklayıcı faktör analizine 36 madde ile başlanmış tüm maddeler için toplam korelasyon incelenmiştir. Madde korelasyon değeri .25'den küçük olan maddeler atılmıştır. Yapılan analiz sonucunda madde-toplam korelasyon puanı .25'den küçük olan ve birden fazla boyutta yüksek faktör yükü olan ayrıca yükler arasındaki farkın .10'dan düşük olan maddeler çıkarılmıştır. Bu kapsamda toplam 5 madde analizden çıkarılmıştır. Geriye kalan 31 madde ile analiz tekrar yapılmıştır. KMO ,830 değer ile oldukça anlamlı olduğu belirlenmiştir.

Tablo 4.4:Opera Sanatçıları Özyeterlilik ÖlçeğiPilot Açıklayıcı Faktör Analizi Dışında Bırakılan Maddeler

Tanımlar	Mevcut Bölüm	Kısaltmalar
Sahne çalışmalarında fazla tekrara gerek kalmadan öğrenirim	ÖZYETERLİLİK	Ö12
Bedenimi ve sesimi koruma becerime /bilgime güvenirim	ÖZYETERLİLİK	Ö15
Performans sırasında herhangi bir olumsuzluk yaşamam için neden yoktur.	ÖZYETERLİLİK	Ö19
Kendimden ve yeteneklerimden asla şüphe duymam	ÖZYETERLİLİK	Ö28
Eserleri kolay ezberlerim	ÖZYETERLİLİK	Ö29

Tablo 4.5:Opera Sanatçıları Özyeterlilik ÖlçeğiPilotAçıklayıcı Faktör Analizi Sonuçları

	Faktörler					
	1	2	3	4	5	6
Ö3	,880					
Ö6	,766					
Ö4	,759					
Ö2	,726					
Ö7	,721					
Ö5	,644					
Ö8	,639					
Ö1	,628					
Ö31		,679				
Ö10		,670				
Ö11		,653				

Ö9	,624		
Ö30	,613		
Ö25	,551		
Ö17	,550		
Ö27	,533		
Ö32		,797	
Ö35		,739	
Ö36		,638	
Ö34		,578	
Ö33		,488	
Ö13		,446	
Ö23			,809
Ö22			,801
Ö20			,684
Ö21			,669
Ö18			,559
Ö24			,675
Ö26			,615
Ö14			,799
Ö16			,663
Kaiser – Meyer – Olkin (KMO) Testi		,830	
Bartlett Küresellik Testi	X ²	1832,010	
	Sd	465	
	P	,000	

Yapılan açıklayıcı faktör analizine göre maddelerin korelasyon yükleri .274 ile .880 ($p < .001$) arasında olduğu görülmektedir. Açıklayıcı faktör analizinde temel bileşenler analizi kullanılmıştır. Örneklem sayısının yeterli büyüklükte olması ve faktör yükleri arasında korelasyon ilişkisi olmamasından dolayı varimax döndürme tekniği kullanılmıştır. Analiz sonucunda 6 alt boyut oluşmuştur. Sonuç olarak yine 6 alt boyutta toplam 31 madde ile ölçek oluşturulmuştur. Altı alt boyutun gösterdiği toplam açıklanan toplam varyans yükü % 63,646 olarak bulunmuştur.

Tablo 4.6: Opera Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeğinin Güvenirlilik Katsayısı

	Cronbach's Alpha	Madde Sayısı
Faktör 1	,914	8
Faktör 2	,878	8

Faktör 3	,770	6
Faktör 4	,822	5
Faktör 5	,739	2
Faktör 6	,700	2
Toplam Ölçek	,919	31

Ölçeğin güvenilirlik katsayısı ile ilgili bulgular Tablo 4’de verilmiştir. Tablodaki verilere göre ölçeğin tümüne ilişkin güvenilirlik katsayıları Cronbach Alfa ,919 değeri ile oldukça güvenilir olduğu belirlenmiştir.

4.1.3. Opera Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği Pilot Uygulaması

Pilot çalışması içine yapılan açıklayıcı faktör analizine 28 madde ile başlanmış tüm maddeler için toplam korelasyon incelenmiştir. Madde korelasyon değeri .25’den küçük olan maddeler atılmıştır. Yapılan analiz sonucunda madde-toplam korelasyon puanı .25’den küçük olan ve birden fazla boyutta yüksek faktör yükü olan ayrıca yükler arasındaki farkın .10’dan düşük olan maddeler çıkarılmıştır. Bu kapsamda toplam 8 madde analizden çıkarılmıştır. Geriye kalan 20 madde ile analiz tekrar yapılmıştır. KMO ,798 değer ile oldukça anlamlı olduğu belirlenmiştir.

Tablo 4.7:Opera Öğrencileri Performans KaygısıPilot Açıklayıcı Faktör Analizi Dışında Bırakılan Maddeler

Tanımlar	Mevcut Bölüm	Kısaltmalar
Sınav dönemlerinde hastalanma ihtimali kaygımı artırır	Performans Kaygısı	P1
Öğrendiğim partiler zorlaştıkça başarısız olma korkum/kaygım artıyor.	Performans Kaygısı	P6
Performans sırasında eserin sözlerini unutmaktan kaygılanırım	Performans Kaygısı	P8
Öğrenmeye çalıştığım eser bilmediğim bir lisanda olduğunda daha fazla kaygılanırım	Performans Kaygısı	P9
Sesimin kısılma olasılığı beni kaygılandırır.	Performans Kaygısı	P12
Temsil/konser sırasında düşme ihtimali beni kaygılandırır.	Performans Kaygısı	P13

Planlanandan önce sınava çağırılmam kaygımı arttırır.	Performans Kaygısı	P18
Sınav sırasında ağzım/ boğazım kurur.	Performans Kaygısı	P21

Tablo 4.8:Opera Öğrencileri Performans Kaygısı ÖlçeğiPilot Açıklayıcı Faktör Analizi
Sonuçları

	Faktörler				
	1	2	3	4	5
P3	,812				
P2	,778				
P7	,770				
P5	,661				
P4	,576				
P27		,732			
P23		,698			
P24		,663			
P26		,621			
P25		,617			
P14			,787		
P16			,759		
P10			,661		
P11			,558		
P15			,492		
P20				,759	
P19				,691	
P17				,660	
P28					,815
P22					,648
Kaiser – Meyer – Olkin (KMO) Testi				,830	
Bartlett Küresellik Testi		X ²	1832,010		
		Sd	465		
		P	,000		

Yapılan açıklayıcı faktör analizine göre maddelerin korelasyon yükleri .492 ile .815 ($p<.001$) arasında olduğu görülmektedir. Açıklayıcı faktör analizinde temel bileşenler analizi kullanılmıştır. Varimax döndürme tekniği kullanılmıştır. Analiz sonucunda 5 alt boyut oluşmuştur. Sonuç olarak yine 5 alt boyutta toplam 20 madde ile ölçek oluşturulmuştur. Beş alt boyutun gösterdiği toplam açıklanan toplam varyans yükü % 64,583 olarak bulunmuştur.

Tablo 4.9:Opera Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği Ölçeğinin Güvenirlilik Katsayısı

	Cronbach's Alpha	Madde Sayısı
Faktör 1	,820	5
Faktör 2	,823	5
Faktör 3	,816	5
Faktör 4	,680	3
Faktör 5	,640	2
Toplam Ölçek	,903	20

Ölçeğinin güvenilirlik katsayısı ile ilgili bulgular tabloda verilmiştir. Tablodaki verilere göre ölçeğin tümüne ilişkin güvenilirlik katsayıları Cronbach Alfa ,903 değeri ile oldukça güvenilir olduğu belirlenmiştir.

4.1.4. Opera Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeği Pilot Uygulaması

Pilot uygulaması için yapılan açıklayıcı faktör analizine 33 madde ile başlanmış tüm maddeler için toplam korelasyon incelenmiştir. Madde-toplam korelasyonu, Cronbach Alfa değerinin iyileştirilmesinde kullanılır ve madde korelasyon değeri .25'den küçük olan maddeler atılmıştır. Yapılan analiz sonucunda madde-toplam korelasyon puanı .25'den küçük olan ve birden fazla boyutta yüksek faktör yükü olan ayrıca yükler arasındaki farkın .10'dan düşük olan maddeler çıkarılmıştır. Bu kapsamda toplam 6 madde analizden çıkarılmıştır. Geriye kalan 27 madde ile analiz tekrar yapılmıştır. KMO, 701 değer ile oldukça anlamlı olduğu belirlenmiştir.

Tablo 4.10:Opera Öğrencileri Özyeterlilik ÖlçeğiPilot Açıklayıcı Faktör Analizi Dışında Bırakılan Maddeler

Tanımlar	Mevcut Bölüm	Kısaltmalar
Şan/Sahne üzeri başarısızlık karşısında kolayca pes etme eğilimindeyim.	Öz Yeterlilik	Ö6
Sahne sınavında performansıma güvenirim	Öz Yeterlilik	Ö8
Zor eserler benim çalışma azmimi artırır	Öz Yeterlilik	Ö11

Sesimi “piyano” kullanabilme becerime güveniyorum	Öz Yeterlilik	Ö22
Doğru şan tekniği kullan bildikçe kendime güvenim artar	Öz Yeterlilik	Ö25
Sahne dersinde verilen mizansenleri kolaylıkla öğrenirim	Öz Yeterlilik	Ö26

Tablo 4.11:Opera Öğrencileri Özyeterlilik ÖlçeğiPilotAçıklayıcı Faktör Analizi Sonuçları

	1	2	3	4	5	6
Ö7	,811					
Ö2	,800					
Ö15	,778					
Ö1	,652					
Ö21	,650					
Ö14	,517					
Ö18		,725				
Ö19		-,700				
Ö16		-,688				
Ö20		,685				
Ö5		,630				
Ö4		,575				
Ö28			,768			
Ö29			,697			
Ö3			,633			
Ö12			,569			
Ö24				,690		
Ö9				,666		
Ö10				,641		
Ö23				,628		
Ö17				,516		
Ö33				,473		
Ö27					,836	
Ö30					,815	
Ö31						,687
Ö32						,613
Ö13						-,568
Kaiser – Meyer – Olkin (KMO) Testi				,701		

Bartlett Küresellik Testi	X ²	940,469
	Sd	351
	P	,000

Yapılan açıklayıcı faktör analizine göre maddelerin korelasyon yükleri -.688 ile .836 ($p<,001$) arasında olduğu görülmektedir. Açıklayıcı faktör analizinde temel bileşenler analizi kullanılmıştır. Örneklem sayısının yeterli büyüklükte olması ve faktör yükleri arasında korelasyon ilişkisi olmamasından dolayı varimax döndürme tekniği kullanılmıştır. Analiz sonucunda 6 alt boyut oluşmuştur. Sonuç olarak yine 6 alt boyutta toplam 27 madde ile ölçek oluşturulmuştur. Yedi alt boyutun gösterdiği toplam açıklanan toplam varyans yükü % 61,201 olarak bulunmuştur.

Tablo 4.12:Opera Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeğinin Güvenirlilik Katsayısı

	Cronbach's Alpha	Madde Sayısı
Faktör 1	,809	6
Faktör 2	,712	4
Faktör 3	,735	4
Faktör 4	,724	6
Faktör 5	,696	2
Faktör 6	,690	2
Toplam Ölçek	,811	27

Ölçeğinin güvenilirlik katsayısı ile ilgili bulgular tabloda verilmiştir. Tablodaki verilere göre ölçeğin tümüne ilişkin güvenilirlik katsayıları Cronbach Alfa ,811 değeri ile oldukça güvenilir olduğu belirlenmiştir.

4.1.5. Bale Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği Pilot Uygulaması

Pilot uygulaması için yapılan açıklayıcı faktör analizine 75 madde ile başlanmış tüm maddeler için toplam korelasyon incelenmiştir. Madde korelasyon değeri .25'den küçük olan maddeler atılmıştır. Yapılan analiz sonucunda madde-toplam korelasyon puanı .25'den küçük olan ve birden fazla boyutta yüksek faktör yükü olan ayrıca yükler arasındaki farkın .10'dan düşük olan maddeler çıkarılmıştır. Bu kapsamda toplam 35 madde analizden çıkarılmıştır.

Geriye kalan 40 madde ile analiz tekrar yapılmıştır. KMO ,827 değer ile oldukça anlamlı olduğu belirlenmiştir.

Tablo 4.13:Bale Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği PilotAçıklayıcı Faktör Analizi
Dışında Bırakılan Maddeler

Tanımlar	Mevcut Bölüm	Kısaltmalar
Temsil öncesi kalbim dışarı fırlayacak gibi çarpar	Performans Kaygısı	P1
Performans sırasında kaslarıma kramp girmesi ihtimali kaygımı artırır.	Performans Kaygısı	P5
Yatkın olduğumdan farklı karakterdeki rolleri oynamak kaygımı artırır	Performans Kaygısı	P10
Hasta iken sahneye çıkmak zorunda kalmak kaygım artar	Performans Kaygısı	P11
Basın tarafından kötü eleştirilere maruz kalmak beni kaygılandırır	Performans Kaygısı	P13
Temsile hazırlanırken çok sık tualete gitme ihtiyacı duyarım	Performans Kaygısı	P15
Temsil sırasında ağzım kurur	Performans Kaygısı	P20
Solo performanslarda, korolu sahnelerden daha fazla heyecan duyarım	Performans Kaygısı	P21
Diğer sanatçıların performansını olumsuz değerlendirecekleri düşüncesi kaygımı artırır	Performans Kaygısı	P22
Riskli hareketlerde başarılı olamamak beni kaygılandırır	Performans Kaygısı	P24
Performansın sonunu getirememe düşüncesi kaygımı artırır	Performans Kaygısı	P25
Performans sırasında terlemek ve kötü kokma ihtimali beni kaygılandırır	Performans Kaygısı	P28
Partnerimin hata yapması kaygımı artırır	Performans Kaygısı	P29
Aksesuarlarımı zamanında elimde ve sahnede bulmam gereken yerde bulamama düşüncesi kaygılanırım	Performans Kaygısı	P33
Turnelerde yerleşik temsillerden daha fazla kaygılanırım	Performans Kaygısı	P35

Antreyi kaçırma ihtimali kaygımı artırır	Performans Kaygısı	P36
Daha önceden yaşadığım bir olumsuzluğun temsil sırasında tekrarlanacağından korkarım	Performans Kaygısı	P37
En büyük korkum temsilim olduğunu unutmaktır	Performans Kaygısı	P43
Sahnede ritim kaçırdığımda çok gerilirim	Performans Kaygısı	P44
Temsile yakın rüyalarımda sürekli sahnede olumsuzluklar olduğumu görür ve rahat uyuyamam	Performans Kaygısı	P45
Nefesimi rahat kullanamadığımda panik olurum	Performans Kaygısı	P46
Bedenimde düşük enerji hissettiğimde sahnede iyi bir performans sergileyemeyeceğim düşüncesiyle kaygılanırım.	Performans Kaygısı	P47
Temsil sırasında iki antre arasında kostüm değiştirmek için sürenin yetersiz olması kaygımı artırır.	Performans Kaygısı	P49
Temsil öncesi ve sırasında aniden kaslarıma kramp girme ihtimali kaygımı artırır.	Performans Kaygısı	P54
Sahnenin aşırı ışıklandırılmış olması kaygımı artırır	Performans Kaygısı	P56
Sahnenin büyüklüğü kaygımı artırır.	Performans Kaygısı	P57
Seyirci sayısı arttıkça kaygım artar.	Performans Kaygısı	P58
Kostümümün takılma ihtimali beni kaygılandırır.	Performans Kaygısı	P59
Kostümün temizlemeciden daralmış olarak gelmesi kaygımı artırır.	Performans Kaygısı	P60
Kırpık veya saçımın görüşümü engelleyecek şekilde gözümün önüne gelmesi beni son derece gergin hale getirir.	Performans Kaygısı	P61
Prova kıyafetlerimi çıkarmayı unutarak sahneye çıkacağımdan kaygılanırım.	Performans Kaygısı	P62
Hastayken sahneye çıktığımda performansımı tam olarak ortaya koyamamaktan dolayı gerilirim.	Performans Kaygısı	P63
Performans sırasında görüntü kaydı alınması kaygımı artırır.	Performans Kaygısı	P64
Yeterli çalışma ve prova süresi olmadığında sahneye çıkmak durumunda kaldığımda normalden daha çok kaygılanırım.	Performans Kaygısı	P65
Turnelerde, yerleşik temsillerden daha fazla kaygılanırım	Performans Kaygısı	P66

Tablo 4.14:Bale Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği Pilot Açıklayıcı Faktör Analizi
Sonuçları

	1	2	3	4	5	6
P7	,854					
P8	,773					
P12	,751					
P6	,739					
P9	,726					
P14	,662					
P67	,610					
P4	,579					
P17	,544					
P74		,813				
P71		,792				
P69		,778				
P73		,759				
P75		,658				
P70		,625				
P72		,625				
P68		,594				
P48			,734			
P51			,712			
P55			,712			
P38			,663			
P52			,632			
P50			,608			
P53			,604			
P23			,573			
P39			,526			
P26			,473			
P31				,752		
P30				,678		
P27				,672		
P41				,637		
P42				,604		
P18				,600		
P40				,532		
P3					,821	
P2					,761	
P16					,641	

P19		,602
P34		,701
P32		,658
Kaiser – Meyer – Olkin (KMO) Testi		,827
Bartlett Küresellik Testi	X ²	2774,260
	Sd	780
	P	,000

Yapılan açıklayıcı faktör analizine göre maddelerin korelasyon yükleri. 473 ile .854 ($p<,001$) arasında olduğu görülmektedir. Açıklayıcı faktör analizinde temel bileşenler analizi kullanılmıştır. Varimax döndürme tekniği kullanılmıştır. Analiz sonucunda 6 alt boyut oluşmuştur. Sonuç olarak yine 6 alt boyutta toplam 40 madde ile ölçek oluşturulmuştur. Altı alt boyutun gösterdiği toplam açıklanan toplam varyans yükü % 63,662 olarak bulunmuştur.

Tablo 4.15:Bale Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği Ölçeğinin Güvenirlilik Katsayısı

	Cronbach's Alpha	Madde Sayısı
Faktör 1	,914	9
Faktör 2	,920	8
Faktör 3	,911	10
Faktör 4	,812	7
Faktör 5	,811	4
Faktör 6	,670	2
Toplam Ölçek	,952	40

Ölçeğinin güvenilirlik katsayısı ile ilgili bulgular Tablo 'de verilmiştir. Tablodaki verilere göre ölçeğin tümüne ilişkin güvenilirlik katsayıları Cronbach Alfa ,952 değeri ile oldukça güvenilir olduğu belirlenmiştir.

4.1.6. Bale Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeği Pilot Uygulaması

Pilot uygulaması için yapılan açıklayıcı faktör analizine 43 madde ile başlanmış tüm maddeler için toplam korelasyon incelenmiştir. Madde korelasyon değeri .25'den küçük olan maddeler atılmıştır. Yapılan analiz sonucunda madde-toplam korelasyon puanı .25'den küçük olan ve birden fazla boyutta yüksek faktör yükü olan ayrıca yükler arasındaki farkın .10'dan düşük olan maddeler çıkarılmıştır. Bu kapsamda toplam 11 madde analizden çıkarılmıştır.

Geriye kalan 32 madde ile analiz tekrar yapılmıştır. KMO, 782 değer ile oldukça anlamlı olduğu belirlenmiştir.

Tablo 4.16:Bale Sanatçıları Özyeterlilik ÖlçeğiPilotAçıklayıcı Faktör Analizi Dışında Bırakılan Maddeler

Tanımlar	Mevcut Bölüm	Kısaltmalar
Her karaktere kolaylıkla adapte olabilirim	Özyeterlilik	Ö5
Ben dans etmek için doğmuşum	Özyeterlilik	Ö12
Müziğe çok kolay adapte olurum	Özyeterlilik	Ö13
Performans sırasında herhangi bir olumsuzluk yaşamam için neden yoktur.	Özyeterlilik	Ö14
Bir sorun yaşadığımda kendimi doğru şekilde ifade edebileceğimden eminim	Özyeterlilik	Ö18
Modern dans repertuarında kendimi başarılı bulmuyorum	Özyeterlilik	Ö21
Sahne performansı sırasında bazen nefesimin yetmediğini hissediyorum	Özyeterlilik	Ö23
Koreografik kombinasyonlardaki aukt hareketlerdeki yaratıcılığım güvenirim	Özyeterlilik	Ö26
Lirik repertuarda kendimi başarılı buluyorum	Özyeterlilik	Ö35
Ritim duygumun gelişmiş olması performansımı olumlu etkiler	Özyeterlilik	Ö37
Öğrendiğim koreografyi üzerinden zaman geçse de unutmam	Özyeterlilik	Ö39

Tablo 4.17:Bale Sanatçıları Özyeterlilik ÖlçeğiPilotAçıklayıcı Faktör Analizi Sonuçları

	1	2	3	4	5	6
Ö3	,783					
Ö2	,768					
Ö6	,701					
Ö4	,695					
Ö1	,689					
Ö8	,677					
Ö7	,655					

Ö9	,598		
Ö10	,595		
Ö11	,552		
Ö15	,514		
Ö27		,852	
Ö17		,747	
Ö33		,662	
Ö25		,582	
Ö29		,541	
Ö28		,417	
Ö43		,810	
Ö36		,781	
Ö41		,672	
Ö19		,599	
Ö42		,561	
Ö40			,711
Ö34			,693
Ö38			,574
Ö24			,472
Ö16			,529
Ö32			,501
Ö20			,428
Ö30			,732
Ö22			,690
Ö31			,678
Kaiser – Meyer – Olkin (KMO) Testi			,782
Bartlett Küresellik Testi	X ²	1825,666	
	Sd	496	
	P	,000	

Yapılan açıklayıcı faktör analizine göre maddelerin korelasyon yükleri. 417 ile .852 ($p<,001$) arasında olduğu görülmektedir. Açıklayıcı faktör analizinde temel bileşenler analizi kullanılmıştır. Varimax döndürme tekniği kullanılmıştır. Analiz sonucunda 6 alt boyut oluşmuştur. Sonuç olarak yine 6 alt boyutta toplam 33 madde ile ölçek oluşturulmuştur. Altı alt boyutun gösterdiği toplam açıklanan toplam varyans yükü % 59,828 olarak bulunmuştur.

Tablo 4.18:Bale Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeğinin Güvenirlilik Katsayısı

	Cronbach's Alpha	Madde Sayısı
Faktör 1	,905	11
Faktör 2	,831	6
Faktör 3	,830	5
Faktör 4	,716	4
Faktör 5	,309	3
Faktör 6	,575	3
Toplam Ölçek	,901	33

Ölçeğin güvenilirlik katsayısı ile ilgili bulgular Tablo 'de verilmiştir. Tablodaki verilere göre ölçeğin tümüne ilişkin güvenilirlik katsayıları Cronbach Alfa ,901 değeri ile oldukça güvenilir olduğu belirlenmiştir. Faktör 5 ve Faktör 6 alt boyutlarının güvenilirliği düşük olduğu belirlenmiştir.

4.1.7. Bale Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği Pilot Uygulaması

Açıklayıcı faktör analizine 54 madde ile başlanmış tüm maddeler için toplam korelasyon incelenmiştir. Madde korelasyon değeri .25'den küçük olan maddeler atılmıştır. Yapılan analiz sonucunda madde-toplam korelasyon puanı .25'den küçük olan ve birden fazla boyutta yüksek faktör yükü olan ayrıca yükler arasındaki farkın .10'dan düşük olan maddeler çıkarılmıştır. Bu kapsamda toplam 25 madde analizden çıkarılmıştır. Geriye kalan 29 madde ile analiz tekrar yapılmıştır. KMO ,835 değer ile oldukça anlamlı olduğu belirlenmiştir.

Tablo 4.19:Bale Öğrencileri Performans Kaygısı ÖlçeğiPilotAçıklayıcı Faktör Analizi Dışında Bırakılan Maddeler

Tanımlar	Mevcut Bölüm	Kısaltmalar
Sınav ve performans öncesi kalbim dışarı fırlayacak gibi olur	Performans Kaygısı	P1
Temsil başlangıcında miden kasılır	Performans Kaygısı	P2
Sınav/Performans sırasında hareketleri ve koreografiyi karıştırma korkusu yaşarım.	Performans Kaygısı	P4
Koreografi zorlaştıkça kaygım artar.	Performans Kaygısı	P6

Sınav / performans sırasında dengemi kaybederek / kayarak düşme olasılığı bende kaygıya neden olur.	Performans Kaygısı	P7
Performans sırasında arkadaşlarım tarafından olumsuz değerlendirilme ihtimal beni kaygılandırır.	Performans Kaygısı	P8
Başkasının yerine acilen sınava/yarışmaya çağrılmak beni kaygılandırır	Performans Kaygısı	P11
Sınav öncesi kaygıdan uyuyamam	Performans Kaygısı	P13
Sınav sırasında dans ederken ağzın (boğazım) kurur	Performans Kaygısı	P14
Okul performanslarında / yarışmalarda solo dansta, korolu sahnelerden daha fazla kaygı duyarım	Performans Kaygısı	P15
Pas de deux sırasında partnerimin hareket dizisini unutması beni kaygılandırır	Performans Kaygısı	P16
Sınavlardan riskli dönüş hareketlerinde başarılı olamamak beni kaygılandırır	Performans Kaygısı	P17
Sınavda/performanslarda partnerimin beni havaya kaldıramama ya da düşürme olasılığı bende kaygı yaratır.	Performans Kaygısı	P19
Sınav/performans sırasında, piyanistin çalıştığımız tempoların aksine tempo değiştirmesi beni kaygılandırır	Performans Kaygısı	P20
Partnerimin hareketlerde hata yapması kaygımı artırır	Performans Kaygısı	P22
Daha önce yaşadığım bir olumsuzluğun, sınav/performans esnasında tekrarlanacağından korkarım	Performans Kaygısı	P26
Partnerimin gergin olması kaygımı artırır	Performans Kaygısı	P27
Sınav dönemlerinde sahnede olumsuzluklar olacağına dair düşüncelerim dolayısıyla uykularım kaçır	Performans Kaygısı	P31
Bedenimde düşük enerji hissettiğimde sınavda iyi bir performans sergileyemeyeceğim için kaygılanırım	Performans Kaygısı	P32
Sınavda düşük not alma ihtimali kaygımı artırır	Performans Kaygısı	P44
Yeterince hazırlanmadığımda sınavda kaygım artar	Performans Kaygısı	P45
Her sınavda önceki başarılarımın gerisinde kalacağımdan kaygı duyarım	Performans Kaygısı	P46
Pas de deux'de partnerimin hata yapması kaygımı artırır	Performans Kaygısı	P47
Arabesque yaparken kaygım artar	Performans Kaygısı	P50
Klasik bale kalıpları dışındaki hareketlerde daha çok kaygılanırım	Performans Kaygısı	P51

Tablo 4.20: Bale Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği Pilot Açıklayıcı Faktör Analizi
Sonuçları

	1	2	3	4	5	6
P33	,737					
P41	,734					
P34	,710					
P43	,673					
P40	,605					
P3	,442					
P52		,803				
P53		,785				
P48		,742				
P49		,616				
P18		,606				
P30		,556				
P37			,787			
P35			,754			
P36			,742			
P5			,557			
P54			,453			
P23				,752		
P38				,719		
P42				,696		
P39				,627		
P12					,771	
P9					,710	
P10					,659	
P29					,623	

P28		,685
P21		,570
P25		,552
P24		,530
Kaiser – Meyer – Olkin (KMO) Testi		,835
Bartlett Küresellik Testi	X ²	1532,765
	Sd	406
	p	,000

Yapılan açıklayıcı faktör analizine göre maddelerin korelasyon yükleri. 442 ile .803 (p<,001) arasında olduğu görülmektedir. Açıklayıcı faktör analizinde temel bileşenler analizi kullanılmıştır. Varimax döndürme tekniği kullanılmıştır. Analiz sonucunda 6 alt boyut oluşmuştur. Sonuç olarak yine 6 alt boyutta toplam 29 madde ile ölçek oluşturulmuştur. Altı alt boyutun gösterdiği toplam açıklanan toplam varyans yükü % 66,959 olarak bulunmuştur.

Tablo 4.21:Bale Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeğinin Güvenirlilik Katsayısı

	Cronbach's Alpha	Madde Sayısı
Faktör 1	,768	5
Faktör 2	,872	6
Faktör 3	,840	6
Faktör 4	,819	4
Faktör 5	,762	4
Faktör 6	,684	4
Toplam Ölçek	,944	29

Ölçeğinin güvenilirlik katsayısı ile ilgili bulgular Tablo 'de verilmiştir. Tablodaki verilere göre ölçeğin tümüne ilişkin güvenilirlik katsayıları Cronbach Alfa ,903 değeri ile oldukça güvenilir olduğu belirlenmiştir.

4.1.8. Bale Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeği Pilot Uygulaması

Pilot çalışama için yapılan açıklayıcı faktör analizine 37 madde ile başlanmış tüm maddeler için toplam korelasyon incelenmiştir. Madde korelasyon değeri .25'den küçük olan

maddeler atılmıştır. Yapılan analiz sonucunda madde-toplam korelasyon puanı .25'den küçük olan ve birden fazla boyutta yüksek faktör yükü olan ayrıca yükler arasındaki farkın .10'dan düşük olan maddeler çıkarılmıştır. Bu kapsamda toplam 10 madde analizden çıkarılmıştır. Geriye kalan 27 madde ile analiz tekrar yapılmıştır. KMO ,707 değer ile oldukça anlamlı olduğu belirlenmiştir.

Tablo 4.22:Bale Öğrencileri Özyeterlilik ÖlçeğiPilot Açıklayıcı Faktör Analizi Dışında Bırakılan Maddeler

Tanımlar	Mevcut Bölüm	Kısaltmalar
İyi bir balerin/balet olmak için gerekenleri çalışarak yapabilirim	Özyeterlilik	Ö4
Çalışarak bana verilecek tüm koreografileri başaracağımı düşünüyorum	Özyeterlilik	Ö7
Performans sırasında beklenmedik aksaklıkları kolayca yönetebileceğimden eminim	Özyeterlilik	Ö12
Seyredildiğimi hissettiğimde daha iyi dans ederim	Özyeterlilik	Ö16
Ritmi düşünürken koreografyi karıştırıyorum	Özyeterlilik	Ö21
Ritmik dersinde kendimi başarılı buluyorum	Özyeterlilik	Ö25
Drama(oyunculuk) dersinde kendimi başarılı buluyorum	Özyeterlilik	Ö29
Repertuar bilgim arttıkça kendime güvenim artar	Özyeterlilik	Ö32
Dönüşlerde kendimi yeterli bulmuyorum	Özyeterlilik	Ö33
Eskrim dersinde konsantrasyonuma güveniyorum	Özyeterlilik	Ö35

Tablo 4.23:Bale Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeği Pilot Açıklayıcı Faktör Analizi Sonuçları

	1	2	3	4	5
Ö36	,753				
Ö30	,706				
Ö8	,703				
Ö3	,701				
Ö23	,670				
Ö10	,656				
Ö24	,641				
Ö9	,635				

Ö11	,619		
Ö27	,610		
Ö26	,576		
Ö31	,484		
Ö22	,342		
Ö20		,869	
Ö19		,844	
Ö37		,777	
Ö28		-,548	
Ö18			,682
Ö5			,678
Ö17			,661
Ö34			,585
Ö1			,526
Ö13			-,813
Ö14			-,787
Ö15			,587
Ö6			,840
Ö2			,758
Kaiser – Meyer – Olkin (KMO) Testi			,707
Bartlett Küresellik Testi	X ²	993,488	
	Sd	351	
	p	,000	

Yapılan açıklayıcı faktör analizine göre maddelerin korelasyon yükleri. -342 ile .869 ($p < ,001$) arasında olduğu görülmektedir. Açıklayıcı faktör analizinde temel bileşenler analizi kullanılmıştır. Varimax döndürme tekniği kullanılmıştır. Analiz sonucunda 5 alt boyut oluşmuştur. Sonuç olarak yine 5 alt boyutta toplam 27 madde ile ölçek oluşturulmuştur. Altı alt boyutun gösterdiği toplam açıklanan toplam varyans yükü % 57,292 olarak bulunmuştur.

Tablo 4.24:Bale Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeğinin Güvenirlilik Katsayısı

	Cronbach's Alpha	Madde Sayısı
Faktör 1	,871	13
Faktör 2	,685	4
Faktör 3	,669	5
Faktör 4	,714	3
Faktör 5	,687	2

Toplam Ölçek	,843	27
--------------	------	----

Ölçeğinin güvenirlik katsayısı ile ilgili bulgular Tablo 'de verilmiştir. Tablodaki verilere göre ölçeğin tümüne ilişkin güvenirlik katsayıları Cronbach Alfa ,843 değeri ile oldukça güvenilir olduğu belirlenmiştir.

4.1.9.Tiyatro Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği Pilot Uygulaması

Pilot uygulaması için yapılan açıklayıcı faktör analizine 58 madde ile başlanmış tüm maddeler için toplam korelasyon incelenmiştir. Madde korelasyon değeri .25'den küçük olan maddeler atılmıştır. Yapılan analiz sonucunda madde-toplam korelasyon puanı .25'den küçük olan ve birden fazla boyutta yüksek faktör yükü olan ayrıca yükler arasındaki farkın .10'dan düşük olan maddeler çıkarılmıştır. Bu kapsamda toplam 24 madde analizden çıkarılmıştır. Geriye kalan 34 madde ile analiz tekrar yapılmıştır. KMO ,807 değer ile oldukça anlamlı olduğu belirlenmiştir.

Tablo 4.25:Tiyatro Sanatçıları Performans Kaygısı ÖlçeğiPilot Açıklayıcı Faktör Analizi Dışında Bırakılan Maddeler

Tanımlar	Mevcut Bölüm	Kısaltmalar
Seyirci ile buluşuyor olmak beni kaygılandırır	Performans Kaygısı	P4
Sahne üzerinde hata yaptığında partnerimin hatasını kamufle etmek kaygımı artırır	Performans Kaygısı	P6
Bilgisiz rejisörler/yöneticiler kaygımın artmasına neden olur.	Performans Kaygısı	P11
Kostüm/aksesuar/teknik hatalar beni çok kaygılandırır	Performans Kaygısı	P13
Seyircinin donuk olması kaygımı artırır	Performans Kaygısı	P14
Temsil öncesinde aklımdan sürekli ezberim geçer ve uykum kaçar...	Performans Kaygısı	P15
Yoğun prova ve temsil sezonunda hastalanmaktan çekindiğim için kalabalık ortamlardan kaçınırım.	Performans Kaygısı	P18
Rolüm zorlaştıkça kaygım artar	Performans Kaygısı	P20
Bilmediğim bir dilde icra ettiğim eserde daha çok kaygılanırım	Performans Kaygısı	P21

Temsil sırasında düşme ihtimali beni kaygılandırır	Performans Kaygısı	P23
Temsile hazırlanırken midemde sık sık reflü/ekşime/bulantı hissedirim	Performans Kaygısı	P26
Temsil öncesinde hazırlanırken çok sık tualete gitme ihtiyacı duyarım	Performans Kaygısı	P27
Temsil öncesinde heyecandan uyuyamam	Performans Kaygısı	P28
Temsil sırasında ağzım/boğazım kurur	Performans Kaygısı	P30
Diğer sanatçıların performansım hakkındaki olumsuz düşünceleri beni kaygılandırır	Performans Kaygısı	P31
Aksesuarlarımı zamanında elimde ve /veya sahnede bulmam gereken yerde bulamadığımda kaygılanırım	Performans Kaygısı	P34
Sahne arkadaşımın gerginliği kaygımı artırır	Performans Kaygısı	P37
En büyük korkum temsil günü hastalanmak ve temsile çıkamamaktır.	Performans Kaygısı	P38
Temsil sırasında boğazıma katar gelmesi ve bunu tahliye edecek zamanımın olmama ihtimali beni kaygılandırır	Performans Kaygısı	P39
Performans sırasında nefesimi doğru kullanamadığımda panik olurum	Performans Kaygısı	P41
Enerjimin düşük olduğunu hissettiğimde iyi bir performans sergileyemeyeceğimden endişe duyarım	Performans Kaygısı	P42
Seyircinin kendi arasında fisıldaması kaygımı artırır	Performans Kaygısı	P54
Eserin müzikal olması kaygımı artırır	Performans Kaygısı	P58

Tablo 4.26: Tiyatro Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği Pilot Açıklayıcı Faktör Analizi Sonuçları

	1	2	3	4	5	6	7	8
P52	,820							
P53	,803							
P54	,725							
P47	,693							
P51	,603							
P58	,588							
P56	,561							
P50	,484							
P29		,738						
P45		,668						

P46	,667			
P41	,653			
P57	,622			
P34	,553			
P17	,490			
P25		,788		
P24		,761		
P12		,733		
P10		,675		
P37			,772	
P36			,710	
P22			,704	
P5			,670	
P9			,661	
P49				,698
P3				,687
P2				,637
P1				,562
P7				,777
P44				,631
P16				,619
P33				,757
P19				,562
P8				,757
P48				-,506
Kaiser – Meyer – Olkin (KMO)				,807
Testi				
Bartlett Küresellik Testi	X ²		2120,033	
	Sd		595	
	p		,000	

Yapılan açıklayıcı faktör analizine göre maddelerin korelasyon yükleri .484 ile .820 ($p<,001$) arasında olduğu görülmektedir. Açıklayıcı faktör analizinde temel bileşenler analizi kullanılmıştır. Varimax döndürme tekniği kullanılmıştır. Analiz sonucunda 8 alt boyut oluşmuştur. Sonuç olarak yine 8 alt boyutta toplam 35 madde ile ölçek oluşturulmuştur. Sekiz alt boyutun gösterdiği toplam açıklanan toplam varyans yükü % 66,824 olarak bulunmuştur.

Tablo 4.27:Tiyatro Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeğinin Güvenirlilik Katsayısı

	Cronbach's Alpha	Madde Sayısı
Faktör 1	,857	9
Faktör 2	,834	7
Faktör 3	,866	4
Faktör 4	,863	5
Faktör 5	,689	4
Faktör 6	,645	3
Faktör 7	,649	2
Faktör 8	-,282	2
Toplam Ölçek	,917	35

Ölçeğinin güvenilirlik katsayısı ile ilgili bulgular Tablo 'de verilmiştir. Tablodaki verilere göre ölçeğin tümüne ilişkin güvenilirlik katsayıları CronbachAlfa ,917 değeri ile oldukça güvenilir olduğu belirlenmiştir. Faktör 8 ise güvenilirliği düşük olduğu belirlenmiştir.

4.1.10. Tiyatro Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeği Pilot Uygulaması

Pilot çalışma için yapılan açıklayıcı faktör analizine 30 madde ile başlanmış tüm maddeler için toplam korelasyon incelenmiştir. Madde korelasyon değeri .25'den küçük olan maddeler atılmıştır. Yapılan analiz sonucunda madde-toplam korelasyon puanı .25'den küçük olan ve birden fazla boyutta yüksek faktör yükü olan ayırcayükler arasındaki farkın .10'dan düşük olan maddeler çıkarılmıştır. Bu kapsamda toplam 10 madde analizden çıkarılmıştır. Geriye kalan 20 madde ile analiz tekrar yapılmıştır. KMO ,830 değer ile anlamlı olduğu belirlenmiştir.

Tablo 4.28: Tiyatro Sanatçıları Özyeterlilik ÖlçeğiPilot Açıklayıcı Faktör Analizi Dışında Bırakılan Maddeler

Tanımlar	Mevcut Bölüm	Kısaltmalar
Karakterin gerektirdiği tamperamanı sahnede yansıtabilirim.	Öz Yeterlilik	Ö7
Sanatımda disiplinli oluşuma güvenirim.	Öz Yeterlilik	Ö11

Bedenimi ve sesimi koruma becerime güvenirim.	Öz Yeterlilik	Ö12
Ben tiyatro sanatçısı olmak için doğmuşum	Öz Yeterlilik	Ö13
Beden kaslarımın güçlü oluşu performansımı olumlu etkiler	Öz Yeterlilik	Ö14
Kurumdaki diğer bireylerle olan ilişkim sahne performansımı olumlu etkiler	Öz Yeterlilik	Ö19
Kendimden ve yeteneklerimden asla şüphe duymam	Öz Yeterlilik	Ö21
Eserleri / tiratları kolay ezberlerim	Öz Yeterlilik	Ö22
Yüzüm yapılan makyajı çok iyi yansıtır.	Öz Yeterlilik	Ö28
Yabancı dil bilgim performansım sırasında bana avantaj sağlar	Öz Yeterlilik	Ö29

Tablo 4.29:Tiyatro Sanatçıları Özyeterlilik ÖlçeğiPilot Açıklayıcı Faktör Analizi Sonuçları

	1	2	3	4
Ö2	,821			
Ö3	,782			
Ö6	,763			
Ö5	,753			
Ö1	,727			
Ö26	,670			
Ö4	,659			
Ö18	,626			
Ö10		,707		
Ö17		-,701		
Ö23		,631		
Ö25		-,626		
Ö20		,548		
Ö9		,521		
Ö16			,762	
Ö15			,712	
Ö8			,707	
Ö24			,675	
Ö30				-,767
Ö27				,753
Kaiser – Meyer – Olkin (KMO)			,830	
Testi				
Bartlett Küresellik Testi		X ²	874,145	
		Sd	190	

Yapılan açıklayıcı faktör analizine göre maddelerin korelasyon yükleri .521 ile .821 ($p<,001$) arasında olduğu görülmektedir. Açıklayıcı faktör analizinde temel bileşenler analizi kullanılmıştır. Varimax döndürme tekniği kullanılmıştır. Analiz sonucunda 4 alt boyut oluşmuştur. Sonuç olarak yine 4 alt boyutta toplam 20 madde ile ölçek oluşturulmuştur. Dört alt boyutun gösterdiği toplam açıklanan toplam varyansyüğü% 58,939 olarak bulunmuştur.

Tablo 4.30:Tiyatro Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeğinin Güvenirlilik Katsayısı

	Cronbach's Alpha	Madde Sayısı
Faktör 1	,886	8
Faktör 2	,374	6
Faktör 3	,748	4
Faktör 4	,793	2
Toplam Ölçek	,846	20

Ölçeğinin güvenilirlik katsayısı ile ilgili bulgular Tablo 'de verilmiştir. Tablodaki verilere göre ölçeğin tümüne ilişkin güvenilirlik katsayıları Cronbach Alfa ,846 değeri ile oldukça güvenilir olduğu belirlenmiştir. Faktör 2'nin ise, güvenilirlik düzeyinin düşük olduğu belirlenmiştir.

4.1.11.Tiyatro Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği Pilot Uygulaması

Pilot çalışma için yapılan açıklayıcı faktör analizine 30 madde ile başlanmış tüm maddeler için toplam korelasyon incelenmiştir. Madde korelasyon değeri .25'den küçük olan maddeler atılmıştır. Yapılan analiz sonucunda madde-toplam korelasyon puanı .25'den küçük olan ve birden fazla boyutta yüksek faktör yükü olan ayrıca yükler arasındaki farkın .10'dan düşük olan maddeler çıkarılmıştır. Bu kapsamda toplam 5 madde analizden çıkarılmıştır. Geriye kalan 25 madde ile analiz tekrar yapılmıştır. KMO ,778 değer ile oldukça anlamlı olduğu belirlenmiştir.

Tablo 4.31:Tiyatro Öğrencileri Performans Kaygısı ÖlçeğiPilot Açıklayıcı Faktör Analizi

Dışında Bırakılan Maddeler

Tanımlar	Mevcut Bölüm	Kısaltmalar
Sınavlarda performansımın kayıt altına alınması kaygımı artırır	Performans Kaygısı	P2
Sınav dönemlerine yaklaştıkça kaygı düzeyim artar.	Performans Kaygısı	P7
Sesimin kısılma olasılığı beni kaygılandırır	Performans Kaygısı	P12
Performans öncesi kalbim dışarı fırlayacak gibi çarpar.	Performans Kaygısı	P16
Performans sırasında seyircilerin kaygımı anlayacakları düşüncesi endişemi artırır.	Performans Kaygısı	P29

Tablo 4.32: Tiyatro Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği Pilot Açıklayıcı Faktör Analizi Sonuçları

	1	2	3	4	5	6
P27	,831					
P26	,790					
P3	,614					
P25	,614					
P6	,591					
P24	,477					
P11		,758				
P10		,700				
P13		,625				
P8		,595				
P4			,657			
P5			,644			
P14			,595			
P1			,553			
P22			,522			
P23				,802		
P19				,778		
P20				,588		
P17					,675	
P18					,657	
P15					,626	
P21					,621	
P30					,424	
P9						,747
P28						,625

Kaiser – Meyer – Olkin (KMO) Testi		,778
Bartlett Küresellik Testi	X ²	761,414
	Sd	300
	p	,000

Yapılan açıklayıcı faktör analizine göre maddelerin korelasyon yükleri .424 ile .831 (p<,001) arasında olduğu görülmektedir. Açıklayıcı faktör analizinde temel bileşenler analizi kullanılmıştır. Varimax döndürme tekniği kullanılmıştır. Analiz sonucunda 6 alt boyut oluşmuştur. Sonuç olarak yine 6 alt boyutta toplam 25 madde ile ölçek oluşturulmuştur. Altı alt boyutun gösterdiği toplam açıklanan toplam varyans yükü % 57,315 olarak bulunmuştur.

Tablo 4.33: Tiyatro Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeğinin Güvenirlilik Katsayısı

	Cronbach's Alpha	Madde Sayısı
Faktör 1	,833	4
Faktör 2	,735	5
Faktör 3	,640	4
Faktör 4	,693	5
Faktör 5	,685	2
Faktör 6	,635	4
Toplam Ölçek	,859	24

Ölçeğinin güvenilirlik katsayısı ile ilgili bulgular Tablo 'de verilmiştir. Tablodaki verilere göre ölçeğin tümüne ilişkin güvenilirlik katsayıları Cronbach Alfa ,859 değeri ile oldukça güvenilir olduğu belirlenmiştir.

4.1.12. Tiyatro Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeği Pilot Uygulaması

Pilot uygulaması için yapılan açıklayıcı faktör analizine 31 madde ile başlanmış tüm maddeler için toplam korelasyon incelenmiştir. Madde korelasyon değeri .25'den küçük olan maddeler atılmıştır. Yapılan analiz sonucunda madde-toplam korelasyon puanı .25'den küçük olan ve birden fazla boyutta yüksek faktör yükü olan ayrıca yükler arasındaki farkın .10'dan düşük olan maddeler çıkarılmıştır. Bu kapsamda toplam 6 madde analizden çıkarılmıştır. Geriye kalan 25 madde ile analiz tekrar yapılmıştır. KMO ,708 değer ile anlamlı olduğu belirlenmiştir.

Tablo 4.34:Tiyatro Öğrencileri Özyeterlilik ÖlçeğiPilot Açıklayıcı Faktör Analizi Dışında Bırakılan Maddeler

Tanımlar	Mevcut Bölüm	Kısaltmalar
Hocalarımla iyi ilişkiler içerisinde olmam kendime olan güvenimi artırır.	Öz Yeterlilik	Ö12
Sahne sınavında performansıma güvenirim.	Öz Yeterlilik	Ö19
Her yaştaki insanın sesini yansıtabileceğime inanıyorum	Öz Yeterlilik	Ö27
Tüm karakterleri kolaylıkla yansıtabileceğime inanıyorum	Öz Yeterlilik	Ö29
Geleneksel Türk tiyatrosu dersinde kendimi başarılı buluyorum	Öz Yeterlilik	Ö30
Türk müzikalleri dersinde çok başarılıyım.	Öz Yeterlilik	Ö31

Tablo 4.35: Tiyatro Öğrencileri Özyeterlilik ÖlçeğiPilot Açıklayıcı Faktör Analizi Sonuçları

	1	2	3	4	5
Ö25	,696				
Ö22	,691				
Ö24	,663				
Ö23	,661				
Ö28	,601				
Ö26	,574				
Ö20	,526				
Ö3		,792			
Ö5		,749			
Ö4		,735			
Ö7		,729			
Ö13		,614			
Ö16			,917		
Ö15			,818		
Ö17			,575		
Ö21			,420		
Ö10				,790	
Ö11				,749	
Ö18				,510	
Ö1				-,505	
Ö14					,733
Ö2					,562
Ö6					-,526
Ö9					,490
Ö8					,441
Kaiser – Meyer – Olkin (KMO) Testi				,708	
Bartlett Küresellik Testi		X ²	838,618		
		Sd	325		
		P	,000		

Yapılan açıklayıcı faktör analizine göre maddelerin korelasyon yükleri .420 ile .917 ($p<,001$) arasında olduğu görülmektedir. Açıklayıcı faktör analizinde temel bileşenler analizi kullanılmıştır. Varimax döndürme tekniği kullanılmıştır. Analiz sonucunda 5 alt boyut oluşmuştur. Sonuç olarak yine 5 alt boyutta toplam 25 madde ile ölçek oluşturulmuştur. Beş alt boyutun gösterdiği toplam açıklanan toplam varyans yükü % 54,196 olarak bulunmuştur.

Tablo 4.36:Tiyatro Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeğinin Güvenirlilik Katsayısı

	Cronbach's Alpha	Madde Sayısı
Faktör 1	,780	7
Faktör 2	,821	5
Faktör 3	,790	4
Faktör 4	,391	4
Faktör 5	,456	5
Toplam Ölçek	,837	25

Ölçeğinin güvenilirlik katsayısı ile ilgili bulgular Tablo 'de verilmiştir. Tablodaki verilere göre ölçeğin tümüne ilişkin güvenilirlik katsayıları Cronbach Alfa ,812 değeri ile oldukça güvenilir olduğu belirlenmiştir.

4.2. AÇIKLAYICI FAKTÖR ANALİZLERİ

4.2.1. Opera Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi ve Güvenirlilik Çalışması

Tablo 4.37:Opera Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi

	1	2	3	4	Madde Toplam Puan Korelasyonu
P14	,771				,550
P13	,745				,477
P54	,719				,610
P17	,701				,603
P18	,667				,588
P52	,654				,561
P53	,629				,576
P45	,613				,734
P44	,580				,602
P46	,502				,535
P26		,728			,489

P25		,728		,428
P9		,711		,454
P42		,675		,623
P7		,672		,423
P24		,655		,581
P28		,632		,498
P50			,817	,451
P56			,806	,402
P57			,772	,429
P51			,576	,276
P2			,570	,253
P30				,678
P47				,669
P31				,624
P48				,580
P16				,544
Faktör Yükleri	18,553	14,774	11,085	9,887
Açıklanan Toplam Varyans			54,299	
Kaiser-Meyer-Olkin (KMO)			,829	
Bartlett's Test			1706,105 (0,000)	
Serbestlik Derecesi			351	

Yapılan açıklayıcı faktör analizi sonucunda toplam 8 madde analizden çıkarılmıştır. Geriye kalan 27 madde ile analiz tekrar yapılmıştır. KMO ,829 değeri ile oldukça anlamlı olduğu belirlenmiştir. Açıklanan toplam faktör yükünün %54,299 olduğu görülmektedir.

Madde toplam korelasyon tablosuna bakıldığında, bütün değerlerin pozitif değerli olduğu ve ,25'den büyük olması nedeniyle madde toplam korelasyon sonucunda hiçbir madde analiz dışında bırakılmamıştır.

Tablo 4.38:Opera Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi Dışında Bırakılan Maddeler

Tanımlar	Mevcut Bölüm	Kısaltmalar
Sesimin kısılma olasılığı kaygımı arttırır	Performans Kaygısı	P1
Yoğun prova ve temsil sezonunda hastalanmamak için kendimi kalabalık ortamlarda soyutlarım	Performans Kaygısı	P3

Performansımın basın tarafından kötü eleştirilere maruz kalması ihtimali beni kaygılandırır	Performans Kaygısı	P11
Temsillerde konserlerde daha fazla gerilirim	Performans Kaygısı	P22
Eserin tiz ve zor pasajlı notaları beni kaygılandırır	Performans Kaygısı	P23
Orkestralı konserlerde piyano eşlikli konserlerden daha fazla kaygılanırım	Performans Kaygısı	P39
Temsilin prömiyer olması kaygımı artırır	Performans Kaygısı	P60
Sahnede mikrofonun var olması beni rahatlatır.	Performans Kaygısı	P61*

Tablo 4.39:Opera Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeğinin Güvenirlilik Katsayısı

	Cronbach's Alpha	Madde Sayısı
Faktör 1	,886	10
Faktör 2	,850	7
Faktör 3	,798	5
Faktör 4	,703	5
Toplam Ölçek	,908	27

Tablodaki verilere göre ölçeğin tümüne ilişkin güvenilirlik katsayıları Cronbach Alfa ,908 değeri ile oldukça güvenilir olduğu belirlenmiştir.

4.2.2. Opera Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi ve Güvenirlilik Çalışması

Tablo 4.40:Opera Sanatçı Özyeterlilik Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi

	1	2	3	4	Madde Toplam Puan Korelasyonu
Ö6	,826				,655
Ö3	,807				,569
Ö4	,807				,583
Ö7	,755				,614
Ö5	,742				,599
Ö8	,690				,675
Ö1	,588				,494
Ö2	,583				,547

Ö35		,786		,525
Ö32		,700		,574
Ö36		,667		,504
Ö27		,611		,641
Ö30		,512		,603
Ö29		,507		,365
Ö28		,498		,349
Ö26		,491		,413
Ö13		,389		,471
Ö34		,368		,276
Ö22			,820	,435
Ö23			,752	,462
Ö21			,700	,540
Ö20			,675	,494
Ö18			,497	,578
Ö14*				-,664
Ö24				,423
Faktör	20,658	15,015	12,927	5,248
Yükleri				
Açıklanan Toplam Varyans			53,847	
Kaiser-Meyer-Olkin (KMO)			,854	
Bartlett's Test			1633,504 (0,000)	
Serbestlik Derecesi			300	

Yapılan açıklayıcı faktör analizi sonucunda toplam 3 madde analizden çıkarılmıştır. Geriye kalan 25 madde ile analiz tekrar yapılmıştır. KMO ,854 değeri ile oldukça anlamlı olduğu belirlenmiştir. Açıklanan toplam faktör yükünün %53,847 olduğu görülmektedir.

Madde toplam korelasyon tablosuna bakıldığında, bütün değerlerin pozitif değerli olduğu ve ,25'den büyük olması nedeniyle madde toplam korelasyon sonucunda hiçbir madde analiz dışında bırakılmamıştır.

Tablo 4.41:Opera Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi Dışında Bırakılan Maddeler

Tanımlar	Mevcut Bölüm	Kısaltmalar
Orkestraya kolay adapte olurum	Öz Yeterlilik	Ö10
Müzikal olarak eserdeki tüm nüansları yorumlayabilirim	Öz Yeterlilik	Ö25
Yabancı lisan bilgim sayesinde performansım daha iyidir.	Öz Yeterlilik	Ö33

Tablo 4.42:Opera Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeğinin Güvenirlilik Katsayısı

	Cronbach's Alpha	Madde Sayısı
Faktör 1	,900	8
Faktör 2	,801	10
Faktör 3	,663	5
Faktör 4	,280	2
Toplam Ölçek	,892	25

Tablodaki verilere göre ölçeğin tümüne ilişkin güvenilirlik katsayıları Cronbach Alfa ,892 değeri ile oldukça güvenilir olduğu belirlenmiştir.

4.2.3. Opera Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi ve Güvenirlilik Çalışması

Tablo 4.43:Opera Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi

	1	2	3	4	5	Madde Toplam Puan Korelasyonu
P27	,734					,562
P24	,727					,553
P26	,673					,632
P25	,627					,579
P23	,539					,400
P3		,902				,551

P2						,877				,533
P7						,554				,561
P5						,541				,624
P4						,515				,569
P16							,785			,557
P14							,784			,464
P15							,631			,602
P19								,791		,520
P18								,767		,325
P20								,598		,494
P28									,794	,326
P22									,717	,428
Faktör Yükleri	16,566	15,024	12,071	11,187	8,655					
Açıklanan Toplam Varyans										63,502
Kaiser-Meyer-Olkin (KMO)										,870
Bartlett's Test										1584,956 (0,000)
Serbestlik Derecesi										153

Yapılan açıklayıcı faktör analizi sonucunda toplam 1 madde analizden çıkarılmıştır. Geriye kalan 18 madde ile analiz tekrar yapılmıştır. KMO ,870 değer ile oldukça anlamlı olduğu belirlenmiştir. Açıklanan toplam faktör yükünün % 63,502 olduğu görülmektedir.

Madde toplam korelasyon tablosuna bakıldığında, bütün değerlerin pozitif değerli olduğu ve ,25'den büyük olması nedeniyle madde toplam korelasyon sonucunda hiçbir madde analiz dışında bırakılmamıştır.

Tablo 4.44:Opera Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi Dışında Bırakılan Maddeler

Tanımlar	Mevcut Bölüm	Kısaltmalar
Şan dersi yaparken diğer öğrencilerin dersimi izleyip/dinlemesi beni kaygılandırır	Performans Kaygısı	P10

Tablo 4.45:Opera Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeğinin Güvenirlilik Katsayısı

	Cronbach's Alpha	Madde Sayısı
Faktör 1	,784	5
Faktör 2	,828	5
Faktör 3	,736	3
Faktör 4	,674	4
Faktör 5	,580	2
Toplam Ölçek	,885	18

Tablodaki verilere göre ölçeğin tümüne ilişkin güvenilirlik katsayıları Cronbach Alfa ,885 değeri ile oldukça güvenilir olduğu belirlenmiştir.

4.2.4. Opera Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi ve Güvenilirlik Çalışması

Tablo 4.46:Opera Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi

	1	2	3	4	5	6	Madde Toplam Puan Korelasyonu
Ö2	,766						,381
Ö7	,724						,425
Ö15	,652						,552
Ö21	,618						,393
Ö1	,561						,392
Ö14	,544						,388
Ö5		,727					,431
Ö20		,694					,365
Ö18		,621					,381
Ö19*		,615					,317
Ö4		,574					,460
Ö16*		,505					,250
Ö17			,704				,463
Ö24			,699				,252
Ö10			,673				,438

Ö9				,641			,500
Ö33				,490			,404
Ö30*					,808		,283
Ö27*					,795		,434
Ö28						,836	,396
Ö29						,782	,441
Ö31							,698
Ö32							,649
Ö13*							,382
Faktör Yükleri	13,198	10,928	10,175	8,189	7,140	6,806	
Açıklanan Toplam Varyans				56,436			
Kaiser-Meyer-Olkin (KMO)				,787			
Bartlett's Test				1465,571 (0,000)			
Serbestlik Derecesi				276			

Yapılan açıklayıcı faktör analizi sonucunda toplam 3 madde analizden çıkarılmıştır. Geriye kalan 24 madde ile analiz tekrar yapılmıştır. KMO ,787 değeri ile oldukça anlamlı olduğu belirlenmiştir. Açıklanan toplam faktör yükünün %56,436 olduğu görülmektedir.

Madde toplam korelasyon tablosuna bakıldığında, bütün değerlerin pozitif değerli olduğu ve ,25'den büyük olması nedeniyle madde toplam korelasyon sonucunda hiçbir madde analiz dışında bırakılmamıştır.

Tablo 4.47:Opera Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi Dışında Bırakılan Maddeler

Tanımlar	Mevcut Bölüm	Kısaltmalar
Kendimi alan derslerimde başarılı buluyorum	Öz Yeterlilik	Ö3
Parçalarda işaretli tüm nüansları yapabilirim	Öz Yeterlilik	Ö12
Sesimi <i>forte</i> kullanabilme becerime güveniyorum	Öz Yeterlilik	Ö23

Tablo 4.48:Opera Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeğinin Güvenirlilik Katsayısı

	Cronbach's Alpha	Madde Sayısı
Faktör 1	,770	6
Faktör 2	,707	6
Faktör 3	,707	5
Faktör 4	,752	2
Faktör 5	,733	2
Faktör 6	,384	3
Toplam Ölçek	,833	24

Tablodaki verilere göre ölçeğin tümüne ilişkin güvenilirlik katsayıları Cronbach Alfa ,833 değeri ile oldukça güvenilir olduğu belirlenmiştir.

4.2.5. Bale Sanatçı Performans Kaygısı Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi ve Güvenirlilik Çalışması

Tablo 4.49:Bale Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi

	1	2	3	4	5	6	Madde Toplam Puan Korelasyonu
P7	,862						,622
P8	,793						,584
P9	,764						,566
P6	,754						,611
P12	,718						,601
P14	,645						,533
P4	,600						,586
P17	,573						,459
P74		,800					,544
P69		,778					,697
P73		,767					,596
P71		,751					,615
P75		,692					,523
P72		,657					,479
P68		,626					,664
P70		,582					,676

P51				,750			,569
P48				,739			,456
P55				,707			,737
P52				,659			,655
P50				,618			,652
P38				,594			,596
P53				,579			,630
P23				,519			,620
P39				,464			,548
P31					,710		,374
P27					,695		,468
P30					,691		,250
P41					,669		,411
P42					,576		,400
P40					,556		,491
P18					,555		,446
P3						,808	,450
P2						,738	,463
P16						,668	,500
P19						,624	,529
P34							,704
P32							,652
Faktör	14,335	13,487	12,331	9,753	7,890	4,739	
Yükleri							
Açıklanan Toplam Varyans				62,535			
Kaiser-Meyer-Olkin (KMO)				,842			
Bartlett's Test				2658,399 (0,000)			
Serbestlik Derecesi				703			

Yapılan açıklayıcı faktör analizi sonucunda toplam 2 madde analizden çıkarılmıştır. Geriye kalan 38 madde ile analiz tekrar yapılmıştır. KMO ,842 değeri ile oldukça anlamlı olduğu belirlenmiştir. Açıklanan toplam faktör yükünün %62,535 olduğu görülmektedir.

Madde toplam korelasyon tablosuna bakıldığında, bütün değerlerin pozitif değerli olduğu ve ,25'den büyük olması nedeniyle madde toplam korelasyon sonucunda hiçbir madde analiz dışında bırakılmamıştır.

Tablo 4.50:Bale Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi Dışında Bırakılan Maddeler

Tanımlar	Mevcut Bölüm	Kısaltmalar
Pas de deux sırasında partnerimin beni havaya kaldırdığında (lift) elinden düşürme olasılığı bende kaygı yaratır	Performans Kaygısı	P26
Eserin zor kombinasyonlu bölümleri kaygımı artırır	Performans Kaygısı	P67

Tablo 4.51:Bale Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeğinin Güvenirlilik Katsayısı

	Cronbach's Alpha	Madde Sayısı
Faktör 1	,902	8
Faktör 2	,913	8
Faktör 3	,897	9
Faktör 4	,805	7
Faktör 5	,802	4
Faktör 6	,638	2
Toplam Ölçek	,944	38

Tablodaki verilere göre ölçeğin tümüne ilişkin güvenilirlik katsayıları Cronbach Alfa ,944 değeri ile oldukça güvenilir olduğu belirlenmiştir.

4.2.6. Bale Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi ve Güvenirlilik Çalışması

Tablo 4.52:Bale Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi

	1	2	3	4	5	Madde Toplam Puan Korelasyonu
Ö3	,754					,548
Ö2	,735					,582
Ö6	,725					,583
Ö7	,699					,579
Ö1	,662					,562
Ö9	,664					,374

Ö8	,662					,568
Ö4	,625					,592
Ö11	,579					,650
Ö10	,577					,643
Ö15	,488					,623
Ö43		,837				,461
Ö36		,794				,591
Ö41		,657				,589
Ö19		,627				,427
Ö42		,609				,546
Ö27			,820			,611
Ö17			,720			,499
Ö33			,670			,595
Ö25			,612			,563
Ö29			,500			,550
Ö34				,750		,570
Ö38				,726		,504
Ö24				,442		,337
Ö30*					,732	,266
Ö31*					,706	,297
Ö22*					,656	,332
Faktör Yükleri	19,763	13,183	11,939	8,079	6,726	
Açıklanan Toplam Varyans			59,690			
Kaiser-Meyer-Olkin (KMO)			,811			
Bartlett's Test			1645,984 (0,000)			
Serbestlik Derecesi			351			

Yapılan açıklayıcı faktör analizi sonucunda toplam 1 madde analizden çıkarılmıştır. Geriye kalan 26 madde ile analiz tekrar yapılmıştır. KMO ,811 değeri ile oldukça anlamlı olduğu belirlenmiştir. Açıklanan toplam faktör yükünün %59,690 olduğu görülmektedir.

Madde toplam korelasyon tablosuna bakıldığında, bütün değerlerin pozitif değerli olduğu ve ,25'den büyük olması nedeniyle madde toplam korelasyon sonucunda hiçbir madde analiz dışında bırakılmamıştır.

Tablo 4.53:Bale Sanatçı Özyeterlilik Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi Dışında Bırakılan Maddeler

Tanımlar	Mevcut Bölüm	Kısaltmalar
Bana zor görünen eserleri çalışmaktan kaçınıyorum	Öz Yeterlilik	Ö16
Çalışma saat ve stratejilerimi çok iyi planlarım	Öz Yeterlilik	Ö20
Seyredilmek beni daha iyi dans etmeye teşvik eder	Öz Yeterlilik	Ö28
Yüzüm yapılan makyajı çok iyi yansıtır	Öz Yeterlilik	Ö32
Çalıştığım koreografileri kolaylıkla tekrar ederim	Öz Yeterlilik	Ö40

Tablo 4.54: Bale Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeği Ölçeğinin Güvenirlilik Katsayısı

	Cronbach's Alpha	Madde Sayısı
Faktör 1	,821	11
Faktör 2	,828	5
Faktör 3	,831	5
Faktör 4	,638	3
Faktör 5	,573	3
Toplam Ölçek	,887	27

Tablodaki verilere göre ölçeğin tümüne ilişkin güvenilirlik katsayıları Cronbach Alfa ,887 değeri ile oldukça güvenilir olduğu belirlenmiştir.

4.2.7. Bale Öğrenci Performans Kaygısı Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi ve Güvenilirlik Çalışması

Tablo 4.55:Bale Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi

	1	2	3	4	Madde Toplam Puan Korelasyonu
P52	,836				,659
P48	,790				,570
P53	,717				,639
P49	,661				,542
P18	,631				,580
P30	,556				,644
P37		,782			,689
P38		,767			,591
P36		,741			,689
P35		,668			,681
P23		,576			,608
P39		,547			,609
P41			,744		,607
P43			,673		,649
P33			,638		,439
P40			,622		,660
P34			,568		,615
P9				,794	,531
P10				,729	,568
P12				,618	,292
P29				,548	,527
Faktör Yükleri	18,639	17,427	15,290	10,605	
Açıklanan Toplam Varyans			61,961		
Kaiser-Meyer-Olkin (KMO)			,872		
Bartlett's Test			1638,911 (0,000)		
Serbestlik Derecesi			210		

Yapılan açıklayıcı faktör analizi sonucunda toplam 7 madde analizden çıkarılmıştır. Geriye kalan 21 madde ile analiz tekrar yapılmıştır. KMO ,872 değeri ile oldukça anlamlı olduğu belirlenmiştir. Açıklanan toplam faktör yükünün %61,961 olduğu görülmektedir.

Madde toplam korelasyon tablosuna bakıldığında, bütün değerlerin pozitif değerli olduğu ve ,25’den büyük olması nedeniyle madde toplam korelasyon sonucunda hiçbir madde analiz dışında bırakılmamıştır.

Tablo 4.56:Bale Öğrenci Performans Kaygısı Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi Dışında Bırakılan Maddeler

Tanımlar	Mevcut Bölüm	Kısaltmalar
Sınav/Performans öncesi sıkça idrar ihtiyacım olur, tuvalete yetişememekten korkarım	Performans Kaygısı	P3
Sınav/Performans sırasında kaslarıma kramp girmesi ihtimali kaygımı arttırır	Performans Kaygısı	P5
Sınav/Performans sırasında terlemek ve kötü kokma ihtimali beni kaygılandırır	Performans Kaygısı	P21
Okul dışındaki sahnelerde dans etmek kaygımı arttırır	Performans Kaygısı	P24
Sınav sırasında girişleri kaçırmaktan korkarım	Performans Kaygısı	P25
Sınav/Performans sırasında partnerime istemeden zarar	Performans Kaygısı	P28
Sınav/Performans sırasında kostümümün takılıp hareketimi engelleme ihtimali beni kaygılandırır	Performans Kaygısı	P42
Zorlandığım bir performansın / sınavın olduğu gün canım konservatuara girmek istemez	Performans Kaygısı	P54

Tablo 4.57:Bale Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeğinin Güvenirlilik Katsayısı

	Cronbach's Alpha	Madde Sayısı
Faktör 1	,862	6
Faktör 2	,874	6
Faktör 3	,786	5
Faktör 4	,695	4
Toplam Ölçek	,922	21

Tablodaki verilere göre ölçeğin tümüne ilişkin güvenilirlik katsayıları Cronbach Alfa ,922 değeri ile oldukça güvenilir olduğu belirlenmiştir.

4.2.8. Bale Öğrenci Özyeterlilik Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi ve Güvenilirlik Çalışması

Tablo 4.58:Bale Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi

	1	2	3	4	Madde Toplam Puan Korelasyonu
Ö10	,819				,646
Ö8	,811				,540
Ö9	,758				,572
Ö3	,697				,536
Ö11	,670				,541
Ö30	,619				,514
Ö23	,533				,542
Ö24	,514				,565
Ö26	,466				,507
Ö31	,458				,452
Ö27	,386				,482
Ö20		,861			,425
Ö19		,832			,389
Ö37		,655			,435
Ö18			,828		,274
Ö17			,652		,327
Ö34			,601		,254
Ö5			,584		,257
Ö14*				,803	,263
Ö13*				,746	,256
Faktör Yükleri	22,246	12,888	11,604	8,661	
Açıklanan Toplam Varyans			55,400		
Kaiser-Meyer-Olkin (KMO)			,758		
Bartlett's Test			1056,456 (0,000)		
Serbestlik Derecesi			190		

Yapılan açıklayıcı faktör analizi sonucunda toplam 7 madde analizden çıkarılmıştır. Geriye kalan 20 madde ile analiz tekrar yapılmıştır. KMO ,758 değeri ile oldukça anlamlı olduğu belirlenmiştir. Açıklanan toplam faktör yükünün %55,400 olduğu görülmektedir.

Madde toplam korelasyon tablosuna bakıldığında, bütün değerlerin pozitif değerli olduğu ve ,25’den büyük olması nedeniyle madde toplam korelasyon sonucunda hiçbir madde analiz dışında bırakılmamıştır.

Tablo 4.59:Bale Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi Dışında Bırakılan Maddeler

Tanımlar	Mevcut Bölüm	Kısaltmalar
Kaslarımın dayanıklılığı uzun sahne çalışmalarında bana avantaj sağlar.	Öz Yeterlilik	Ö1
Bale bölümünün bütün gerekliliklerini yerine getirebilirim	Öz Yeterlilik	Ö2
Esneklik gerektiren tüm hareketleri kolaylıkla yapabilirim	Öz Yeterlilik	Ö6
Başarılı olmak için çalışma azmime güvenirim	Öz Yeterlilik	Ö15
Dönüşlerde denge kaybı yaşıyorum	Öz Yeterlilik	Ö22
Solfej dersinin gerekliliklerini yerine getirmede zorlanıyorum	Öz Yeterlilik	Ö28
Repertuar dersinde kendimi başarılı buluyorum	Öz Yeterlilik	Ö36

Tablo 4.60:Bale Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeğinin Güvenirlilik Katsayısı

	Cronbach's Alpha	Madde Sayısı
Faktör 1	,873	11
Faktör 2	,789	3
Faktör 3	,671	4
Faktör 4	,727	2
Toplam Ölçek	,823	20

Tablodaki verilere göre ölçeğin tümüne ilişkin güvenilirlik katsayıları Cronbach Alfa ,823 değeri ile oldukça güvenilir olduğu belirlenmiştir.

4.2.9. Tiyatro Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi ve Güvenilirlik Çalışması

Tablo 4.61: Tiyatro Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi

	1	2	3	4	5	Madde Toplam Puan Korelasyonu
P53	,858					,510
P52	,810					,512
P54	,744					,604
P47	,670					,553
P56	,649					,428
P58*	,590					,492
P51	,584					,629
P50	,402					,452
P45		,667				,532
P29		,637				,484
P34		,628				,364
P33		,601				,365
P41		,596				,503
P57		,587				,578
P46		,586				,590
P17		,562				,463
P19		,508				,391
P37			,766			,641
P36			,738			,641
P9			,719			,558
P22			,691			,672
P5			,628			,574
P24				,814		,504
P12				,795		,617
P25				,723		,617
P10				,630		,618
P3					,758	,262
P49					,622	,439
P1					,587	,447
P2					,560	,537
Faktör	16,401	12,759	11,869	11,029	8,156	
Yükleri						
Açıklanan Toplam Varyans				60,214		

Kaiser-Meyer-Olkin Measure (KMO)	,843
Bartlett's Test	2220,736(0,000)
Serbestlik Derecesi	434

Yapılan analiz sonucunda madde-toplam korelasyon puanı .25'den küçük olan ve birden fazla boyutta yüksek faktör yükü olan ayrıca yükler arasındaki farkın .10'dan düşük olan maddeler çıkarılmıştır. Bu kapsamda toplam 5 madde analizden çıkarılmıştır. Geriye kalan 30 madde ile analiz tekrar yapılmıştır. KMO ,847 değer ile oldukça anlamlı olduğu belirlenmiştir. Açıklanan toplam faktör yükünün %60,214 olduğu görülmektedir.

Madde toplam korelasyon tablosuna bakıldığında, bütün değerlerin pozitif değerli olduğu ve ,25'den büyük olması nedeniyle madde toplam korelasyon sonucunda hiçbir madde analiz dışında bırakılmamıştır.

Tablo 4.62: Tiyatro Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi Dışında Bırakılan Maddeler

Tanımlar	Mevcut Bölüm	Kısaltmalar
Hastalanmak ve ani ses kısılma olasılığı bende stres yaratır	Performans Kaygısı	P7
Özel hayatımı temsillerime göre ayarlarım	Performans Kaygısı	P8
Sesimin kısılma olasılığı kaygımı artırır	Performans Kaygısı	P16
Sahnede problem yaşamaktan çekindiğimden partnerlerimin repliklerini de ezberlerim	Performans Kaygısı	P44
Performans sırasında seyircilerle/dinleyicilerle göz teması kurmaktan çekinirim	Performans Kaygısı	P48

Tablo 4.63: Tiyatro Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeğinin Güvenirlilik Katsayısı

	Cronbach's Alpha	Madde Sayısı
Faktör 1	,718	8
Faktör 2	,824	9
Faktör 3	,870	5

Faktör 4	,863	4
Faktör 5	,672	4
Toplam Ölçek	,909	30

Tablodaki verilere göre ölçeğin tümüne ilişkin güvenilirlik katsayıları Cronbach Alfa ,909 değeri ile oldukça güvenilir olduğu belirlenmiştir.

4.2.10. Tiyatro Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi ve Güvenilirlik

Tablo 4.64: Tiyatro Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi

	1	2	3	Madde Toplam Puan Korelasyonu
Ö10	,729			,610
Ö15	,724			,589
Ö8	,718			,547
Ö9	,704			,535
Ö16	,692			,575
Ö23	,685			,663
Ö20	,608			,579
Ö2		,808		,573
Ö6		,716		,721
Ö1		,698		,471
Ö3		,692		,729
Ö5		,686		,669
Ö26		,652		,608
Ö18		,615		,425
Ö4		,584		,647
Ö30			,683	,283
Ö27			,612	,253
Ö24			,558	,529
Faktör Yükleri	25,613	23,887	7,802	
Açıklanan Toplam Varyans		57,303		
Kaiser-Meyer-Olkin (KMO)		,887		
Bartlett's Test		1136,010 (0,000)		
Serbestlik Derecesi		153		

Yapılan analiz sonucunda madde-toplam korelasyon puanı .25'den küçük olan ve birden fazla boyutta yüksek faktör yükü olan ayrıca yükler arasındaki farkın .10'dan düşük olan maddeler çıkarılmıştır. Bu kapsamda toplam 2 madde analizden çıkarılmıştır. Geriye kalan 18 madde ile analiz tekrar yapılmıştır. KMO ,887 değer ile oldukça anlamlı olduğu belirlenmiştir. Açıklanan toplam faktör yükünün %57,303 olduğu görülmektedir.

Madde toplam korelasyon tablosuna bakıldığında, bütün değerlerin pozitif değerli olduğu ve ,25'den büyük olması nedeniyle madde toplam korelasyon sonucunda hiçbir madde analiz dışında bırakılmamıştır.

Tablo 4.65:Tiyatro Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi Dışında Bırakılan Maddeler

Tanımlar	Mevcut Bölüm	Kısaltmalar
Sahne performansı sırasında nefes problemi yaşıyorum	Öz Yeterlilik	Ö17
Yeni bir eser çalışırken başlangıçta başarılı olamazsam hemen çalışmaktan vazgeçerim	Öz Yeterlilik	Ö25

Tablo 4.66:Tiyatro Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeğinin Güvenirlilik Katsayısı

	Cronbach's Alpha	Madde Sayısı
Faktör 1	,856	7
Faktör 2	,884	8
Faktör 3	,331	3
Toplam Ölçek	,887	18

Tablodaki verilere göre ölçeğin tümüne ilişkin güvenilirlik katsayıları Cronbach Alfa ,887 değeri ile oldukça güvenilir olduğu belirlenmiştir.

4.2.11.Tiyatro Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi ve Güvenilirlik Çalışması

Tablo 4.67:Tiyatro Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi

	1	2	3	4	5	Madde Toplam Puan Korelasyonu
P27	,827					,461
P26	,760					,451
P25	,698					,554
P24	,645					,433
P17		,733				,464
P15		,660				,423
P18		,642				,483
P21		,482				,558
P30		,472				,469
P11			,773			,444
P8			,751			,440
P13			,480			,424
P10			,477			,518
P19				,790		,470
P23				,710		,469
P20				,698		,543
P5					,814	,363
P4					,804	,400
P1					,502	,528
Faktör Yükleri	13,668	12,780	11,606	11,228	9,552	
Açıklanan Toplam Varyans						58,835
Kaiser-Meyer-Olkin Measure (KMO)						,847
Bartlett's Test						1153,028 (0,000)
Serbestlik Derecesi						171

Yapılan analiz sonucunda madde-toplam korelasyon puanı .25'den küçük olan ve birden fazla boyutta yüksek faktör yükü olan ayrıca yükler arasındaki farkın .10'dan düşük olan maddeler çıkarılmıştır. Bu kapsamda toplam 6 madde analizden çıkarılmıştır. Geriye kalan 19 madde ile analiz tekrar yapılmıştır. KMO ,847 değer ile oldukça anlamlı olduğu belirlenmiştir. Açıklanan toplam faktör yükünün %58,835 olduğu görülmektedir.

Korelasyon değerlerinin genel olarak ,25 ile ,80 arasında olmasının yanında negatif değerli ve düşük korelasyon katsayısına sahip maddeler ölçekten çıkarılması gerekmektedir. Madde korelasyon bu değerler içinde olması maddelerin türdeş olduğu ve benzersiz varyans içerdiği anlamına gelmektedir.

Madde toplam korelasyon tablosuna bakıldığında, bütün değerlerin pozitif değerli olduğu ve ,25'den büyük olması nedeniyle madde toplam korelasyon sonucunda hiçbir madde analiz dışında bırakılmamıştır.

Tablo 4.68:Tiyatro Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi Dışında Bırakılan Maddeler

Tanımlar	Mevcut Bölüm	Kısaltmalar
Yarışmalarda performansımın kayıt altına alınması kaygımı arttırır	Performans Kaygısı	P3
Öğrenmem gereken roller zorlaştıkça başarısız olma korkum/kaygım artar	Performans Kaygısı	P6
Öğrenmeye çalıştığım eser bilmediğim bir lisanda olduğunda daha fazla kaygılanırım	Performans Kaygısı	P9
Hocaların yorumumu beğenmeme ihtimali beni kaygılandırır	Performans Kaygısı	P14
Sahnedeki solo performanslarda kalabalık sahnelere göre daha fazla heyecan duyarım	Performans Kaygısı	P22
Müzikal eserlerde daha çok kaygım artar	Performans Kaygısı	P28

Tablo 4.69:Tiyatro Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeğinin Güvenirlilik Katsayısı

	Cronbach's Alpha	Madde Sayısı
Faktör 1	,795	4
Faktör 2	,707	5
Faktör 3	,702	4
Faktör 4	,725	3
Faktör 5	,682	3
Toplam Ölçek	,864	19

Tablodaki verilere göre ölçeğin tümüne ilişkin güvenilirlik katsayıları Cronbach Alfa ,864 değeri ile oldukça güvenilir olduğu belirlenmiştir.

4.2.12. Tiyatro Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi ve Güvenilirlik Çalışması

Tablo 4.70:Tiyatro Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi

	1	2	3	4	5	Madde Toplam Puan Korelasyonu
Ö24	,660					,541
Ö22	,654					,514
Ö25	,650					,327
Ö23	,619					,526
Ö28	,612					,476
Ö26	,592					,317
Ö3		,791				,579
Ö5		,738				,508
Ö4		,737				,487
Ö7		,730				,543
Ö13*		,392				,220
Ö16			,840			,497
Ö15			,821			,405
Ö17			,556			,654
Ö9				,683		,252
Ö14				,630		,347
Ö2				,560		,460
Ö10*					,791	,255
Ö11*					,693	,274
Ö1					-,385	,287
Faktör	15,355	14,472	10,197	8,513	7,417	
Yükleri						
Açıklanan Toplam Varyans				55,953		
Kaiser-Meyer-Olkin Measure (KMO)				,819		
Bartlett's Test				1084,010 (0,000)		
Serbestlik Derecesi				190		

Yapılan analiz sonucunda madde-toplam korelasyon puanı .25'den küçük olan ve birden fazla boyutta yüksek faktör yükü olan ayrıca yükler arasındaki farkın .10'dan düşük

olan maddeler çıkarılmıştır. Bu kapsamda toplam 5 madde analizden çıkarılmıştır. Geriye kalan 20 madde ile analiz tekrar yapılmıştır. KMO ,819 değeri ile oldukça anlamlı olduğu belirlenmiştir. Açıklanan toplam faktör yükünün %55,953 olduğu görülmektedir.

Madde toplam korelasyon tablosuna bakıldığında, bütün değerlerin pozitif değerli olduğu ve ,25’den büyük olması nedeniyle madde toplam korelasyon sonucunda hiçbir madde analiz dışında bırakılmamıştır.

Tablo 4.71:Tiyatro Öğrenci Özyeterlilik Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi Dışında Bırakılan Maddeler

Tanımlar	Mevcut Bölüm	Kısaltmalar
Eskrim dersinde problem yaşıyorum	Öz Yeterlilik	Ö6
Çalışarak çok iyi bir kariyer yapacağımdan eminim	Öz Yeterlilik	Ö8
Sahne mizansenlerini hatırlamaya çalışırken repliklerimi unuturum	Öz Yeterlilik	Ö18
Sınav performansı sırasında beklenmedik aksaklıkları kolayca yönetebileceğimde eminim	Öz Yeterlilik	Ö20
Sahne üzeri başarısızlık karşısında kolayca pes etme eğilimindeyim	Öz Yeterlilik	Ö21*

Tablo 4.72:Tiyatro Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeğinin Güvenirlilik Katsayısı

	Cronbach's Alpha	Madde Sayısı
Faktör 1	,755	6
Faktör 2	,762	5
Faktör 3	,794	3
Faktör 4	,546	3
Faktör 5	,302	3
Toplam Ölçek	,812	20

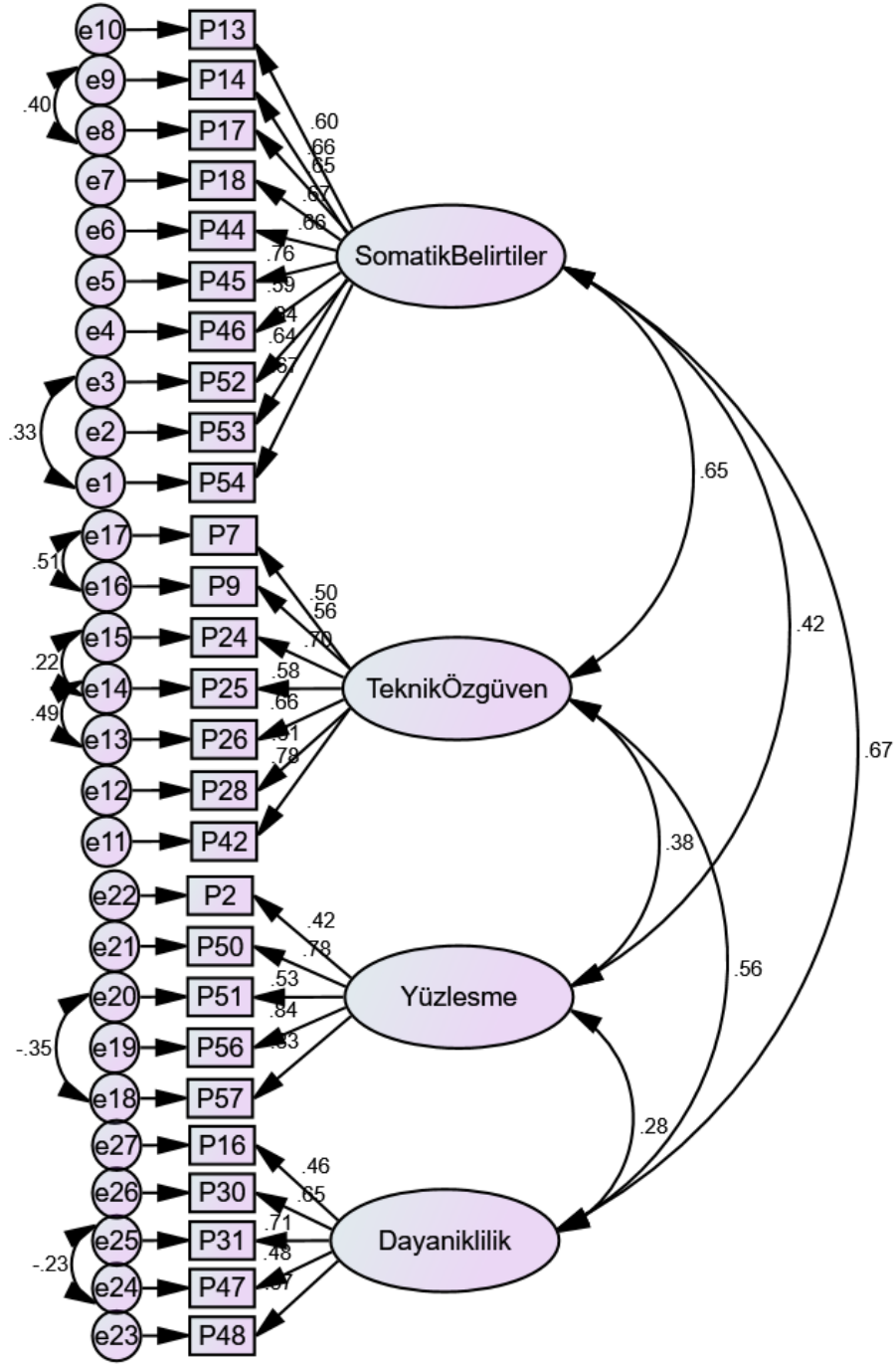
Tablodaki verilere göre ölçeğin tümüne ilişkin güvenilirlik katsayıları Cronbach Alfa ,812 değeri ile oldukça güvenilir olduğu belirlenmiştir.

4.3. DOĞRULAYICI FAKTÖR ANALİZLERİ

Doğrulayıcı faktör analizi, genel olarak kullanılan açıklayıcı faktör analizinden farklı olarak önceden belirlenen faktör yapısının doğruluğunun test edilmesi amacıyla kullanılmaktadır. Geliştirilen ölçek çalışmalarında, açıklayıcı faktör analizinden elde edilen boyutlara doğruluğunu kanıtlanması konusunda yardımcı olmak yanında, ölçeğin uyumluluğunun düzeyini de göstermektedir. Doğrulayıcı faktör analizine başlamadan önce ölçeklere ilişkin oluşan alt faktörler adlandırılmıştır. Opera sanatçıları üzerinden geliştirilen performans kaygısı ölçeği 4 alt faktörden oluşmaktadır. Bu faktörler sırasıyla Somatik Belirtiler, Teknik Güven, Yüzleşme ve Dayanıklılık alt boyutları olarak adlandırılmıştır. Opera sanatçılarına ilişkin performans kaygısı ölçeği alt boyutlarını oluşturan madde dağılımı EK1’de verilmiştir. Opera sanatçıları üzerinden geliştirilen özyeterlilik ölçeği 4 alt faktörden oluşmaktadır. Bu faktörler sırasıyla Temel Donanımsal Özyeterlilik, Motivasyonel İnanç, Bilişsel Özyeterlilik ve Kararlılık alt boyutları olarak adlandırılmıştır. Opera sanatçılarına ilişkin özyeterlilik ölçeği alt boyutlarını oluşturan madde dağılımı EK2’de verilmiştir. Opera öğrencileri üzerine geliştirilen performans kaygısı ölçeği 5 alt faktörden oluşmaktadır. Bu faktörler sırasıyla Özgüvensel Kaygı, Yüzleşme, Somatik Belirtiler, Katstrofik Düşünce ve İzolasyon alt boyutları olarak adlandırılmıştır. Opera öğrencilerine ilişkin performans kaygısı ölçeği alt boyutlarını oluşturan madde dağılımı EK3’de detaylı olarak verilmiştir. Opera öğrencileri üzerine geliştirilen özyeterlilik ölçeği 6 alt faktörden oluşmaktadır. Bu faktörler sırasıyla Temel Ders Öz Yeterliliği, Yan Ders Özyeterliliği, Adaptasyon Gücü, Odaklanma, Bilişsel Özyeterlilik ve Donanımsal Özyeterlilik alt boyutları olarak adlandırılmıştır. Opera öğrencilerine ilişkin özyeterlilik ölçeği alt boyutlarını oluşturan madde dağılımı EK4’de detaylı olarak verilmiştir. Bale sanatçıları üzerinden geliştirilen performans kaygısı ölçeği 6 alt faktörden oluşmaktadır. Bu faktörler sırasıyla Yüzleşme, Teknik Donanım, Katastrofik Düşünce, Dayanıklılık, Somatik Belirtileri ve Adaptasyon Gücü alt boyutları olarak adlandırılmıştır. Bale sanatçılarına ilişkin performans kaygısı ölçeği alt boyutlarını oluşturan madde dağılımı EK5’de verilmiştir. Bale sanatçıları üzerinden geliştirilen özyeterlilik ölçeği 5 alt faktörden oluşmaktadır. Bu faktörler sırasıyla Mesleki Öz Güven, Teknik Özyeterlilik, Sosyal Özyeterlilik, Adaptasyon Gücü ve Odaklanma alt boyutları olarak adlandırılmıştır. Bale sanatçılarına ilişkin özyeterlilik ölçeği alt boyutlarını oluşturan madde dağılımı EK 6’da verilmiştir. Bale öğrencileri üzerine geliştirilen performans kaygısı ölçeği 4 alt faktörden oluşmaktadır. Bu faktörler sırasıyla Teknik Öz Güven, Adaptasyon Gücü, Yüzleşme ve Dayanma Gücü/Dayanıklılık alt boyutları olarak adlandırılmıştır. Bale öğrencilerine ilişkin

performans kaygısı ölçeği alt boyutlarını oluşturan madde dağılımı EK7’de detaylı olarak verilmiştir. Bale öğrencileri üzerine geliştirilen özyeterlilik ölçeği 4 alt faktörden oluşmaktadır. Bu faktörler sırasıyla Teknik Özyeterlilik, Bilişsel Özyeterlilik, Sosyal Özyeterlilik ve Kararlılık alt boyutları olarak adlandırılmıştır. Bale öğrencilerine ilişkin özyeterlilik ölçeği alt boyutlarını oluşturan madde dağılımı EK8’de detaylı olarak verilmiştir. Tiyatro sanatçıları üzerinden geliştirilen performans kaygısı ölçeği 5 alt faktörden oluşmaktadır. Bu faktörler sırasıyla Yüzleşme, Adaptasyon Gücü, Öz güven Kaygısı, Değerlendirme Kaygısı ve Somatik Belirtiler alt boyutları olarak adlandırılmıştır. Tiyatro sanatçılarına ilişkin performans kaygısı ölçeği alt boyutlarını oluşturan madde dağılımı EK9’de verilmiştir. Tiyatro sanatçıları üzerinden geliştirilen özyeterlilik ölçeği 3 alt faktörden oluşmaktadır. Bu faktörler sırasıyla Bilişsel Özyeterlilik, Temel Mesleki Özyeterlilik, ve Motivasyonel İnanç alt boyutları olarak adlandırılmıştır. Tiyatro sanatçılarına ilişkin özyeterlilik ölçeği alt boyutlarını oluşturan madde dağılımı EK10’da verilmiştir. Tiyatro öğrencileri üzerine geliştirilen performans kaygısı ölçeği 5 alt faktörden oluşmaktadır. Bu faktörler sırasıyla Yüzleşme, Somatik Belirtiler, Odaklanma, Otomatik Düşünme ve Dayanıklılık alt boyutları olarak adlandırılmıştır. Tiyatro öğrencilerine ilişkin performans kaygısı ölçeği alt boyutlarını oluşturan madde dağılımı EK11’de örnek olarak verilmiştir. Tiyatro öğrencileri üzerine geliştirilen özyeterlilik ölçeği 5 alt faktörden oluşmaktadır. Bu faktörler sırasıyla Donanımsal Öz yeterlilik, Ana Derslere ilişkin Öz yeterlilik, Bilişsel Öz yeterlilik, Motivasyonel İnanç ve Yan derslerle ilgili öz yeterlilik alt boyutları olarak adlandırılmıştır. Tiyatro öğrencilerine ilişkin özyeterlilik ölçeği alt boyutlarını oluşturan madde dağılımı EK12’de örnek olarak verilmiştir.

4.3.1. Opera Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği Doğrulayıcı Faktör Analizi



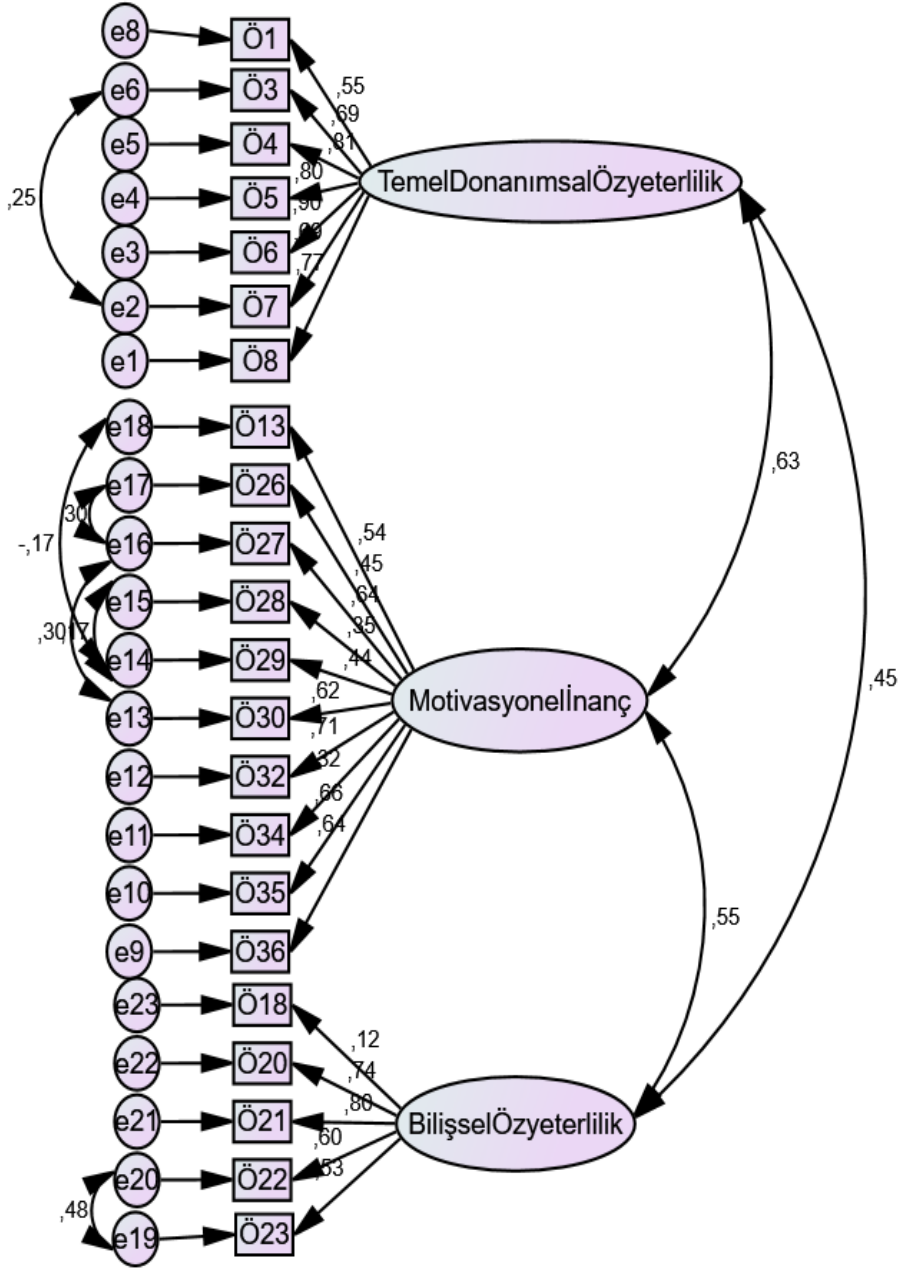
Şekil 4.1: Opera Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği Alt Boyutları

Tablo 4.73:Opera Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği Anlamlılık Düzeyi

Uyum İndeksleri	Mükemmel Uyum Eşik Değeri	Kabul Edilebilir Uyum Aralığı	Opera Sanatçı Performans Kaygısı
CMIN/SD	$1 \leq \text{CMIN/SD} \leq 3$	$2 \leq \text{CMIN/SD} \leq 5$	1,525
CFI	$\geq 0,97$	$0,90 \leq \text{CFI} \leq 0,97$,903
SRMR	$\leq 0,08$	$0,08 \leq \text{SRMR} \leq 0,10$,068
NFI	$\geq 0,95$	$0,90 \leq \text{NFI} \leq 0,95$,905
RMSEA	$\geq 0,05$	$0,05 \leq \text{RMSEA} \leq 0,10$,058
χ^2	474,136 (,000)(Sd=311)		

Tablo incelendiğinde, örneklemelere ait X^2 sonuçlarına göre, modelin anlamlılık düzeyine bakıldığında %95 anlamlılık düzeyinde anlamlı oldukları belirlenmiştir. Ölçeğin uyum iyiliği değerlerine bakıldığında, bütün değerlerin uyum indeksi değerleri arasında olduğu belirlenmiştir. CFI değeri dışındaki bütün değerlerin mükemmel uyum eşik düzeyinde olduğu, CFI değerinin ise kabul edilebilir uyum eşik düzeyinde olduğu belirlenmiştir.

4.3.2. Opera Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeği Doğrulayıcı Faktör Analizi



Şekil 4.2: Opera Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeği Alt Boyutları

Tablo 4.74: Opera Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeği Anlamlılık Düzeyi

Uyum İndeksleri	Mükemmel Uyum Eşik Değeri	Kabul Edilebilir Uyum Aralığı	Opera Sanatçı Özyeterlilik
CMIN/SD	$1 \leq \text{CMIN/SD} \leq 3$	$2 \leq \text{CMIN/SD} \leq 5$	1,595
CFI	$\geq 0,97$	$0,90 \leq \text{CFI} \leq 0,97$,912
SRMR	$\leq 0,08$	$0,08 \leq \text{SRMR} \leq 0,10$,075
NFI	$\geq 0,95$	$0,90 \leq \text{NFI} \leq 0,95$,914
RMSEA	$\geq 0,05$	$0,05 \leq \text{RMSEA} \leq 0,10$,062
χ^2	318,989 (,000)(Sd=200)		

Tablo incelendiğinde, örneklere ait X^2 sonuçlarına göre, modelin anlamlılık düzeyine bakıldığında %95 anlamlılık düzeyinde anlamlı oldukları belirlenmiştir. Ölçeğin uyum iyiliği değerlerine bakıldığında, bütün değerlerin uyum indeksi değerleri arasında olduğu belirlenmiştir. CFI ve RMSEA değerleri dışındaki bütün değerlerin mükemmel uyum eşik düzeyinde olduğu, CFI ve RMSEA değerlerinin ise kabul edilebilir uyum eşik düzeyinde olduğu belirlenmiştir. Açıklayıcı faktör analizi sonucunda oluşan faktör yapısında Kararlılık boyutunu oluşturan maddeler ile Temel Donanımsal Özyeterlilik boyutunu oluşturan maddelerden Ö7 maddesi diğer maddeler ile yüksek kovaryans ilişkisi barındırdığı için analiz dışında bırakılmıştır.

Tablo 4.75:Opera Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeği Doğrulamalı Faktör Analizi Dışında Kalan Maddeler

Tanımlar	Mevcut Bölüm	Kısaltmalar
Çabuk deşifre yaparak bir eseri kısa zamanda öğrenirim	Öz Yeterlilik	Ö2
Yeni bir eser çalışırken başta başarılı olamazsam hemen çalışmaktan vazgeçerim	Öz Yeterlilik	Ö14*
Çalışırken kendime piyano ile eşlik edebilirim	Öz Yeterlilik	Ö24

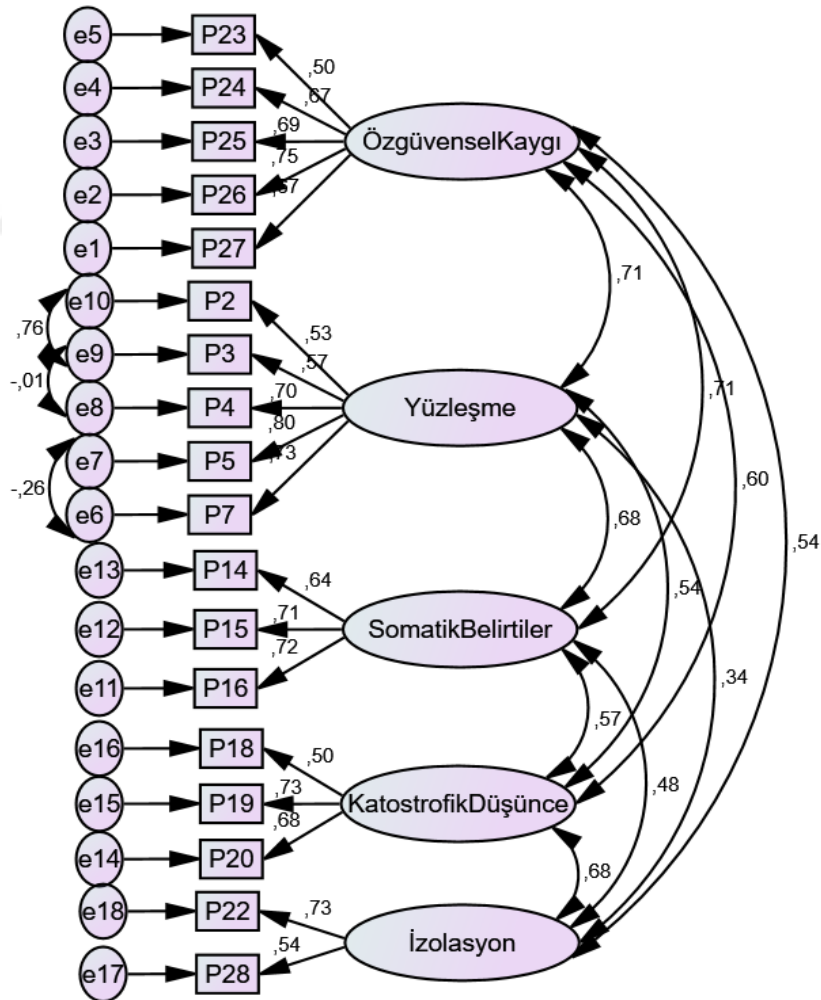
Tablo 4.76: Opera Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeği Güvenirlik Katsayısı

	Cronbach's Alpha	Madde Sayısı
Faktör 1	,896	7
Faktör 2	,801	10
Faktör 3	,663	5
Toplam Ölçek	,900	22

*Dfa analizi sonucunda ö7, ö14 ve ö24 analiz dışında bırakıldığı için güvenilirlik analizi düzeltilmiştir.

Tablodaki verilere göre ölçeğin tümüne ilişkin güvenilirlik katsayıları cronbach alfa, 900 değeri ile oldukça güvenilir olduğu belirlenmiştir.

4.3.3. Opera Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği Doğrulayıcı Faktör Analizi



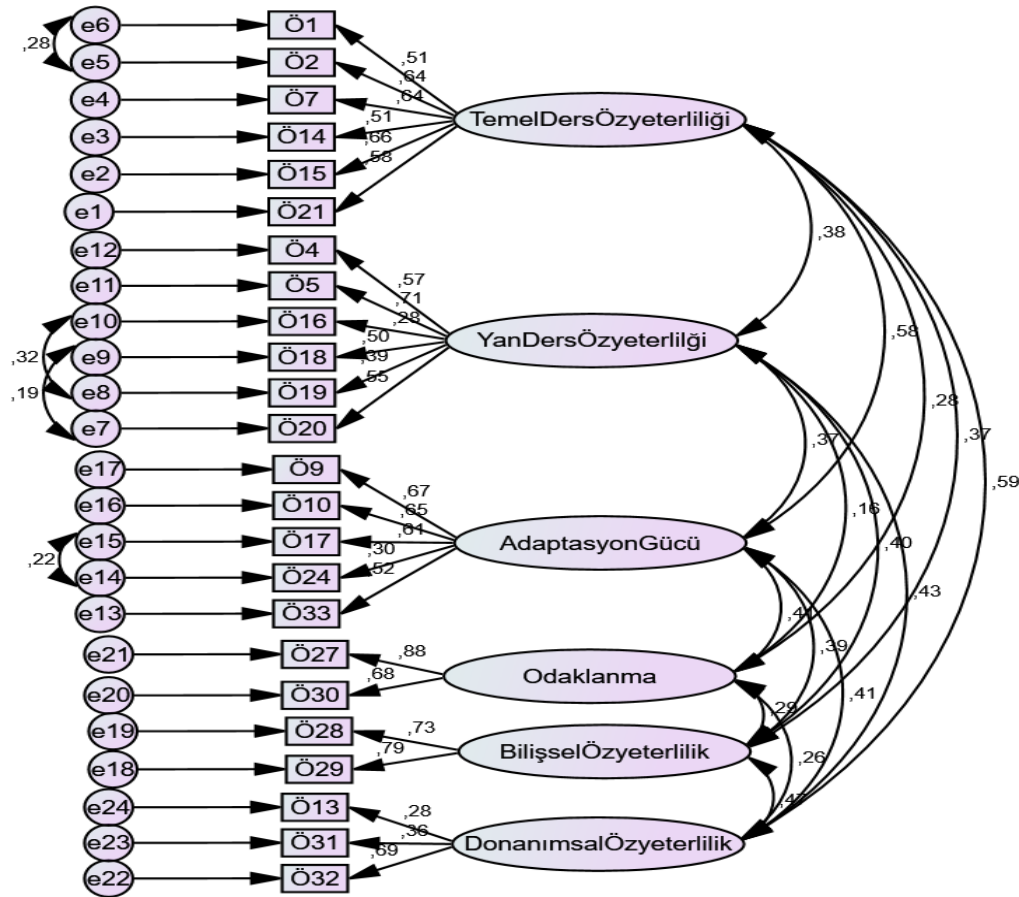
Şekil 4.3: Opera Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği Alt Boyutları

Tablo 4.77: Opera Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği Anlamlılık Düzeyi

Uyum İndeksleri	Mükemmel Uyum Eşik Değeri	Kabul Edilebilir Uyum Aralığı	Opera Öğrenci Performans Kaygısı
CMIN/SD	$1 \leq \text{CMIN/SD} \leq 3$	$2 \leq \text{CMIN/SD} \leq 5$	1,318
CFI	$\geq 0,97$	$0,90 \leq \text{CFI} \leq 0,97$,976
SRMR	$\leq 0,08$	$0,08 \leq \text{SRMR} \leq 0,10$,042
NFI	$\geq 0,95$	$0,90 \leq \text{NFI} \leq 0,95$,976
RMSEA	$\geq 0,05$	$0,05 \leq \text{RMSEA} \leq 0,10$,055
χ^2	160,810 (,000)(Sd=122)		

Tablo incelendiğinde, örneklere ait χ^2 sonuçlarına göre, modelin anlamlılık düzeyine bakıldığında %95 anlamlılık düzeyinde anlamlı oldukları belirlenmiştir. Ölçeğin uyum iyiliği değerlerine bakıldığında, bütün değerlerin mükemmel uyum eşiğinde oldukları belirlenmiştir.

4.3.4. Opera Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeği Doğrulayıcı Faktör Analizi



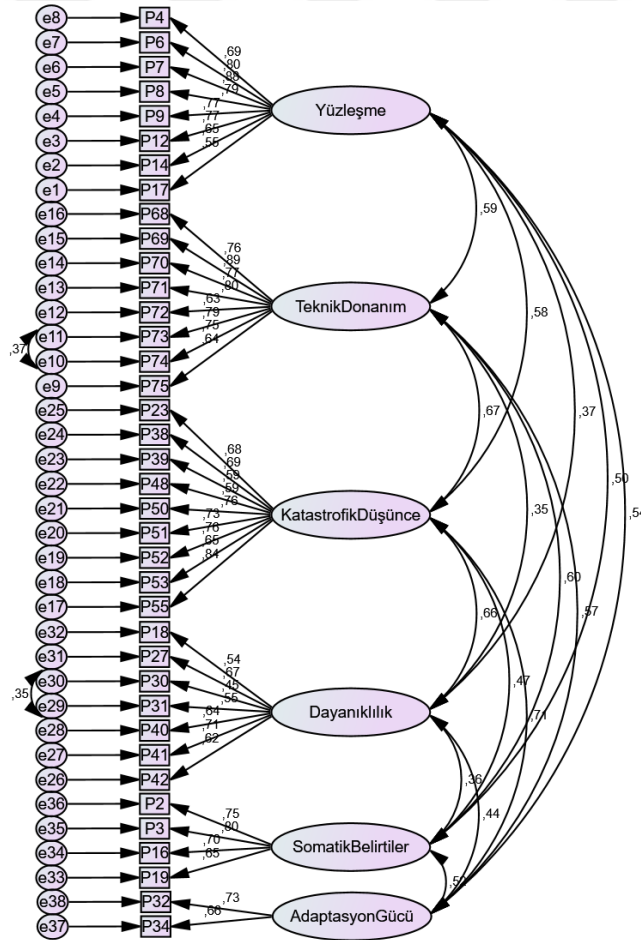
Şekil 4.4: Opera Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeği Alt Boyutları

Tablo 4.78: Opera Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeği Anlamlılık Düzeyi

İndeksleri	Uyum	Mükemmel Uyum Eşik Değeri	Kabul Edilebilir Uyum Aralığı	Opera Öğrenci Özyeterlilik
CMIN/SD		$1 \leq \text{CMIN/SD} \leq 3$	$2 \leq \text{CMIN/SD} \leq 5$	1,701
CFI		$\geq 0,97$	$0,90 \leq \text{CFI} \leq 0,97$,878
SRMR		$\leq 0,08$	$0,08 \leq \text{SRMR} \leq 0,10$,065
NFI		$\geq 0,95$	$0,90 \leq \text{NFI} \leq 0,95$,855
RMSEA		$\geq 0,05$	$0,05 \leq \text{RMSEA} \leq 0,10$,052
χ^2		396,240 (,000)(Sd=233)		

Tablo incelendiğinde, örneklere ait X^2 sonuçlarına göre, modelin anlamlılık düzeyine bakıldığında %95 anlamlılık düzeyinde anlamlı oldukları belirlenmiştir. CFI ve NFI değerlerin dışındaki bütün değerlerin mükemmel uyum eşik değerlerin de oldukları, CFI ve NFI değerlerinin ise kabul edilebilir uyum eşiği değerlerini arasında olmadığı belirlenmiştir.

4.3.5. Bale Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği Doğrulayıcı Faktör Analizi



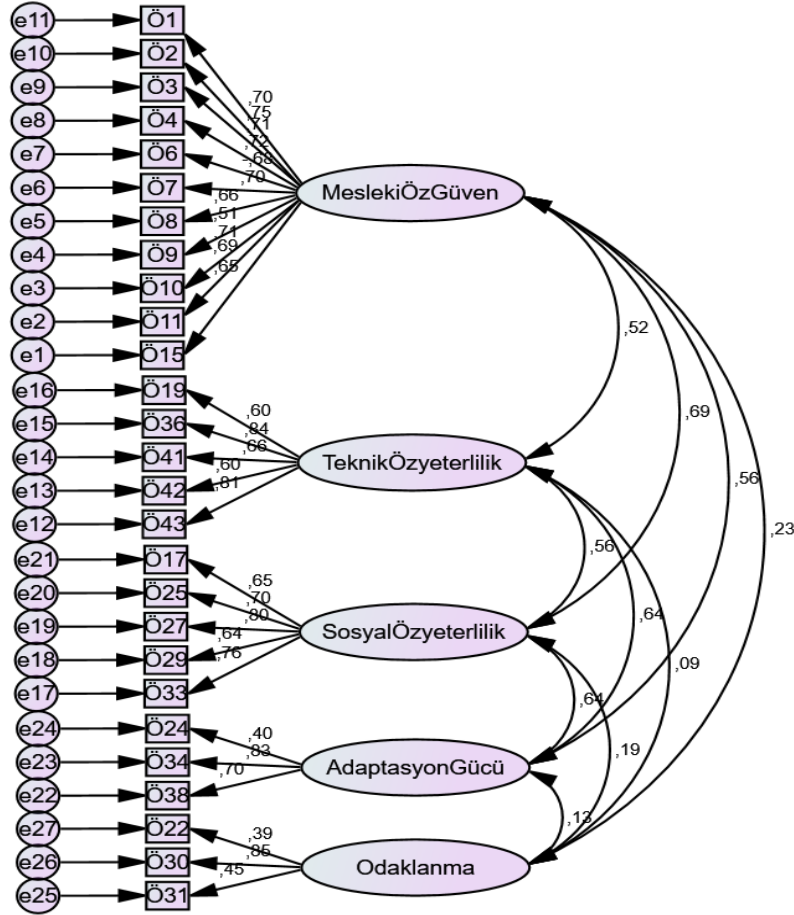
Şekil 4.5: Bale Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği Alt Boyutları

Tablo 4.79: Bale Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği Anlamlılık Düzeyi

Uyum İndeksleri	Mükemmel Uyum Eşik Değeri	Kabul Edilebilir Uyum Aralığı	Bale Öğrenci Özyeterlilik
CMIN/SD	$1 \leq \text{CMIN/SD} \leq 3$	$2 \leq \text{CMIN/SD} \leq 5$	1,657
CFI	$\geq 0,97$	$0,90 \leq \text{CFI} \leq 0,97$,821
SRMR	$\leq 0,08$	$0,08 \leq \text{SRMR} \leq 0,10$,078
NFI	$\geq 0,95$	$0,90 \leq \text{NFI} \leq 0,95$,652
RMSEA	$\geq 0,05$	$0,05 \leq \text{RMSEA} \leq 0,10$,078
χ^2	1074,016 (,000)(Sd=648)		

Tablo incelendiğinde, örneklere ait X^2 sonuçlarına göre, modelin anlamlılık düzeyine bakıldığında %95 anlamlılık düzeyinde anlamlı oldukları belirlenmiştir. Ölçeğin uyum iyiliği değerlerine bakıldığında, CFI ve NFI değerleri dışındaki bütün değerlerin iyi uyum eşik düzeyinde olduğu belirlenmiştir.

4.3.6. Bale Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeği Doğrulayıcı Faktör Analizi



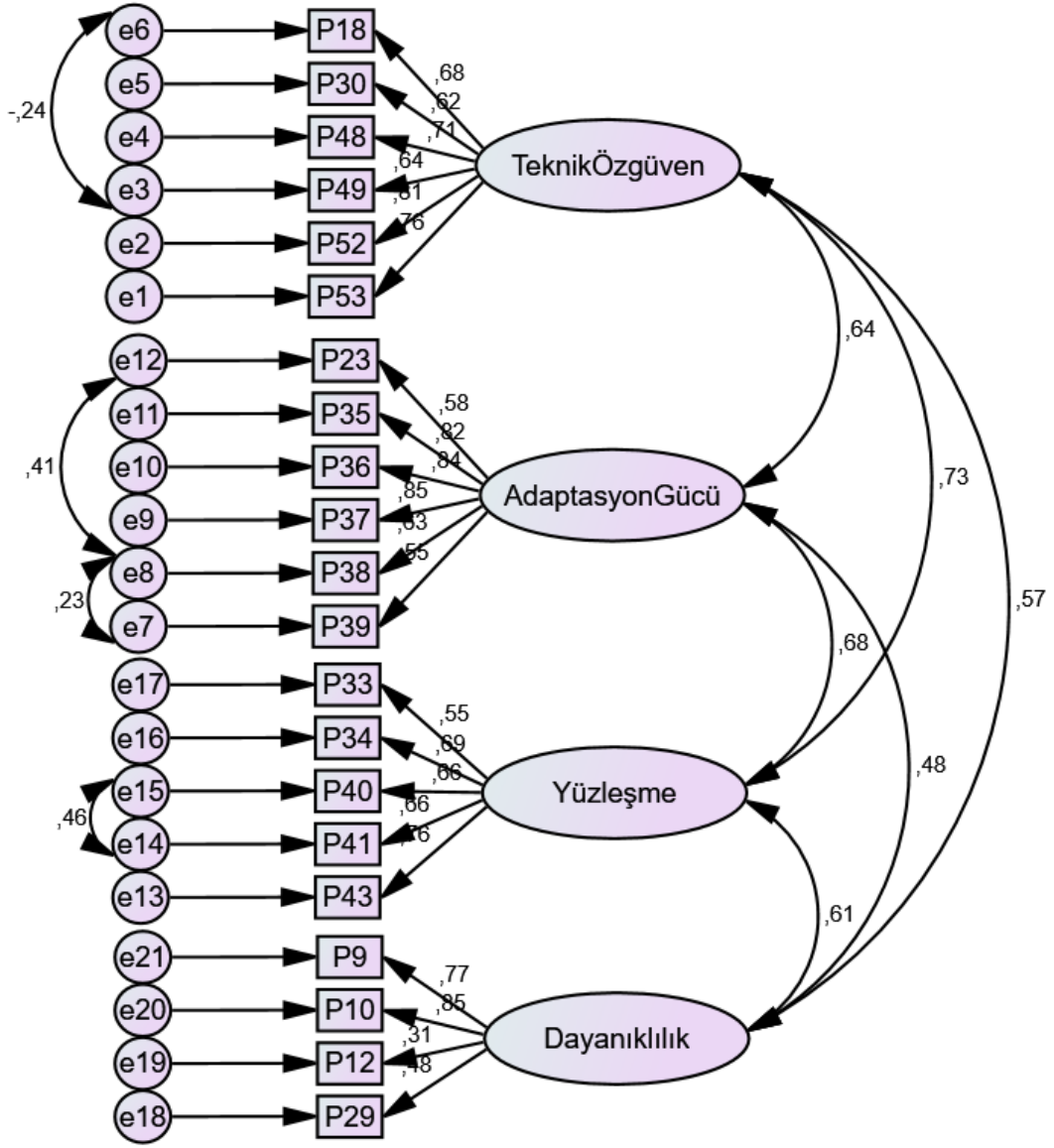
Şekil 4.6: Bale Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeği Alt Boyutları

Tablo 4.80: Bale Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeği Anlamlılık Düzeyi

Uyum İndeksleri	Mükemmel Uyum Eşik Değeri	Kabul Edilebilir Uyum Aralığı	Bale Öğrenci Özyeterlilik
CMIN/SD	$1 \leq \text{CMIN/SD} \leq 3$	$2 \leq \text{CMIN/SD} \leq 5$	2,272
CFI	$\geq 0,97$	$0,90 \leq \text{CFI} \leq 0,97$,729
SRMR	$\leq 0,08$	$0,08 \leq \text{SRMR} \leq 0,10$,097
NFI	$\geq 0,95$	$0,90 \leq \text{NFI} \leq 0,95$,736
RMSEA	$\geq 0,05$	$0,05 \leq \text{RMSEA} \leq 0,10$,108
χ^2	713,503 (,000)(Sd=314)		

Tablo incelendiğinde, örneklemlere ait X^2 sonuçlarına göre, modelin anlamlılık düzeyine bakıldığında %95 anlamlılık düzeyinde anlamlı oldukları belirlenmiştir. Ölçeğin uyum iyiliği değerlerine bakıldığında, CMIN/SD ve SRMR değerleri dışında hiçbir değer kabul edilebilir uyum değerleri arasında olmadığı belirlenmiştir.

4.3.7. Bale Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği Doğrulayıcı Faktör Analizi



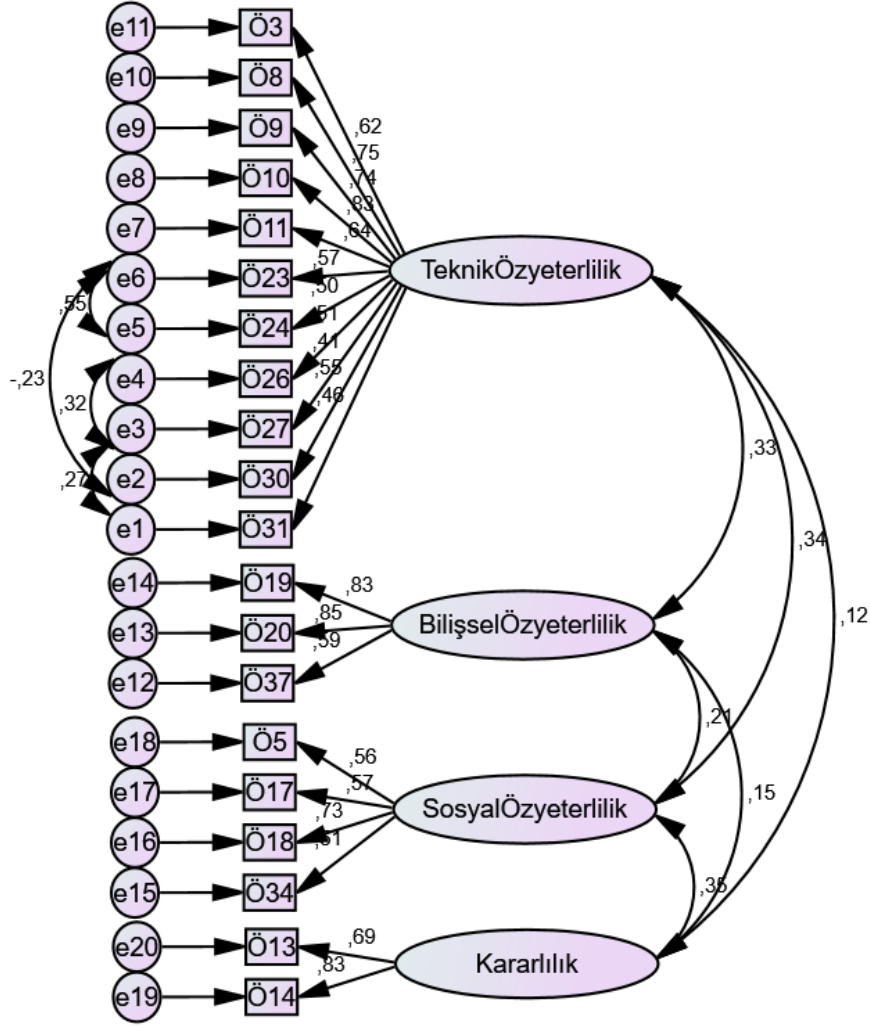
Şekil 4.7: Bale Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği Alt Boyutları

Tablo 4.81: Bale Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği Anlamlılık Düzeyi

Uyum İndeksleri	Mükemmel Uyum Eşik Değeri	Kabul Edilebilir Uyum Aralığı	Bale Öğrenci Performans Kaygısı
CMIN/SD	$1 \leq \text{CMIN/SD} \leq 3$	$2 \leq \text{CMIN/SD} \leq 5$	1,863
CFI	$\geq 0,97$	$0,90 \leq \text{CFI} \leq 0,97$,901
SRMR	$\leq 0,08$	$0,08 \leq \text{SRMR} \leq 0,10$,077
NFI	$\geq 0,95$	$0,90 \leq \text{NFI} \leq 0,95$,902
RMSEA	$\geq 0,05$	$0,05 \leq \text{RMSEA} \leq 0,10$,074
χ^2	333,541 (,000)(Sd=179)		

Tablo incelendiğinde, örneklere ait X^2 sonuçlarına göre, modelin anlamlılık düzeyine bakıldığında %95 anlamlılık düzeyinde anlamlı oldukları belirlenmiştir. Ölçeğin uyum iyiliği değerlerine bakıldığında, bütün değerlerin uyum indeksi değerleri arasında olduğu belirlenmiştir. CFI ve RMSEA değerleri dışındaki bütün değerlerin mükemmel uyum eşik düzeyinde olduğu, CFI ve RMSEA değerlerinin ise kabul edilebilir uyum eşik düzeyinde olduğu belirlenmiştir.

4.3.8. Bale Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeği Doğrulayıcı Faktör Analizi



Şekil 4.8: Bale Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeği Alt Boyutları

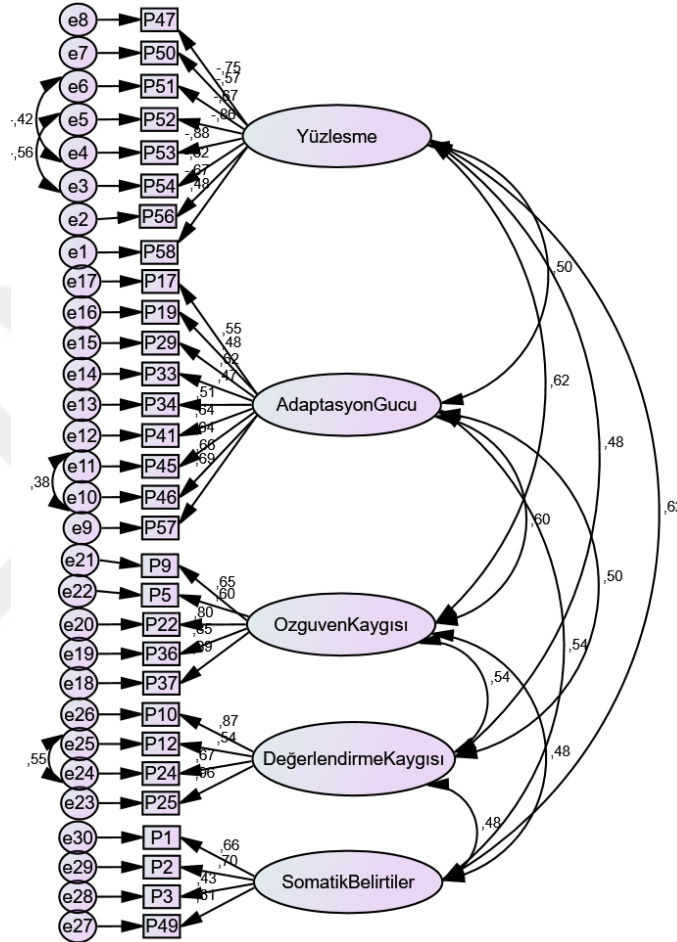
Tablo 4.82: Bale Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeği Anlamlılık Düzeyi

Uyum İndeksleri	Mükemmel Uyum Eşik Değeri	Kabul Edilebilir Uyum Aralığı	Bale Öğrenci Özyeterlilik
CMIN/SD	$1 \leq \text{CMIN/SD} \leq 3$	$2 \leq \text{CMIN/SD} \leq 5$	1,654
CFI	$\geq 0,97$	$0,90 \leq \text{CFI} \leq 0,97$,901
SRMR	$\leq 0,08$	$0,08 \leq \text{SRMR} \leq 0,10$,074
NFI	$\geq 0,95$	$0,90 \leq \text{NFI} \leq 0,95$,904
RMSEA	$\geq 0,05$	$0,05 \leq \text{RMSEA} \leq 0,10$,065
χ^2	264,698 (,000)(Sd=160)		

Tablo incelendiğinde, örneklemere ait X^2 sonuçlarına göre, modelin anlamlılık düzeyine bakıldığında %95 anlamlılık düzeyinde anlamlı oldukları belirlenmiştir. Ölçeğin uyum iyiliği değerlerine bakıldığında, bütün değerlerin uyum indeksi değerleri arasında

olduğu belirlenmiştir. CFI ve RMSEA değerleri dışındaki bütün değerlerin mükemmel uyum eşik düzeyinde olduğu, CFI ve RMSEA değerlerinin ise kabul edilebilir uyum eşik düzeyinde olduğu belirlenmiştir.

4.3.9. Tiyatro Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği Doğrulayıcı Faktör Analizi



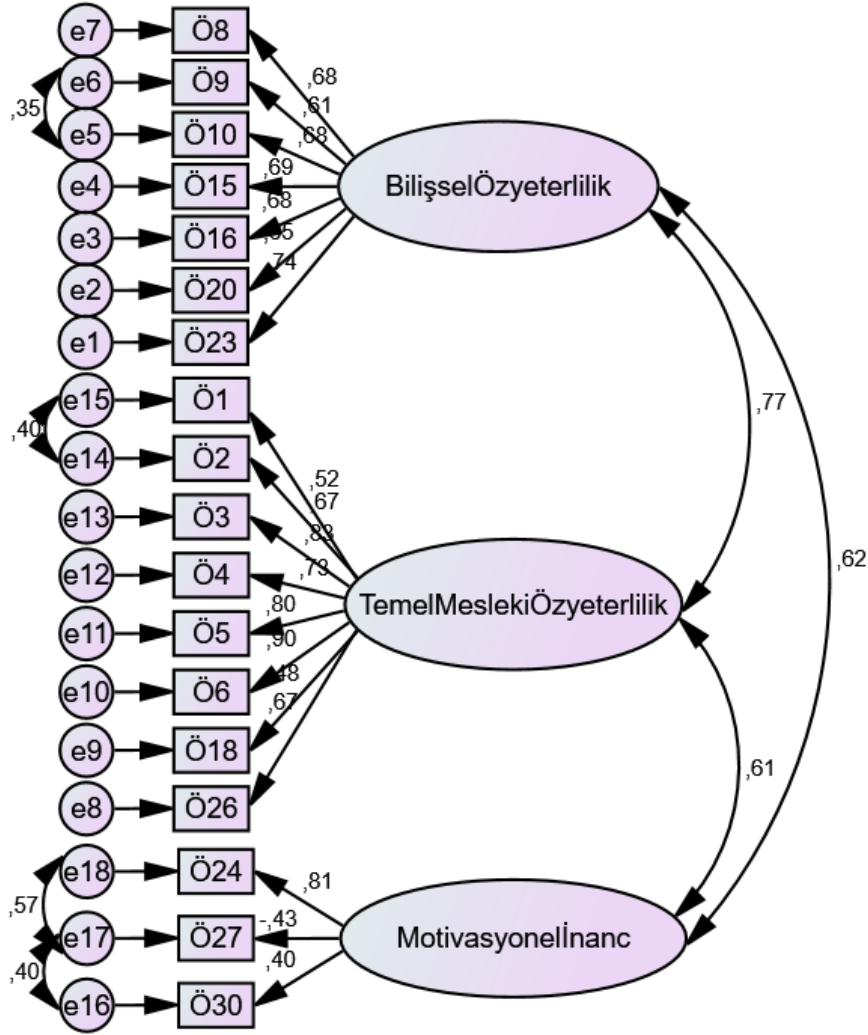
Şekil 4.9: Tiyatro Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği Alt Boyutları

Tablo 4.83: Tiyatro Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği Anlamlılık Düzeyi

Uyum İndeksleri	Mükemmel Uyum Eşik Değeri	Kabul Edilebilir Uyum Aralığı	Tiyatro Sanatçı Performans Kaygısı
CMIN/SD	$1 \leq \text{CMIN/SD} \leq 3$	$2 \leq \text{CMIN/SD} \leq 5$	1,769
CFI	$\geq 0,97$	$0,90 \leq \text{CFI} \leq 0,97$,901
SRMR	$\leq 0,08$	$0,08 \leq \text{SRMR} \leq 0,10$,087
NFI	$\geq 0,95$	$0,90 \leq \text{NFI} \leq 0,95$,801
RMSEA	$\geq 0,05$	$0,05 \leq \text{RMSEA} \leq 0,10$,078
χ^2	687,995 (,000)(Sd=389)		

Tablo incelendiğinde, örneklemelere ait X^2 sonuçlarına göre, modelin anlamlılık düzeyine bakıldığında %95 anlamlılık düzeyinde anlamlı oldukları belirlenmiştir. CMIN/SD ve NFI değeri dışındaki bütün değerlerin kabul edilebilir uyum eşik değerinde olduğu, CMIN/SD değerinin mükemmel uyum eşiğinde olduğu, NFI değerinin ise kabul edilebilir uyum değerinin altında olduğu belirlenmiştir.

4.3.10. Tiyatro Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeği Doğrulayıcı Faktör Analizi



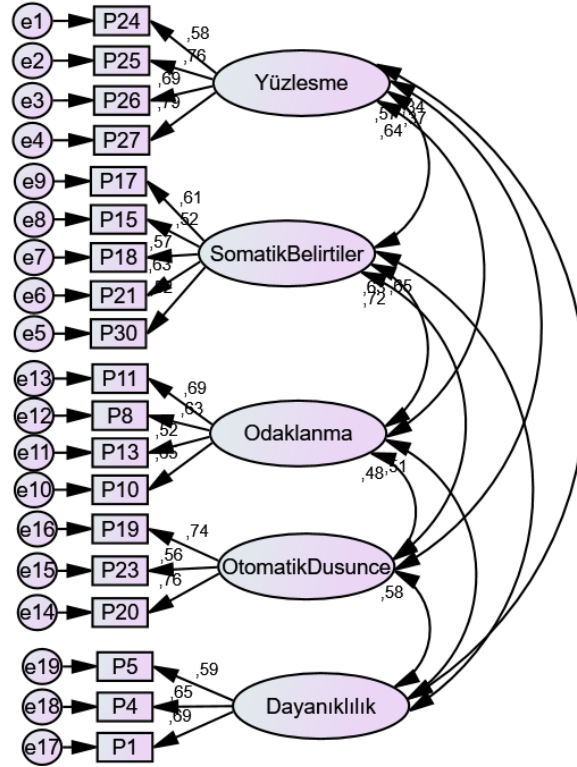
Şekil 4.10: Tiyatro Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeği Alt Boyutları

Tablo 4.84:Tiyatro Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeği Anlamlılık Düzeyi

Uyum İndeksleri	Mükemmel Uyum Eşik Değeri	Kabul Edilebilir Uyum Aralığı	Tiyatro Sanatçı Özyeterlilik
CMIN/SD	$1 \leq \text{CMIN/SD} \leq 3$	$2 \leq \text{CMIN/SD} \leq 5$	1,690
CFI	$\geq 0,97$	$0,90 \leq \text{CFI} \leq 0,97$,916
SRMR	$\leq 0,08$	$0,08 \leq \text{SRMR} \leq 0,10$,062
NFI	$\geq 0,95$	$0,90 \leq \text{NFI} \leq 0,95$,907
RMSEA	$\geq 0,05$	$0,05 \leq \text{RMSEA} \leq 0,10$,074
χ^2	216,325 (,000)(Sd=128)		

Tablo incelendiğinde, örneklere ait χ^2 sonuçlarına göre, modelin anlamlılık düzeyine bakıldığında %95 anlamlılık düzeyinde anlamlı oldukları belirlenmiştir. Ölçeğin uyum iyiliği değerlerine bakıldığında, bütün değerlerin uyum indeksi değerleri arasında olduğu belirlenmiştir. CMIN/SD ve SRMR değeri dışındaki bütün değerlerin kabul edilebilir uyum eşik değerleri arasında olduğu, CMIN/SD ile SRMR değerinin ise mükemmel uyum eşliğinde oldu belirlenmiştir.

4.3.11.Tiyatro Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği Doğrulayıcı Faktör Analizi



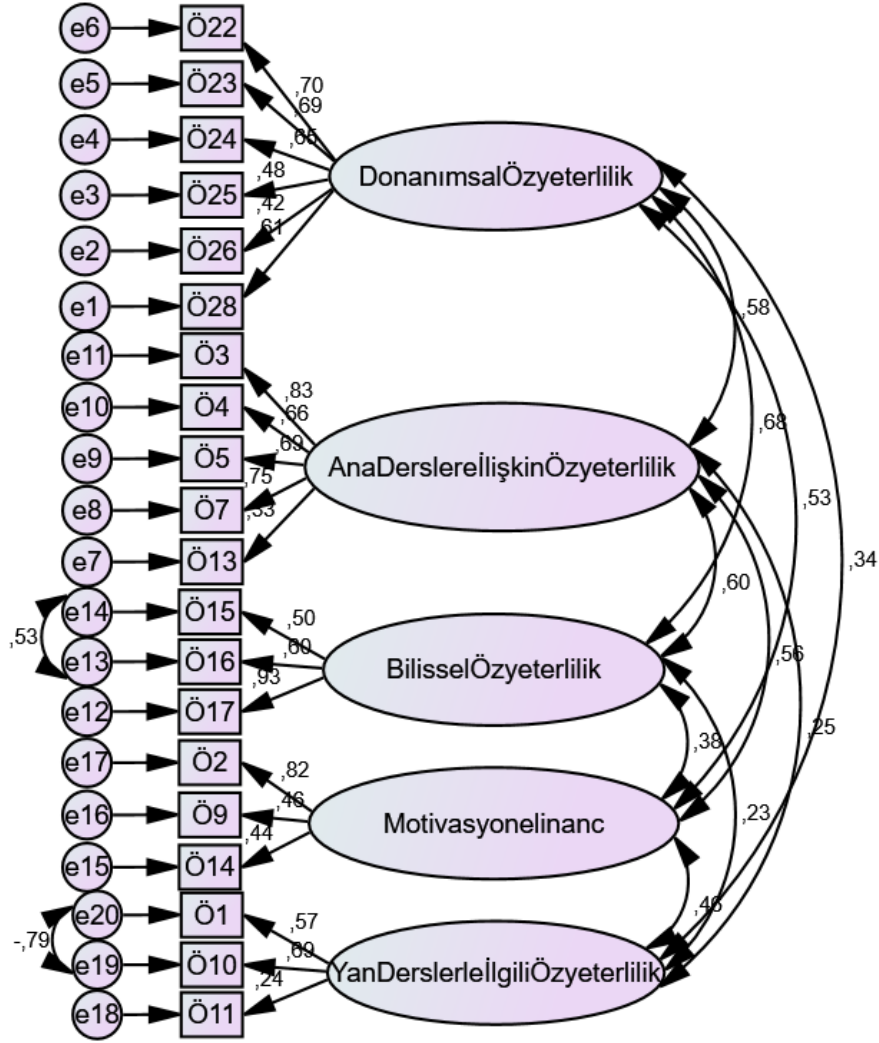
Şekil 4.11: Tiyatro Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği Alt Boyutları

Tablo 4.85:Tiyatro Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği Anlamlılık Düzeyi

Uyum İndeksleri	Mükemmel Uyum Eşik Değeri	Kabul Edilebilir Uyum Aralığı	Tiyatro Öğrenci Performans Kaygısı
CMIN/SD	$1 \leq \text{CMIN/SD} \leq 3$	$2 \leq \text{CMIN/SD} \leq 5$	1,668
CFI	$\geq 0,97$	$0,90 \leq \text{CFI} \leq 0,97$,914
SRMR	$\leq 0,08$	$0,08 \leq \text{SRMR} \leq 0,10$	0,065
NFI	$\geq 0,95$	$0,90 \leq \text{NFI} \leq 0,95$,916
RMSEA	$\geq 0,05$	$0,05 \leq \text{RMSEA} \leq 0,10$,057
χ^2	236,818(,000)(Sd=142)		

Tablo incelendiğinde, örneklere ait X^2 sonuçlarına göre, modelin anlamlılık düzeyine bakıldığında %95 anlamlılık düzeyinde anlamlı oldukları belirlenmiştir. Ölçeğin uyum iyiliği değerlerine bakıldığında, bütün değerlerin uyum indeksi değerleri arasında olduğu belirlenmiştir. CMIN/SD ve SRMR değerlerinin mükemmel uyum eşik değerinde olduğu belirlenmiştir. Diğer uyum indekslerinin ise kabul edilebilir düzeyde olduğu görülmektedir.

4.3.12. Tiyatro Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeği Doğrulayıcı Faktör Analizi



Şekil 4.12: Tiyatro Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeği Alt Boyutları

Tablo 4.86: Tiyatro Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeği Anlamlılık Düzeyi

Uyum İndeksleri	Mükemmel Uyum Eşik Değeri	Kabul Edilebilir Uyum Aralığı	Tiyatro Öğrenci Özyeterlilik
CMIN/SD	$1 \leq \text{CMIN/SD} \leq 3$	$2 \leq \text{CMIN/SD} \leq 5$	1,474
CFI	$\geq 0,97$	$0,90 \leq \text{CFI} \leq 0,97$,934
SRMR	$\leq 0,08$	$0,08 \leq \text{SRMR} \leq 0,10$,067
NFI	$\geq 0,95$	$0,90 \leq \text{NFI} \leq 0,95$,923
RMSEA	$\geq 0,05$	$0,05 \leq \text{RMSEA} \leq 0,10$,048
χ^2	234,301 (.000)(Sd=159)		

Tablo incelendiğinde, örneklere ait χ^2 sonuçlarına göre, modelin anlamlılık düzeyine bakıldığında %95 anlamlılık düzeyinde anlamlı oldukları belirlenmiştir.

Ölçeğinyum iyiliği değerlerine bakıldığında, bütün değerlerin uyum indeksi değerleri arasında olduğu belirlenmiştir. CFI değeri dışındaki bütün değerlerin mükemmel uyum eşik değerinde olduğu belirlenmiştir.

4.4. TEST-TEKRAR –TEST ANALİZLERİ

Ölçeklerin güvenilirliğine ilişkin bilgileri elde etmek amacıyla, ölçeklerin kararlılık düzeyleri incelenmiş ve test-tekrar-test yöntemi kullanılmıştır. Bu sayede ölçeğin farklı gruplar üzerinde genellenebileceğikonusunda öncül bir uygulama olması nedeniyle tekrar testleri her bir ölçek üzerinde uygulanmıştır. Test-Tekrar-Test uygulaması Pearson Korelasyon testi aracılığı ile test edilmiştir. Testlerin genel olarak toplam ortalama puanları arasında ilk ve son uygulamalar karşılaştırılmıştır.

4.4.1.Opera Sanatçıları Performans Kaygısı Test Tekrar Test Bulguları

Tablo 4.87:Opera Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği Test-Tekrar-Test Uygulaması

		Toplam Son Performans
Toplam ilk Performans	r	,995**
	p	,000

Opera sanatçıları üzerinde yapılan tekrar testi sonuçlarına göre, ilk test performans kaygısı ile son test performans kaygısı arasında çok yüksek bir korelasyon ilişkisinin olması nedeniyle ölçeğinin kararlılığının yüksek derece de olduğu belirlenmiştir. ($r=,995$; $p<,000$)

4.4.2. Opera Sanatçıları Öz Yeterlilik Test Tekrar Test Bulguları

Tablo 4.88:Opera Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeği Test-Tekrar-Test Uygulaması

		Toplam Son Özyeterlilik
Toplam İlk Özyeterlilik	r	,987**
	p	,000

Opera sanatçıları üzerinde yapılan tekrar testi sonuçlarına göre, geliştirilen özyeterlilik ölçeği için ilk test özyeterlilik ile son test özyeterlilik arasında çok yüksek bir korelasyon ilişkisinin olması nedeniyle ölçeğinin kararlılığının yüksek derece de olduğu belirlenmiştir. ($r=,987$; $p<,000$)

4.4.3. Opera Öğrencileri Performans Kaygısı Test Tekrar Test Bulguları

Tablo 4.89:Opera Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği Test-Tekrar-Test Uygulaması

Toplam Son Performans		
Toplam İlk Performans	r	,995**
	P	,000

Opera öğrencileri üzerinde yapılan performans kaygısı tekrar testi sonuçlarına göre, ilk test performans kaygısı ile son test performans kaygısı arasında çok yüksek bir korelasyon ilişkisinin olması nedeniyle ölçeğinin kararlılığının yüksek derece de olduğu belirlenmiştir. ($r=,995$; $p<,000$)

4.4.4. Opera Öğrencileri Öz Yeterlilik Test Tekrar Test Bulguları

Tablo 4.90:Opera Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeği Test-Tekrar-Test Uygulaması

Toplam Son Özyeterlilik		
Toplam İlk Özyeterlilik	r	,982**
	P	,000

Opera öğrencileri üzerinde yapılan özyeterliliktekrar testi sonuçlarına göre, ilk test özyeterlilik ile son test özyeterlilik arasında çok yüksek bir korelasyon ilişkisinin olması nedeniyle ölçeğinin kararlılığının yüksek derece de olduğu belirlenmiştir. ($r=,982$; $p<,000$)

4.4.5. Bale Sanatçıları Performans Kaygısı Test Tekrar Test Bulguları

Tablo 4.91:Bale Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği Test-Tekrar-Test Uygulaması

Toplam Son Performans		
Toplam ilk Performans	r	,997**
	p	,000

Bale sanatçıları üzerinde yapılan tekrar testi sonuçlarına göre, ilk test performans kaygısı ile son test performans kaygısı arasında çok yüksek bir korelasyon ilişkisinin olması nedeniyle ölçeğinin kararlılığının yüksek derece de olduğu belirlenmiştir. ($r=,997$; $p<,000$)

4.4.6. Bale Sanatçıları Öz Yeterlilik Test Tekrar Test Bulguları

Tablo 4.92:Bale Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeği Test-Tekrar-Test Uygulaması

		Toplam Son Özyeterlilik
Toplam İlk Özyeterlilik	r	,990**
	p	,000

Bale sanatçı üzerinde yapılan tekrar testi sonuçlarına göre, geliştirilen özyeterlilik ölçeği için ilk test özyeterlilik ile son test özyeterlilik arasında çok yüksek bir korelasyon ilişkisinin olması nedeniyle ölçeğinin kararlılığının yüksek derece de olduğu belirlenmiştir. ($r=,990$; $p<,000$)

4.4.7. Bale Öğrencileri Performans Kaygısı Test Tekrar Test Bulguları

Tablo 4.93:Bale Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği Test-Tekrar-Test Uygulaması

		Toplam Son Performans
Toplam İlk Performans	r	,985**
	p	,000

Bale öğrencileri üzerinde yapılan performans kaygısı tekrar testi sonuçlarına göre, ilk test performans kaygısı ile son test performans kaygısı arasında çok yüksek bir korelasyon ilişkisinin olması nedeniyle ölçeğinin kararlılığının yüksek derece de olduğu belirlenmiştir. ($r=,985$; $p<,000$)

4.4.8. Bale Öğrencileri Öz Yeterlilik Test Tekrar Test Bulguları

Tablo 4.94:Bale Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeği Test-Tekrar-Test Uygulaması

		Toplam Son Performans
Toplam İlk Özyeterlilik	r	,972**
	p	,000

Bale öğrencileri üzerinde yapılan özyeterlilik tekrar testi sonuçlarına göre, ilk test özyeterlilik ile son test özyeterlilik arasında çok yüksek bir korelasyon ilişkisinin olması nedeniyle ölçeğinin kararlılığının yüksek derece de olduğu belirlenmiştir. ($r=,972$; $p<,000$)

4.4.9. Tiyatro Sanatçıları Performans Kaygısı Test Tekrar Test Bulguları

Tablo 4.95: Tiyatro Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği Test-Tekrar-Test Uygulaması

		Toplam Son Performans
Toplam ilk Performans	r	,995**
	p	,000

Tiyatro sanatçı üzerinde yapılan tekrar testi sonuçlarına göre, ilk test performans kaygısı ile son test performans kaygısı arasında çok yüksek bir korelasyon ilişkisinin olması nedeniyle ölçeğinin kararlılığının yüksek derece de olduğu belirlenmiştir. ($r=,995$; $p<,000$)

4.4.10. Tiyatro Sanatçıları Öz Yeterlilik Test Tekrar Test Bulguları

Tablo 4.96: Tiyatro Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeği Test-Tekrar-Test Uygulaması

		Toplam Son Özyeterlilik
Toplam İlk Özyeterlilik	r	,975**
	p	,000

Tiyatro sanatçı üzerinde yapılan tekrar testi sonuçlarına göre, geliştirilen özyeterlilik ölçeği için ilk test özyeterlilik ile son test özyeterlilik arasında çok yüksek bir korelasyon ilişkisinin olması nedeniyle ölçeğinin kararlılığının yüksek derece de olduğu belirlenmiştir. ($r=,975$; $p<,000$)

4.4.11. Tiyatro Öğrencileri Performans Kaygısı Test Tekrar Test Bulguları

Tablo 4.97: Tiyatro Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği Test-Tekrar-Test Uygulaması

		Toplam Son Performans
Toplam İlk Performans	r	,995**
	p	,000

Tiyatro öğrencileri üzerinde yapılan tekrar testi sonuçlarına göre, ilk test performans kaygısı ile son test performans kaygısı arasında çok yüksek bir korelasyon ilişkisinin olması nedeniyle ölçeğinin kararlılığının yüksek derece de olduğu belirlenmiştir. ($r=,995$; $p<,000$)

4.4.12. Tiyatro Öğrencileri Öz Yeterlilik Test Tekrar Test Bulguları

Tablo 4.98:Tiyatro Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeği Test-Tekrar-Test Uygulaması

		Toplam Son Özyeterlilik
Toplam İlk Özyeterlilik	r	,988**
	p	,000

Tiyatro öğrencileri üzerinde yapılan tekrar testi sonuçlarına göre, geliştirilen özyeterlilik ölçeği için ilk test özyeterlilik ile son test özyeterlilik arasında çok yüksek bir korelasyon ilişkisinin olması nedeniyle ölçeğinin kararlılığının yüksek derece de olduğu belirlenmiştir. ($r=,988$; $p<,000$)

4.5. DIŞ GEÇERLİLİK ÇALIŞMALARI

4.5.1. Opera Sanatçıları Performans Kaygısı Ve Öz Yeterlilik Ölçekleri Dış Geçerlilik Bulguları

Tablo 4.99:Opera Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği Dış Geçerlilik Çalışması

	Somatik Belirtiler	Teknik Güven	Yüzleşme	Dayanıklılık	Performans	Liebowitz
Somatik Belirtiler	1					
Teknik Güven	,480**	1				
Yüzleşme	,363**	,283**	1			
Dayanıklılık	,548**	,414**	,211**	1		
Performans	,884**	,753**	,542**	,716**	1	
Liebowitz	0,109	0,112	,355**	,168*	,211**	1

Yapılan çalışmanın sonuçlarının diğer örneklere ve durumlara genellenebilirliği ölçmek için yapılan dış geçerlilik sonucunda Opera sanatçıları performans kaygısı ölçmek için oluşturulan Performans Kaygısı ölçeği toplam puan ortalamaları ile Liebowitz Sosyal Kaygı ölçeği toplam puan ortalamaları arasında ilişki olup olmadığı korelasyon analizi ile ölçülmüştür. Performans kaygısı ölçeği toplam puan ortalamaları ile Liebowitz Sosyal Kaygı

ölçeği toplam puan ortalamaları arasında düşük düzeyde bir korelasyon ilişkisi olduğu belirlenmiştir.

Tablo 4.100:Opera Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeği Dış Geçerlilik Çalışması

	Temel Donanımsal Özyeterlilik	Motivasyonel İnanç	Bilişsel Özyeterlilik	Özyeterlilik	KDS Özyeterlilik
Temel Donanımsal Özyeterlilik	1				
Motivasyonel İnanç	,546**	1			
Bilişsel Özyeterlilik	,255**	,392**	1		
Toplam Özyeterlilik	,771**	,866**	,679**	1	
KDS Özyeterlilik	,238**	,188*	0,126	,228**	1

Opera sanatçıları özyeterlilik düzeylerini ölçmek için oluşturulan Özyeterlilik ölçeği toplam puan ortalamaları ile Kendini Sevme ve Özyeterlilik ölçeği toplam puan ortalamaları arasında ilişki olup olmadığı korelasyon analizi ile ölçülmüştür. Özyeterlilik ölçeği toplam puan ortalamaları ile Kendini Sevme ve Özyeterlilik ölçeği toplam puan ortalamaları arasında zayıf düzeyde bir korelasyon ilişkisi olduğu belirlenmiştir.

4.5.2. Opera Öğrencileri Performans Kaygısı ve Öz Yeterlilik Ölçekleri Dış Geçerlilik Bulguları

Tablo 4.101:Opera Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği Dış Geçerlilik Çalışması

	Özgüvensel Kaygı	Yüzleşme	Somatik Belirtiler	Katastrofik Düşünce	İzolasyon	Performans Liebowitz
Özgüvensel Kaygı	1					
Yüzleşme	,557**	1				
Somatik Belirtiler	,532**	,509**	1			
Katastrofik Düşünce	,421**	,364**	,390**	1		
İzolasyon	,377**	,245**	,313**	,427**	1	

Performans	,828**	,801**	,746**	,673**	,560**	1	
Liebowitz	,334**	,286**	,273**	,177**	0,083	,337**	1

Yapılan çalışmanın sonuçlarının diğer örneklere ve durumlara genellenebilirliği ölçmek için yapılan dış geçerlilik sonucunda Opera öğrencileri performans kaygısı ölçmek için oluşturulan Performans Kaygısı ölçeği toplam puan ortalamaları ile Liebowitz Sosyal Kaygı ölçeği toplam puan ortalamaları arasında ilişki olup olmadığı korelasyon analizi ile ölçülmüştür. Performans kaygısı ölçeği toplam puan ortalamaları ile Liebowitz Sosyal Kaygı ölçeği toplam puan ortalamaları arasında düşük düzeyde bir korelasyon ilişkisi olduğu belirlenmiştir.

Tablo 4.102:Opera Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeği Dış Geçerlilik Çalışması

	Temel Ders Özyeterliliği	Yan Ders Özyeterliliği	Adaptasyon Gücü	Odaklanma	Bilişsel Özyeterlilik	Donanımsal Özyeterlilik	Toplam Özyeterlilik	KDS Özyeterlilik
Temel Ders Özyeterliliği	1							
Yan Ders Özyeterliliği	,217**	1						
Adaptasyon Gücü	,383**	,175**	1					
Odaklanma	,186**	,192**	,261**	1				
Bilişsel Özyeterlilik	,280**	,241**	,272**	,244**	1			
Donanımsal Özyeterlilik	,316**	,241**	,221**	,196**	,266**	1		
Toplam Özyeterlilik	,701**	,647**	,665**	,474**	,549**	,555**	1	
KDS Özyeterlilik	0,120	0,086	0,067	-0,010	0,065	,125*	,132*	1

Opera öğrencileri özyeterlilik düzeylerini ölçmek için oluşturulan Özyeterlilik ölçeği toplam puan ortalamaları ile Kendini Sevme ve Özyeterlilik ölçeği toplam puan ortalamaları arasında ilişki olup olmadığı korelasyon analizi ile ölçülmüştür. Özyeterlilik ölçeği toplam puan ortalamaları ile Kendini Sevme ve Özyeterlilik ölçeği toplam puan ortalamaları arasında zayıf düzeyde bir korelasyon ilişkisi olduğu belirlenmiştir.

4.5.3. Bale Sanatçıları Performans Kaygısı ve Öz Yeterlilik Ölçekleri Dış Geçerlilik Bulguları

Tablo 4.103:Bale Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği Dış Geçerlilik Çalışması

	Yüzleşme	Teknik Donanım	Katastrofik Düşünce	Dayanıklılık	Somatik Belirtiler	Adaptasyon Gücü	Performans	Liebowitz
Yüzleşme	1							
Teknik Donanım	,545**	1						
Katastrofik Düşünce	,516**	,594**	1					
Dayanıklılık	,330**	,282**	,535**	1				
Somatik Belirtiler	,479**	,527**	,441**	,295**	1			
Adaptasyon Gücü	,441**	,455**	,543**	,339**	,374**	1		
Performans	,774**	,797**	,855**	,645**	,650**	,626**	1	
Liebowitz	,237*	0,135	0,119	-0,106	0,103	,317**	0,154	1

Yapılan analiz sonucunda Bale sanatçıları performans kaygısı ölçmek için oluşturulan Performans Kaygısı ölçeği toplam puan ortalamaları ile Liebowitz Sosyal Kaygı ölçeği toplam puan ortalamaları arasında ilişki olup olmadığı korelasyon analizi ile ölçülmüştür. Performans kaygısı ölçeği toplam puan ortalamaları ile Liebowitz Sosyal Kaygı ölçeği toplam puan ortalamaları arasında bir korelasyon ilişkisi olmadığı belirlenmiştir.

Tablo 4.104:Bale Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeği Dış Geçerlilik Çalışması

	Mesleki Özgüven	Teknik Özyeterlilik	Sosyal Özyeterlilik	Adaptasyon Gücü	Odaklanma	Toplam Özyeterlilik	KDS Özyeterlilik
Mesleki Özgüven	1						
Teknik Özyeterlilik	,475**	1					
Sosyal Özyeterlilik	,595**	,520**	1				
Adaptasyon Gücü	,474**	,511**	,529**	1			

Odaklanma	0,167	0,072	0,075	0,061	1		
Toplam Özyeterlilik	,866**	,750**	,788**	,672**	,330**	1	
KDS Özyeterlilik	0,153	0,074	0,089	0,068	-,299**	0,066	1

Bale sanatçıları özyeterlilik düzeylerini ölçmek için oluşturulan Özyeterlilik ölçeği toplam puan ortalamaları ile Kendini Sevme ve Özyeterlilik ölçeği toplam puan ortalamaları arasında ilişki olup olmadığı korelasyon analizi ile ölçülmüştür. Özyeterlilik ölçeği toplam puan ortalamaları ile Kendini Sevme ve Özyeterlilik ölçeği toplam puan ortalamaları arasında bir korelasyon ilişkisi olmadığı belirlenmiştir.

4.5.4. Bale Öğrencileri Performans Kaygısı ve Öz Yeterlilik Ölçekleri Dış Geçerlilik Bulguları

Tablo 4.105:Bale Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği Dış Geçerlilik Çalışması

	Teknik Özgüven	Adaptasyon Gücü	Yüzleşme	Dayanıklılık	Performans	Liebowitz
Teknik Özgüven	1					
Adaptasyon Gücü	,592**	1				
Yüzleşme	,567**	,602**	1			
Dayanıklılık	,477**	,460**	,426**	1		
Performans	,831**	,855**	,823**	,681**	1	
Liebowitz	,350**	,410**	,376**	,163*	,422**	1

Yapılan çalışmanın sonuçlarının diğer örneklere ve durumlara genellenebilirliği ölçmek için yapılan dış geçerlilik sonucunda Bale öğrencileri performans kaygısı ölçmek için oluşturulan Performans Kaygısı ölçeği toplam puan ortalamaları ile Liebowitz Sosyal Kaygı ölçeği toplam puan ortalamaları arasında ilişki olup olmadığı korelasyon analizi ile ölçülmüştür. Performans kaygısı ölçeği toplam puan ortalamaları ile Liebowitz Sosyal Kaygı ölçeği toplam puan ortalamaları arasında zayıf düzeyli korelasyon ilişkisi olduğu belirlenmiştir.

Tablo 4.106: Bale Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeği Dış Geçerlilik Çalışması

	Teknik Özyeterlilik	Bilişsel Özyeterlilik	Sosyal Özyeterlilik	Kararlılık	Toplam Özyeterlilik	KDS Özyeterlilik
Teknik Özyeterlilik	1					
Bilişsel Özyeterlilik	,332**	1				
Sosyal Özyeterlilik	,295**	,210**	1			
Kararlılık	0,066	0,127	,257**	1		
Toplam Özyeterlilik	,896**	,556**	,575**	,344**	1	
KDS Özyeterlilik	,258**	0,105	-0,054	-,268**	0,146	1

Bale öğrencileri özyeterlilik düzeylerini ölçmek için oluşturulan Özyeterlilik ölçeği toplam puan ortalamaları ile Kendini Sevme ve Özyeterlilik ölçeği toplam puan ortalamaları arasında ilişki olup olmadığı korelasyon analizi ile ölçülmüştür. Özyeterlilik ölçeği toplam puan ortalamaları ile Kendini Sevme ve Özyeterlilik ölçeği toplam puan ortalamaları arasında bir korelasyon ilişkisi olmadığı belirlenmiştir.

4.5.5. Tiyatro Sanatçıları Performans Kaygısı ve Öz Yeterlilik Ölçekleri Dış Geçerlilik Bulguları

Tablo 4.107: Tiyatro Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği Dış Geçerlilik Çalışması

	Yüzleşme	Adaptasyon Gücü	Özgüven Kaygısı	Değerlendirme Kaygısı	Somatik Belirtiler	Performans	Liebowitz
Yüzleşme	1						
Adaptasyon Gücü	,425**	1					
Özgüven Kaygısı	,575**	,513**	1				
Değerlendirme Kaygısı	,396**	,447**	,550**	1			
Somatik Belirtiler	,514**	,365**	,383**	,305**	1		
Performans	,752**	,815**	,806**	,706**	,621**	1	
Liebowitz	,183*	,331**	,313**	,310**	0,132	,357**	1

Yapılan dış geçerlilik analizi sonucunda Tiyatro sanatçıları performans kaygısı ölçmek için oluşturulan Performans Kaygısı ölçeği toplam puan ortalamaları ile Liebowitz Sosyal Kaygı ölçeği toplam puan ortalamaları arasında ilişki olup olmadığı korelasyon analizi ile ölçülmüştür. Performans kaygısı ölçeği toplam puan ortalamaları ile Liebowitz Sosyal Kaygı ölçeği toplam puan ortalamaları arasında düşük düzeyde bir korelasyon ilişkisi olduğu belirlenmiştir.

Tablo 4.108:Tiyatro Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeği Dış Geçerlilik Çalışması

	Bilişsel Özyeterlilik	Temel Mesleki Özyeterlilik	Motivasyonel İnanç	Özyeterlilik	KDSÖzyeterlilik
Bilişsel Özyeterlilik	1				
Temel Mesleki Özyeterlilik	,624**	1			
Motivasyonel İnanç	,236**	0,155	1		
Özyeterlilik	,875**	,894**	,395**	1	
KDSÖzyeterlilik	-0,079	-0,002	,174*	-0,005	1

Tiyatro sanatçıları özyeterlilik düzeylerini ölçmek için oluşturulan Özyeterlilik ölçeği toplam puan ortalamaları ile Kendini Sevme ve Özyeterlilik ölçeği toplam puan ortalamaları arasında ilişki olup olmadığı korelasyon analizi ile ölçülmüştür. Özyeterlilik ölçeği toplam puan ortalamaları ile Kendini Sevme ve Özyeterlilik ölçeği toplam puan ortalamaları arasında bir korelasyon ilişkisi olmadığı belirlenmiştir.

4.5.6. Tiyatro Öğrencileri Performans Kaygısı ve Öz Yeterlilik Ölçekleri Dış Geçerlilik Bulguları

Tablo 4.109:Tiyatro Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği Dış Geçerlilik Çalışması

	Yüzleşme	Somatik Belirtiler	Odaklanma	Otomatik Düşünce	Dayanıklılık	Performans	Liebowitz
Yüzleşme	1						
Somatik Belirtiler	,433**	1					
Odaklanma	,501**	,474**	1				

Otomatik Düşünce	,328**	,512**	,390**	1			
Dayanıklılık	,253**	,446**	,362**	,393**	1		
Performans	,675**	,826**	,745**	,724**	,652**	1	
Liebowitz	,349**	,227**	,328**	,213**	,176*	,349**	1

Tiyatro öğrencileri performans kaygısı ölçmek için oluşturulan Performans Kaygısı ölçeği toplam puan ortalamaları ile Liebowitz Sosyal Kaygı ölçeği toplam puan ortalamaları arasında ilişki olup olmadığı korelasyon analizi ile ölçülmüştür. Performans kaygısı ölçeği toplam puan ortalamaları ile Liebowitz Sosyal Kaygı ölçeği toplam puan ortalamaları arasında düşük düzeyde bir korelasyon ilişkisi olduğu belirlenmiştir.

Tablo 4.110:Tiyatro Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeği Dış Geçerlilik Çalışması

	Donanımsal Özyeterlilik	Ana Derslere İlişkin Özyeterlilik	Bilişsel Özyeterlilik	Motivasyonel İnanç	Yan Derslerle İlgili Özyeterlilik	Toplam Özyeterlilik	KDS Özyeterlilik
Donanımsal Özyeterlilik	1						
Ana_Derslere İlişkin Özyeterlilik	,444**	1					
Bilişsel_Özyeterlilik	,450**	,426**	1				
Motivasyonel İnanç	,340**	,396**	,277**	1			
Yan Derslerle İlgili Özyeterlilik	,237**	,264**	,145*	,250**	1		
Toplam Özyeterlilik	,812**	,786**	,624**	,621**	,481**	1	
KDS Özyeterlilik	,167*	0,135	,163*	,168*	0,102	,216**	1

Tiyatro öğrencileri özyeterlilik düzeylerini ölçmek için oluşturulan Özyeterlilik ölçeği toplam puan ortalamaları ile Kendini Sevme ve Özyeterlilik ölçeği toplam puan ortalamaları arasında ilişki olup olmadığı korelasyon analizi ile ölçülmüştür. Özyeterlilik ölçeği toplam puan ortalamaları ile Kendini Sevme ve Özyeterlilik ölçeği toplam puan ortalamaları arasında zayıf düzeyde bir korelasyon ilişkisi olduğu belirlenmiştir.

4.6. FARK TESTLERİ

4.6.1. Opera Sanatçıları Performans Kaygısı ve Özyeterlilik Ölçekleri Fark Testleri

Tablo 4.111:Araştırmaya Katılan Opera Sanatçılarının Performans Kaygılarının Cinsiyetlerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Bağımsız Örneklem t Testi Sonuçları

	Cinsiyet	N	Ort.	Std. Sapma	t	P
Somatik Belirtiler	Kadın	85	2,32	,89	1,186	,237
	Erkek	71	2,15	,89		
Teknik Güven	Kadın	85	2,11	,90	-,261	,794
	Erkek	71	2,15	,87		
Yüzleşme	Kadın	85	1,61	,77	,749	,455
	Erkek	71	1,52	,69		
Dayanıklılık	Kadın	85	3,45	,90	1,251	,213
	Erkek	71	3,27	,89		

Araştırmaya katılan katılımcılardan opera sanatçıları performans kaygılarının cinsiyete göre farklılık gösterip göstermediği belirlemek için yapılan bağımsız örneklem t-testi sonuçları tablo 'da verilmiştir. Bu sonuçlara göre araştırmaya katılan opera sanatçıları performans kaygısı cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir. ($p>,05$)

Tablo 4.112:Araştırmaya Katılan Opera Sanatçıları Özyeterlilik Algılarının Cinsiyetlerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Bağımsız Örneklem t Testi Sonuçları

	Cinsiyet	N	Ort.	Std. Sapma	T	P
Temel Donanımsal Özyeterlilik	Kadın	85	4,30	,64	1,099	,273
	Erkek	71	4,16	,89		
Motivasyonel İnanç	Kadın	85	3,90	,64	1,153	,251
	Erkek	71	3,78	,68		
Bilişsel Özyeterlilik	Kadın	85	4,19	,82	-,613	,541
	Erkek	71	4,29	1,21		

Araştırmaya katılan katılımcılardan opera sanatçıları özyeterliliklerinin cinsiyete göre farklılık gösterip göstermediği belirlemek için yapılan bağımsız örneklem t-testi

sonuçları tablo 'da verilmiştir. Bu sonuçlara göre araştırmaya katılan opera sanatçılarının özyeterliliklerinin cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir. ($p>,05$)

Tablo 4.113:Araştırmaya Katılan Opera Sanatçılarının Performans Kaygılarının Yaş Gruplarına Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Kruskal Wallis Testi Sonuçları

	Yaş	N	Sıra Ort.	X ²	p
Somatik Belirtiler	18-29	21	77,31	,050	,975
	30-39	62	75,54		
	40 ve üstü	69	77,12		
Teknik Güven	18-29	21	89,76	3,272	,195
	30-39	62	78,53		
	40 ve üstü	69	70,64		
Yüzleşme	18-29	21	64,29	1,947	,378
	30-39	62	78,58		
	40 ve üstü	69	78,35		
Dayanıklılık	18-29	21	85,57	4,082	,130
	30-39	62	67,98		
	40 ve üstü	69	81,39		

Araştırmaya katılan katılımcılardan opera sanatçılarının performans kaygılarının yaş gruplarına göre farklılık gösterip göstermediği belirlemek için gruplar normal dağılım göstermediği için yapılanon parametrik testlerden Kruskal Wallis Testi sonuçları tablo 'da verilmiştir. Bu sonuçlara göre araştırmaya katılan opera sanatçılarının performans kaygısı yaş gruplarına göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir. ($p>,05$)

Tablo 4.114:Araştırmaya Katılan Opera Sanatçılarının Özyeterlilik Algılarının Yaş Gruplarına Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Kruskal Wallis Testi Sonuçları

	Yaş	N	Sıra Ort.	X ²	P
Temel Donanımsal Özyeterlilik	18-29	21	56,90	13,003	,002
	30-39	62	68,13		
	40 ve üstü	69	89,99		
Motivasyonel İnanç	18-29	21	61,93	14,357	,001
	30-39	62	64,98		
	40 ve üstü	69	91,28		
Bilişsel Özyeterlilik	18-29	21	60,90	6,763	,034
	30-39	62	71,38		
	40 ve üstü	69	85,85		

Araştırmaya katılan katılımcılardan opera sanatçılarının özyeterlilik algılarının yaş gruplarına göre farklılık gösterip göstermediği belirlemek için gruplar normal dağılım göstermediği için yapılanon parametrik testlerden Kruskal Wallis Testi sonuçları tablo 'da verilmiştir. Bu sonuçlara göre araştırmaya katılan opera sanatçılarının özyeterlilik ölçeği alt boyutlarından Temel Donanımsal Özyeterlilik boyutu, ($X^2:13,003;p<,05$) Motivasyonel İnanc boyutu ($X^2:14,357;p<,05$) ve Bilişsel Özyeterlilik boyutu ($X^2:6,763;p<,05$) yaş gruplarına göre anlamlı bir farklılık gösterdiği belirlenmiştir. Gruplar arası farkı görebilmek için ikişerli gruplar arasında Mann Whitney U testi kullanılmıştır. Temel donanımsal özyeterlilik boyutu için ikişerli yaş grupları arasında yapılan Mann Whitney U testi sonucuna göre, 18-29 yaş grubu ile 40 ve üstü yaş grubu arasında anlamlı bir fark olduğu, aynı zamanda 30-39 yaş grubu ile 40 ve üstü yaş grubu arasında anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir. Motivasyonel inanc boyutu için yapılan ikişerli grup Mann Whitney U testi sonucuna göre, 18-29 yaş grubu ile 40 ve üstü yaş grubu arasında anlamlı bir fark olduğu, aynı zamanda 30-39 yaş grubu ile 40 ve üstü yaş grubu arasında anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir. Bilişsel Özyeterlilik boyutu için yapılan ikişerli grup Mann Whitney U testi sonucuna göre, 18-29 yaş grubu ile 40 ve üstü yaş grubu arasında anlamlı bir fark olduğu, aynı zamanda 30-39 yaş grubu ile 40 ve üstü yaş grubu arasında anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir.

Tablo 4.115:Araştırmaya Katılan Opera Sanatçılarının Performans Kaygılarının Çalışma Sürelerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Kruskal Wallis Testi Sonuçları

	Hizmet Yılı	N	Sıra Ort.	X^2	P
Somatik Belirtiler	1-3	21	75,88	,334	,953
	4-10	44	79,56		
	11-15	22	73,70		
	16 ve üstü	65	75,58		
Teknik Güven	1-3	21	92,69	4,326	,228
	4-10	44	78,95		
	11-15	22	74,43		
	16 ve üstü	65	70,31		
Yüzleşme	1-3	21	73,93	,224	,974
	4-10	44	75,40		
	11-15	22	79,57		
	16 ve üstü	65	77,04		
Dayanıklılık	1-3	21	78,98	3,096	,377
	4-10	44	78,05		
	11-15	22	61,36		

Araştırmaya katılan katılımcılardan opera sanatçılarının performans kaygılarının çalışma sürelerine göre farklılık gösterip göstermediği belirlemek için gruplar normal dağılım göstermediği için yapılan non parametrik testlerden Kruskal Wallis Testi sonuçları tablo 'da verilmiştir. Bu sonuçlara göre araştırmaya katılan opera sanatçılarının performans kaygısı çalışma sürelerine göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir. ($p>,05$)

Tablo 4.116:Araştırmaya Katılan Opera Sanatçılarının Özyeterlilik Algılarının Çalışma Sürelerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Kruskal Wallis Testi Sonuçları

	Hizmet Yılı	N	Sıra Ort.	X ²	P
Temel Donanımsal Özyeterlilik	1-3	21	57,98	6,964	,073
	4-10	44	70,92		
	11-15	22	81,39		
	16 ve üstü	65	84,61		
Motivasyonel İnanç	1-3	21	69,69	7,714	,052
	4-10	44	64,15		
	11-15	22	76,55		
	16 ve üstü	65	87,05		
Bilişsel Özyeterlilik	1-3	21	58,79	8,316	,040
	4-10	44	73,30		
	11-15	22	96,23		
	16 ve üstü	65	77,72		

Araştırmaya katılan katılımcılardan opera sanatçılarının özyeterlilik algılarının çalışma sürelerine göre farklılık gösterip göstermediği belirlemek için gruplar normal dağılım göstermediği için yapılan non parametrik testlerden Kruskal Wallis Testi sonuçları tablo 'da verilmiştir. Bu sonuçlara göre araştırmaya katılan opera sanatçılarının özyeterlilik ölçeği alt boyutlarından Bilişsel Özyeterlilik boyutu ($X^2:8,316;p<,05$) çalışma sürelerine göre anlamlı bir farklılık gösterdiği belirlenmiştir. Gruplar arası farkı görebilmek için ikişerli gruplar arasında Mann Whitney U testi kullanılmıştır. Temel donanımsal özyeterlilik boyutu için ikişerli çalışma süresi grupları arasında yapılan Mann Whitney U testi sonucuna göre, 1-3 yıl arası çalışanlar ile 16 ve üstü yıl arası çalışanlar arasında, anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir. Motivasyonel inanç boyutu için yapılan ikişerli grup Mann Whitney U testi sonucuna göre, 4-10 yıl arası çalışanlar ile 16 ve üstü yıl arası çalışanlar arasında, anlamlı bir fark olduğu belirlenmiştir. Bilişsel Özyeterlilik boyutu için yapılan ikişerli grup Mann

Whitney U testi sonucuna göre, 1-3 yıl arası çalışanlar ile 11-15 yıl arası çalışanlar arasında, 4-10 yıla arası çalışanlar ile 11-15 yıl arası çalışanlar arasında, anlamlı bir fark olduğu, belirlenmiştir. Özyeterlilik ölçeğinin diğer alt boyutlarının katılımcıların çalışma sürelerine göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir. ($p>,05$)

4.6.2. Opera Öğrencileri Performans Kaygısı ve Özyeterlilik Ölçekleri Fark Testleri

Tablo 4.117: Araştırmaya Katılan Opera Öğrencilerinin Performans Kaygılarının Cinsiyetlerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Bağımsız Örneklem t Testi Sonuçları

	Cinsiyet	N	Ort.	Std. Sapma	t	P
Özgüvensel Kaygı	Kadın	99	2,18	,92	-2,242	,026
	Erkek	157	2,45	,97		
Yüzleşme	Kadın	99	2,41	1,03	-2,923	,004
	Erkek	157	2,80	1,03		
Somatik Belirtiler	Kadın	99	2,32	1,01	-4,086	,000
	Erkek	157	2,90	1,14		
Katastrofik Düşünce	Kadın	99	2,90	1,01	-3,325	,001
	Erkek	157	3,37	1,14		
İzolasyon	Kadın	99	2,66	1,16	-1,947	,053
	Erkek	157	2,96	1,23		

Araştırmaya katılan katılımcılardan opera öğrencilerinin performans kaygılarının cinsiyete göre farklılık gösterip göstermediği belirlemek için yapılan bağımsız örneklem t-testi sonuçları tablo 'da verilmiştir. Bu sonuçlara göre araştırmaya katılan opera öğrencilerinin performans kaygısı ölçeği alt boyutlarından Özgüvensel Kaygı alt boyutunun cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gösterdiği belirlenmiştir. ($t=-2,242$; $p<,05$) Ortalama değerlere bakıldığında, katılımcılardan erkek olanların kadın katılımcılara göre daha fazla özgüvensel kaygı yaşadığı belirlenmiştir. Performans kaygısı ölçeği alt boyutlarından Yüzleşme alt boyutunun katılımcıların cinsiyetine göre anlamlı bir farklılık gösterdiği belirlenmiştir. ($t=-2,923$; $p<,05$) Ortalama değerlere bakıldığında, katılımcılardan erkek olanların kadın katılımcılara göre daha fazla yüzleşme kaygısı yaşadığı belirlenmiştir. Performans kaygısı ölçeği alt boyutlarından Somatik Belirtiler alt boyutunun katılımcıların cinsiyetine göre anlamlı bir farklılık gösterdiği belirlenmiştir. ($t=-4,086$; $p<,05$) Ortalama değerlere bakıldığında, katılımcılardan erkek olanların kadın katılımcılara göre daha fazla somatik

belirtilere sahip olduğu belirlenmiştir. Performans kaygısı ölçeği alt boyutlarından Katastrofik Düşünce alt boyutunun katılımcıların cinsiyetine göre anlamlı bir farklılık gösterdiği belirlenmiştir. ($t=-3,325$; $p<,05$) Ortalama değerlere bakıldığında, katılımcılardan erkek olanların kadın katılımcılara göre daha fazla katastrofik düşünceye sahip olduğu belirlenmiştir. Performans kaygısı ölçeği diğer alt boyutu olan izolasyon alt boyutunun, katılımcıların cinsiyetine göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir. ($p>,05$)

Tablo 4.118:Araştırmaya Katılan Opera Öğrencilerinin Özyeterlilik Algılarının Cinsiyetlerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Bağımsız Örneklem t Testi Sonuçları

	Cinsiyet	N	Ort.	Std. Sapma	T	P
Temel Ders Özyeterliliği	Kadın	99	4,11	,77	-,614	,540
	Erkek	157	4,17	,65		
Yan Ders Özyeterliliği	Kadın	99	3,49	,74	-,591	,603
	Erkek	157	3,54	,82		
Adaptasyon Gücü	Kadın	99	3,78	,78	2,982	,003
	Erkek	157	3,48	,77		
Odaklanma	Kadın	99	3,80	1,05	-,736	,462
	Erkek	157	3,89	,98		
Bilişsel Özyeterlilik	Kadın	99	3,55	1,13	-1,142	,254
	Erkek	157	3,70	1,01		
Donanımsal Özyeterlilik	Kadın	99	3,56	,85	-1,404	,162
	Erkek	157	3,70	,76		

Araştırmaya katılan katılımcılardan opera öğrencilerinin özyeterliliklerinin cinsiyete göre farklılık gösterip göstermediği belirlemek için yapılan bağımsız örneklem t-testi sonuçları tablo 'da verilmiştir. Bu sonuçlara göre araştırmaya katılan opera öğrencileri özyeterlilikleri ölçeği alt boyutlarından Adaptasyon Gücü alt boyutunun cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gösterdiği belirlenmiştir. ($t=2,982$; $p<,05$) Ortalama değerlere bakıldığında, katılımcılardan erkek olanların kadın katılımcılara göre daha fazla adaptasyon güçlüğü yaşadığı belirlenmiştir. Özyeterlilik ölçeği diğer alt boyutlarının, katılımcıların cinsiyetine göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir. ($p>,05$)

Tablo 4.119:Araştırmaya Katılan Opera Öğrencilerinin Performans Kaygılarının Yaş Gruplarına Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Kruskal Wallis Testi Sonuçları

	Yaş	N	Sıra Ort.	X ²	p
Özgüvensel Kaygı	18-20	115	127,67	,855	,652
	21-24	87	131,80		
	24 ve üstü	52	119,92		
Yüzleşme	18-20	115	125,26	,577	,750
	21-24	87	126,39		
	24 ve üstü	52	134,32		
Somatik Belirtiler	18-20	115	130,60	,567	,753
	21-24	87	127,02		
	24 ve üstü	52	121,44		
Katstrofik Düşünce	18-20	115	124,17	1,613	,446
	21-24	87	135,47		
	24 ve üstü	52	121,55		
İzolasyon	18-20	115	126,18	2,778	,249
	21-24	87	136,48		
	24 ve üstü	52	115,40		

Araştırmaya katılan katılımcılardan opera öğrencilerinin performans kaygılarının yaş gruplarına göre farklılık gösterip göstermediği belirlemek için gruplar normal dağılım göstermediği için yapılan non parametrik testlerden Kruskal Wallis Testi sonuçları tablo 'da verilmiştir. Bu sonuçlara göre araştırmaya katılan opera öğrencilerinin performans kaygılarının yaş gruplarına göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir.(p>,05)

Tablo 4.120:Araştırmaya Katılan Opera Öğrencilerinin Özyeterlilik Algılarının Yaş Gruplarına Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Kruskal Wallis Testi Sonuçları

	Yaş	N	Sıra Ort.	X ²	P
Temel Ders Özyeterliliği	18-20	115	138,23	4,522	,104
	21-24	87	118,61		
	24 ve üstü	52	118,63		
Yan Ders Özyeterliliği	18-20	115	129,56	4,627	,099
	21-24	87	135,96		
	24 ve üstü	52	108,80		
Adaptasyon Gücü	18-20	115	118,74	3,068	,216
	21-24	87	133,53		
	24 ve üstü	52	136,78		
Odaklanma	18-20	115	124,96	,419	,811

	21-24	87	127,71		
	24 ve üstü	52	132,77		
Bilişsel Özyeterlilik	18-20	115	128,90		
	21-24	87	132,99	2,045	,360
	24 ve üstü	52	115,22		
Donanımsal Özyeterlilik	18-20	115	138,03		
	21-24	87	116,74	4,563	,102
	24 ve üstü	52	122,22		

Araştırmaya katılan katılımcılardan opera öğrencilerinin özyeterliliklerinin yaş gruplarına göre farklılık gösterip göstermediği belirlemek için gruplar normal dağılım göstermediği için yapılan non parametrik testlerden Kruskal Wallis Testi sonuçları tablo 'da verilmiştir. Bu sonuçlara göre araştırmaya katılan opera öğrencilerinin özyeterliliklerinin yaş gruplarına göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir.($p>,05$)

Tablo 4.121:Araştırmaya Katılan Opera Öğrencilerinin Performans Kaygılarının Öğrenim Gördükleri Sınıfa Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Kruskal Wallis Testi Sonuçları

	Sınıf	N	Sıra Ort.	X^2	P
Özgüvensel Kaygı	Hazırlık	39	134,21		
	1.Sınıf	70	125,09		
	2.Sınıf	51	145,09	9,928	,042
	3.Sınıf	51	136,71		
	4.Sınıf	45	100,76		
Yüzleşme	Hazırlık	39	124,77		
	1.Sınıf	70	133,74		
	2.Sınıf	51	140,14	3,788	,435
	3.Sınıf	51	126,39		
	4.Sınıf	45	112,79		
Somatik Belirtiler	Hazırlık	39	130,40		
	1.Sınıf	70	125,96		
	2.Sınıf	51	143,69	3,740	,442
	3.Sınıf	51	127,02		
	4.Sınıf	45	115,27		
Katastrofik Düşünce	Hazırlık	39	111,68		
	1.Sınıf	70	129,08		
	2.Sınıf	51	149,45	10,393	,034
	3.Sınıf	51	137,67		

	4.Sınıf	45	108,04		
	Hazırlık	39	124,81		
	1.Sınıf	70	136,55		
İzolasyon	2.Sınıf	51	125,42	1,677	,795
	3.Sınıf	51	120,68		
	4.Sınıf	45	131,53		

Araştırmaya katılan katılımcılardan opera öğrencilerinin performans kaygılarının öğrenim gördükleri sınıfa göre farklılık gösterip göstermediği belirlemek için gruplar normal dağılım göstermediği için yapılan non parametrik testlerden Kruskal Wallis Testi sonuçları tablo 'da verilmiştir. Bu sonuçlara göre araştırmaya katılan opera öğrencilerinin performans kaygısı ölçeğinin alt boyutlarından ÖzgüvenselKaygı ($X^2=9,928$; $p<,05$) ve Katastrofik Düşünce ($X^2=10,393$; $p<,05$) alt boyutu katılımcıların öğrenim gördükleri sınıfa göre anlamlı bir farklılık gösterdiği belirlenmiştir. ($X^2=13,655$; $p<,05$) Gruplar arası farkı görebilmek için ikişerli gruplar arasında Mann Whitney U testi kullanılmıştır. Özgüvensel kaygı boyutu için ikişerli öğrenim görülen sınıf grupları arasında yapılan Mann Whitney U testi sonucuna göre, hazırlık sınıfında öğrenim görenler ile 4.sınıfta öğrenim görenler arasında, 2.sınıfta öğrenim görenler ile 4.sınıfta öğrenim görenler arasında ve 3.sınıf ile 4. Sınıfta öğrenim görenler arasında anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir. Katastrofik düşünce boyutu için ikişerli öğrenim görülen sınıf grupları arasında yapılan Mann Whitney U testi sonucuna göre, hazırlık sınıfında öğrenim görenler ile 2. sınıfta öğrenim görenler arasında, 2.sınıfta öğrenim görenler ile 4. sınıfta öğrenim görenler arasında ve 3. sınıf ile 4. Sınıfta öğrenim görenler arasında anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir. Performans kaygısı diğer alt boyutlarının katılımcıların öğrenim gördükleri sınıf düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir.

Tablo 4.122:Araştırmaya Katılan Opera Öğrencilerinin Özyeterlilik Algılarının Öğrenim Gördükleri Sınıfa Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Kruskal Wallis Testi Sonuçları

	Sınıf	N	Sıra Ort.	X^2	P
Temel Ders	Hazırlık	39	144,45		
Özyeterliliği	1.Sınıf	70	130,81		
	2.Sınıf	51	131,51	3,738	,443
	3.Sınıf	51	120,75		
	4.Sınıf	45	116,47		
Yan Ders Özyeterliliği	Hazırlık	39	148,97	4,537	,338

	1.Sınıf	70	126,15		
	2.Sınıf	51	119,15		
	3.Sınıf	51	121,31		
	4.Sınıf	45	133,16		
Adaptasyon Gücü	Hazırlık	39	117,40		
	1.Sınıf	70	128,67		
	2.Sınıf	51	126,27	3,494	,479
	3.Sınıf	51	124,01		
	4.Sınıf	45	145,47		
Odaklanma	Hazırlık	39	120,99		
	1.Sınıf	70	132,58		
	2.Sınıf	51	115,43	4,270	,371
	3.Sınıf	51	128,20		
	4.Sınıf	45	143,82		
Bilişsel Özyeterlilik	Hazırlık	39	122,90		
	1.Sınıf	70	134,00		
	2.Sınıf	51	122,90	,970	,914
	3.Sınıf	51	128,98		
	4.Sınıf	45	130,60		
Donanımsal Özyeterlilik	Hazırlık	39	142,47		
	1.Sınıf	70	145,31		
	2.Sınıf	51	121,82	9,347	,053
	3.Sınıf	51	111,12		
	4.Sınıf	45	117,50		

Araştırmaya katılan katılımcılardan opera öğrencilerinin özyeterliliklerinin öğrenim gördükleri sınıfa göre farklılık gösterip göstermediği belirlemek için gruplar normal dağılım göstermediği için yapılan non parametrik testlerden Kruskal Wallis Testi sonuçları tablo 'da verilmiştir. Bu sonuçlara göre araştırmaya katılan opera öğrencilerinin özyeterliliklerinin öğrenim gördükleri sınıfa göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir.($p>,05$)

4.6.3. Bale Sanatçıları Performans Kaygısı ve Özyeterlilik Ölçekleri Fark Testleri

Tablo 4.123:Araştırmaya Katılan Bale Sanatçılarının Performans Kaygılarının Cinsiyetlerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Bağımsız Örneklem t Testi Sonuçları

	Cinsiyet	N	Ort.	Std. Sapma	t	P
Yüzleşme	Kadın	60	2,57	1,02	2,808	,006
	Erkek	50	2,03	,97		

Teknik Donanım	Kadın	60	2,34	1,07	1,745	,084
	Erkek	50	1,99	1,01		
Katastrofik Düşünce	Kadın	60	2,41	1,03	,500	,618
	Erkek	50	2,31	1,01		
Dayanıklılık	Kadın	60	3,26	,95	,786	,434
	Erkek	50	3,11	1,06		
Somatik Belirtiler	Kadın	60	1,91	1,01	1,602	,112
	Erkek	50	1,64	,78		
Adaptasyon Gücü	Kadın	60	2,23	1,19	2,550	,012
	Erkek	50	1,75	,70		

Araştırmaya katılan katılımcılardan bale sanatçılarının performans kaygılarının cinsiyete göre farklılık gösterip göstermediği belirlemek için yapılan bağımsız örneklem t-testi sonuçları tablo 'da verilmiştir. Bu sonuçlara göre araştırmaya katılan bale sanatçılarının performans kaygısı ölçeği alt boyutlarından Yüzleşme alt boyutunun cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gösterdiği belirlenmiştir. ($t=2,808$; $p<,05$) Ortalama değerlere bakıldığında, katılımcılardan kadın olanların erkek katılımcılara göre daha fazla yüzleşme kaygısı yaşadığı belirlenmiştir. Performans kaygısı ölçeği diğer alt boyutlarının, katılımcıların cinsiyetine göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir. ($p>,05$)

Tablo 4.124: Araştırmaya Katılan Bale Sanatçılarının Özyeterlilik Algılarının Cinsiyetlerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Bağımsız Örneklem t Testi Sonuçları

	Cinsiyet	N	Ort.	Std. Sapma	T	P
Mesleki Özgüven	Kadın	60	3,87	,53	-,281	,779
	Erkek	50	3,91	,74		
Teknik Özyeterlilik	Kadın	60	3,63	,94	-1,062	,291
	Erkek	50	3,82	,90		
Sosyal Özyeterlilik	Kadın	60	3,96	,73	-,973	,333
	Erkek	50	4,10	,84		
Adaptasyon Gücü Öz	Kadın	60	4,23	,65	1,119	,266
	Erkek	50	4,07	,83		
Odaklanma	Kadın	60	3,64	1,02	,999	,320
	Erkek	50	3,44	1,02		

Araştırmaya katılan katılımcılardan bale sanatçılarının özyeterliliklerinin cinsiyete göre farklılık gösterip göstermediği belirlemek için yapılan bağımsız örneklem t-testi

sonuçları tablo 'da verilmiştir. Bu sonuçlara göre araştırmaya katılan bale sanatçılarının özyeterliliklerinin cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir. ($p>,05$)

Tablo 4.125:Araştırmaya Katılan Bale Sanatçılarının Performans Kaygılarının Yaş Gruplarına Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Kruskal Wallis Testi Sonuçları

	Yaş	N	Sıra Ort.	X^2	p
Yüzleşme	18-29	50	64,27	11,707	,003
	30-39	39	54,77		
	40 ve üstü	21	35,98		
Teknik Donanım	18-29	50	64,68	8,247	,016
	30-39	39	50,21		
	40 ve üstü	21	43,48		
Katastrofik Düşünce	18-29	50	63,39	9,507	,009
	30-39	39	54,87		
	40 ve üstü	21	37,88		
Dayanıklılık	18-29	50	59,00	4,419	,110
	30-39	39	58,08		
	40 ve üstü	21	42,38		
Somatik Belirtiler	18-29	50	58,30	,861	,650
	30-39	39	54,21		
	40 ve üstü	21	51,24		
Adaptasyon Gücü	18-29	50	65,19	8,879	,012
	30-39	39	47,01		
	40 ve üstü	21	48,19		

Araştırmaya katılan katılımcılardan bale sanatçılarının performans kaygılarının yaş gruplarına göre farklılık gösterip göstermediği belirlemek için gruplar normal dağılım göstermediği için yapılan non parametrik testlerden Kruskal Wallis Testi sonuçları tablo 'da verilmiştir. Bu sonuçlara göre araştırmaya katılan bale sanatçılarının performans kaygısı ölçeği alt boyutlarından Yüzleşme, ($X^2=11,707$; $p<,05$) Teknik Donanım, ($X^2=8,247$; $p<,05$) Katastrofik Düşünce ($X^2=9,507$; $p<,05$) ve Adaptasyon Gücü ($X^2=8,879$; $p<,05$) boyutlarının yaş gruplarına göre anlamlı bir farklılık gösterdiği belirlenmiştir. Gruplar arası farkı görebilmek için ikişerli gruplar arasında Mann Whitney U testi kullanılmıştır. Yüzleşme boyutu için ikişerli yaş grupları arasında yapılan Mann Whitney U testi sonucuna göre, 18-29 ile 40 ve üstü yaşında olanlar ile 30-39 yaş aralığı ile 40 ve üstü yaş aralığı arasında anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir. Teknik donanım boyutu için ikişerli yaş grupları arasında yapılan Mann Whitney U testi sonucuna göre, 18-29 yaş aralığında olanlarla 30-39 ile 40 ve

üstü yaşında olanlar arasında anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir. Katastrofik düşünce boyutu için ikişerli yaş grupları arasında yapılan Mann Whitney U testi sonucuna göre, 18-29 yaş aralığında olanlarla 40 ve üstü yaşında olanlar arasında, 30-39 ile 40 ve üstü yaş aralığında olanlar arasında anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir. Adaptasyon gücü boyutu için yapılan Mann Whitney U testi sonucuna göre, 18-29 yaş aralığı ile 30-39, 40 ve üstü yaşında olanlar arasında anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir. Performans kaygısı ölçeği diğer alt boyutlarının katılımcıların yaş gruplarına göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir.($p>,05$)

Tablo 4.126:Araştırmaya Katılan Bale Sanatçılarının Özyeterlilik Algılarının Yaş Gruplarına Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Kruskal Wallis Testi Sonuçları

	Yaş	N	Sıra Ort.	X ²	p
Mesleki Özgüven	18-29	50	51,57	1,563	,458
	30-39	39	60,00		
	40 ve üstü	21	56,50		
Teknik Özyeterlilik	18-29	50	51,91	1,174	,556
	30-39	39	58,24		
	40 ve üstü	21	58,95		
Sosyal Özyeterlilik	18-29	50	52,50	1,908	,385
	30-39	39	54,86		
	40 ve üstü	21	63,83		
Adaptasyon Gücü	18-29	50	60,34	2,210	,331
	30-39	39	50,85		
	40 ve üstü	21	52,62		
Odaklanma	18-29	50	51,21	1,797	,407
	30-39	39	60,13		
	40 ve üstü	21	57,12		

Araştırmaya katılan katılımcılardan bale sanatçılarının özyeterliliklerinin yaş gruplarına göre farklılık gösterip göstermediği belirlemek için gruplar normal dağılım göstermediği için yapılan non parametrik testlerden Kruskal Wallis Testi sonuçları tablo 'da verilmiştir. Bu sonuçlara göre araştırmaya katılan bale sanatçılarının özyeterliliklerinin yaş gruplarına göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir. ($p>,05$)

Tablo 4.127:Araştırmaya Katılan Bale Sanatçılarının Performans Kaygılarının Çalışma Sürelerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Kruskal Wallis Testi Sonuçları

	Hizmet Yılı	N	Sıra Ort.	X ²	P
Yüzleşme	1-3	28	71,25	10,590	,014
	4-10	32	53,86		
	11-15	14	53,68		
	16 ve üstü	36	45,42		
Teknik Donanım	1-3	28	72,00	13,058	,005
	4-10	32	57,41		
	11-15	14	45,04		
	16 ve üstü	36	45,04		
Katastrofik Düşünce	1-3	28	65,05	5,526	,137
	4-10	32	58,38		
	11-15	14	51,54		
	16 ve üstü	36	47,06		
Dayanıklılık	1-3	28	51,96	5,714	,126
	4-10	32	65,72		
	11-15	14	58,36		
	16 ve üstü	36	48,06		
Somatik Belirtiler	1-3	28	63,07	2,549	,467
	4-10	32	52,59		
	11-15	14	49,04		
	16 ve üstü	36	54,71		
Adaptasyon Gücü	1-3	28	68,93	7,048	,070
	4-10	32	52,08		
	11-15	14	49,82		
	16 ve üstü	36	50,31		

Araştırmaya katılan katılımcılardan bale sanatçılarının performans kaygılarının çalışma sürelerine göre farklılık gösterip göstermediği belirlemek için gruplar normal dağılım göstermediği için yapılan non parametrik testlerden Kruskal Wallis Testi sonuçları tablo 'da verilmiştir. Bu sonuçlara göre araştırmaya katılan bale sanatçılarının performans kaygısı ölçeği alt boyutlarından Yüzleşme, ($X^2=10,590$; $p<,05$) Teknik Donanım, ($X^2=13,058$; $p<,05$) boyutlarının çalışma sürelerine göre anlamlı bir farklılık gösterdiği belirlenmiştir. Gruplar arası farkı görebilmek için ikişerli gruplar arasında Mann Whitney U testi kullanılmıştır. Yüzleşme boyutu için ikişerli çalışma süresi grupları arasında yapılan Mann Whitney U testi sonucuna göre, 1-3 yıl arası çalışanlar ile 4-10 yıl arası, 16 ve üzeri süredir çalışanlar arasında anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir. Teknik donanım boyutu için ikişerli çalışma süresi grupları arasında yapılan Mann Whitney U testi sonucuna göre, 1-3 yıl arası çalışanlarla 11-15 yıl arası çalışanlar ile 16 ve üzeri çalışanlar arasında anlamlı bir

farklılık olduğu belirlenmiştir. Performans kaygısı ölçeği diğer alt boyutlarının katılımcıların yaş gruplarına göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir.($p>,05$)

Tablo 4.128:Araştırmaya Katılan Bale Sanatçılarının Özyeterlilik Algılarının Çalışma Sürelerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Kruskal Wallis Testi Sonuçları

	Hizmet Yılı	N	Sıra Ort.	X^2	P
Mesleki Özgüven	1-3	28	38,52	11,004	,012
	4-10	32	63,05		
	11-15	14	57,39		
	16 ve üstü	36	61,26		
Teknik Özyeterlilik	1-3	28	46,11	3,315	,346
	4-10	32	59,36		
	11-15	14	57,32		
	16 ve üstü	36	58,67		
Sosyal Özyeterlilik	1-3	28	44,91	5,199	,158
	4-10	32	57,19		
	11-15	14	53,79		
	16 ve üstü	36	62,90		
Adaptasyon Gücü	1-3	28	55,30	,590	,899
	4-10	32	52,23		
	11-15	14	57,86		
	16 ve üstü	36	57,64		
Odaklanma	1-3	28	49,86	6,971	,073
	4-10	32	46,91		
	11-15	14	65,14		
	16 ve üstü	36	63,78		

Araştırmaya katılan katılımcılardan bale sanatçılarının özyeterliliklerinin çalışma sürelerine göre farklılık gösterip göstermediği belirlemek için gruplar normal dağılım göstermediği için yapılan non parametrik testlerden Kruskal Wallis Testi sonuçları tablo 'da verilmiştir. Bu sonuçlara göre araştırmaya katılan bale sanatçılarının özyeterlilik ölçeği alt boyutlarından Mesleki Özgüvenboyutunun çalışma sürelerine göre anlamlı bir farklılık gösterdiği belirlenmiştir. ($X^2=11,004$; $p<,05$) Gruplar arası farkı görebilmek için ikişerli gruplar arasında Mann Whitney U testi kullanılmıştır. Mesleki özgüven boyutu için ikişerli çalışma süresi grupları arasında yapılan Mann Whitney U testi sonucuna göre, 1-3 yıl arası çalışanlar ile 4-10 yıl arası, 16 ve üzeri süredir çalışanlar arasında anlamlı bir farklılık olduğu

belirlenmiştir. Özyeterlilik ölçeği diğer alt boyutlarının katılımcıların çalışma sürelerine göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir.($p>,05$)

4.6.4. Bale Öğrencileri Performans Kaygısı ve Özyeterlilik Ölçekleri Fark Testleri

Tablo 4.129:Araştırmaya Katılan Bale Öğrencilerinin Performans Kaygılarının Cinsiyetlerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Bağımsız Örneklem t Testi Sonuçları

	Cinsiyet	N	Ort.	Std. Sapma	t	P
Teknik Özgüven	Kadın	35	2,74	1,06	-,667	,505
	Erkek	122	2,87	,98		
Adaptasyon Gücü	Kadın	35	2,63	1,23	-,371	,711
	Erkek	122	2,71	1,10		
Yüzleşme	Kadın	35	2,56	1,22	,241	,810
	Erkek	122	2,51	1,19		
Dayanıklılık	Kadın	35	3,05	1,01	-1,848	,066
	Erkek	122	3,40	1,01		

Araştırmaya katılan katılımcılardan bale öğrencilerinin performans kaygılarının cinsiyete göre farklılık gösterip göstermediği belirlemek için yapılan bağımsız örneklem t-testi sonuçları tablo 'da verilmiştir. Bu sonuçlara göre araştırmaya katılan bale öğrencilerinin performans kaygısı ölçeği alt boyutlarının bale öğrencilerinin cinsiyetine göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir.($p>,05$)

Tablo 4.130:Araştırmaya Katılan Bale Öğrencilerinin Özyeterlilik Algılarının Cinsiyetlerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Bağımsız Örneklem t Testi Sonuçları

	Cinsiyet	N	Ort.	Std. Sapma	T	P
Teknik Özyeterlilik	Kadın	35	3,40	,80	,146	,884
	Erkek	122	3,38	,77		
Bilişsel Özyeterlilik	Kadın	35	3,53	,97	-,505	,614
	Erkek	122	3,62	,91		
Sosyal Özyeterlilik	Kadın	35	3,65	,93	-4,444	,000
	Erkek	122	4,26	,64		
Kararlılık	Kadın	35	3,58	1,25	-1,340	,182
	Erkek	122	3,88	1,14		

Araştırmaya katılan katılımcılardan bale öğrencilerinin özyeterliliklerinin cinsiyete göre farklılık gösterip göstermediği belirlemek için yapılan bağımsız örneklem t-testi

sonuçları tablo 'da verilmiştir. Bu sonuçlara göre araştırmaya katılan bale öğrencilerinin özyeterlilik ölçeği alt boyutlarından Sosyal Özyeterliliğinin cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gösterdiği belirlenmiştir. ($t=-4,444$; $p<,05$) Ortalama değerlere bakıldığında katılımcılardan erkek olanlar kadın katılımcılara göre daha yüksek sosyal özyeterliliğe sahip olduğu belirlenmiştir. Ölçeğin diğer alt boyutlarının bale öğrencilerinin cinsiyetine göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir.($p>,05$)

Tablo 4.131:Araştırmaya Katılan Bale Öğrencilerinin Performans Kaygılarının Yaş Gruplarına Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Kruskal Wallis Testi Sonuçları

	Yaş	N	Sıra Ort.	X ²	P
Teknik Özgüven	18-20	138	81,06	1,421	,491
	21-24	17	70,38		
	24 ve üstü	3	59,33		
Adaptasyon Gücü	18-20	138	82,82	5,770	,056
	21-24	17	55,85		
	24 ve üstü	3	61,00		
Yüzleşme	18-20	138	82,42	4,548	,103
	21-24	17	58,06		
	24 ve üstü	3	66,83		
Dayanıklılık	18-20	138	82,45	4,575	,102
	21-24	17	59,15		
	24 ve üstü	3	59,00		

Araştırmaya katılan katılımcılardan bale öğrencilerinin performans kaygılarının yaş gruplarına göre farklılık gösterip göstermediği belirlemek için gruplar normal dağılım göstermediği için yapılan non parametrik testlerden Kruskal Wallis Testi sonuçları tablo 'da verilmiştir. Bu sonuçlara göre araştırmaya katılan bale öğrencilerinin performans kaygılarının yaş gruplarına göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir.($p>,05$)

Tablo 4.132:Araştırmaya Katılan Bale Öğrencilerinin Özyeterlilik Algılarının Yaş Gruplarına Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Kruskal Wallis Testi Sonuçları

	Yaş	N	Sıra Ort.	X ²	P
Teknik Özyeterlilik	18-20	138	78,55	3,559	,169
	21-24	17	78,53		
	24 ve üstü	3	128,83		
Bilişsel Özyeterlilik	18-20	138	79,78	3,922	,141
	21-24	17	69,18		

	24 ve üstü	3	125,17		
Sosyal Özyeterlilik	18-20	138	79,89	,082	,960
	21-24	17	76,65		
	24 ve üstü	3	77,67		
	18-20	138	76,97		
Kararlılık	21-24	17	99,59	3,910	,142
	24 ve üstü	3	82,17		

Araştırmaya katılan katılımcılardan bale öğrencilerinin özyeterliliklerinin yaş gruplarına göre farklılık gösterip göstermediği belirlemek için gruplar normal dağılım göstermediği için yapılan non parametrik testlerden Kruskal Wallis Testi sonuçları tablo 'da verilmiştir. Bu sonuçlara göre araştırmaya katılan bale öğrencilerinin özyeterliliklerinin yaş gruplarına göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir.($p>,05$)

Tablo 4.133:Araştırmaya Katılan Bale Öğrencilerinin Performans Kaygılarının Öğrenim Gördükleri Sınıfa Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Kruskal Wallis Testi Sonuçları

	Sınıf	N	Sıra Ort.	X^2	P
Teknik Özgüven	1.Sınıf	66	88,68	11,828	,008
	2.Sınıf	44	81,78		
	3.Sınıf	24	78,10		
	4.Sınıf	24	51,46		
Adaptasyon Gücü	1.Sınıf	66	86,89	9,598	,022
	2.Sınıf	44	83,24		
	3.Sınıf	24	77,94		
	4.Sınıf	24	53,88		
Yüzleşme	1.Sınıf	66	84,97	8,136	,043
	2.Sınıf	44	77,13		
	3.Sınıf	24	90,83		
	4.Sınıf	24	57,48		
Dayanıklılık	1.Sınıf	66	86,52	5,982	,112
	2.Sınıf	44	80,93		
	3.Sınıf	24	76,83		
	4.Sınıf	24	60,23		

Araştırmaya katılan katılımcılardan bale öğrencilerinin performans kaygılarının öğrenim gördükleri sınıfa göre farklılık gösterip göstermediği belirlemek için gruplar normal dağılım göstermediği için yapılan non parametrik testlerden Kruskal Wallis Testi sonuçları

tablo 'da verilmiştir. Bu sonuçlara göre araştırmaya katılan bale öğrencilerinin performans kaygısı ölçeği boyutlarından Teknik Özgüven, ($X^2=11,828$; $p<,05$) Adaptasyon Gücü, ($X^2=9,598$; $p<,05$) Yüzleşme ($X^2=8,136$; $p<,05$) alt boyutlarının öğrenim gördükleri sınıfa göre anlamlı bir farklılık gösterdiği belirlenmiştir. Gruplar arası farkı görebilmek için ikişerli gruplar arasında Mann Whitney U testi kullanılmıştır. Teknik Özgüven boyutu için ikişerli öğrenim görülen sınıf grupları arasında yapılan Mann Whitney U testi sonucuna göre, 1.sınıfta öğrenim görenler ile 4.sınıfta öğrenim görenler arasında ve 2.sınıf ile 4. Sınıfta öğrenim görenler arasında anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir. Adaptasyon gücü boyutu için ikişerli öğrenim görülen sınıf grupları arasında yapılan Mann Whitney U testi sonucuna göre, 1.sınıfta öğrenim görenler ile 4.sınıfta öğrenim görenler arasında ve 2.sınıf ile 4. Sınıfta öğrenim görenler arasında, 3.sınıf ile 4.sınıfta öğrenim görenler arasında anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir. Yüzleşme boyutu için ikişerli öğrenim görülen sınıf grupları arasında yapılan Mann Whitney U testi sonucuna göre, 1.sınıfta öğrenim görenler ile 4.sınıfta öğrenim görenler arasında ve 3.sınıf ile 4.sınıfta öğrenim görenler arasında anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir. Ölçeğin diğer alt boyutu olan Dayanıklılık gruplara göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir.($p>,05$)

Tablo 4.134:Araştırmaya Katılan Bale Öğrencilerinin Özyeterlilik Algılarının Öğrenim Gördükleri Sınıfa Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Kruskal Wallis Testi Sonuçları

	Sınıf	N	Sıra Ort.	X^2	P
Teknik Özyeterlilik	1.Sınıf	66	85,33	6,675	,083
	2.Sınıf	44	73,15		
	3.Sınıf	24	63,08		
	4.Sınıf	24	91,52		
Bilişsel Özyeterlilik	1.Sınıf	66	80,80	3,547	,315
	2.Sınıf	44	75,86		
	3.Sınıf	24	69,42		
	4.Sınıf	24	92,69		
Sosyal Özyeterlilik	1.Sınıf	66	79,18	2,112	,549
	2.Sınıf	44	78,61		
	3.Sınıf	24	71,35		
	4.Sınıf	24	90,15		
Kararlılık	1.Sınıf	66	76,19	4,892	,180
	2.Sınıf	44	74,84		
	3.Sınıf	24	78,85		

Araştırmaya katılan katılımcılardan bale öğrencilerinin özyeterliliklerinin öğrenim gördükleri sınıfa göre farklılık gösterip göstermediği belirlemek için gruplar normal dağılım göstermediği için yapılanon parametrik testlerden Kruskal Wallis Testi sonuçları tablo 'da verilmiştir. Bu sonuçlara göre araştırmaya katılan bale öğrencilerinin özyeterliliklerinin öğrenim gördükleri sınıfa göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir.($p>,05$)

4.6.5. Tiyatro Sanatçıları i Performans Kaygısı ve Özyeterlilik Ölçekleri Fark Testleri

Tablo 4.135:Araştırmaya Katılan Tiyatro Sanatçılarının Performans Kaygılarının Cinsiyetlerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Bağımsız Örneklem t Testi Sonuçları

	Cinsiyet	N	Ortalama	Std. Sapma	t	p
Yüzleşme	Kadın	54	1,96	,660	2,875	,005
	Erkek	74	1,68	,428		
Adaptasyon Gücü	Kadın	54	2,71	,845	2,444	,016
	Erkek	74	2,36	,768		
Özgüven Kaygısı	Kadın	54	1,91	,949	,904	,368
	Erkek	74	1,76	,921		
Değerlendirme Kaygısı	Kadın	54	2,25	1,019	1,534	,128
	Erkek	74	1,97	1,009		
Somatik Belirtiler	Kadın	54	2,11	,910	2,399	,018
	Erkek	74	1,78	,639		

Araştırmaya katılan katılımcılardan tiyatro sanatçılarının performans kaygılarının cinsiyete göre farklılık gösterip göstermediği belirlemek için yapılan bağımsız örneklem t-testi sonuçları tablo 'da verilmiştir. Bu sonuçlara göre araştırmaya katılan tiyatro sanatçılarının performans kaygısı ölçeği alt boyutlarından Yüzleşme alt boyutunun cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gösterdiği belirlenmiştir. ($t=2,875$; $p<,05$) Ortalama değerlere bakıldığında, katılımcılardan kadın olanların erkek katılımcılara göre daha fazla yüzleşme kaygısı yaşadığı belirlenmiştir. Performans kaygısı ölçeği alt boyutlarından Adaptasyon Gücü alt boyutunun katılımcıların cinsiyetine göre anlamlı bir farklılık gösterdiği belirlenmiştir. ($t=2,444$; $p<,05$) Ortalama değerlere bakıldığında, katılımcılardan erkek olanların kadın katılımcılara göre daha fazla adaptasyon güçlüğü yaşadığı belirlenmiştir. Performans kaygısı ölçeği alt boyutlarından Somatik Belirtiler alt boyutunun katılımcıların cinsiyetine göre

anlamli bir farklılık gösterdiği belirlenmiştir. ($t=2,444$; $p<,05$) Ortalama değerlere bakıldığında, katılımcılardan kadın olanların erkek katılımcılara göre daha fazla somatik belirtilere sahip olduğu belirlenmiştir. Performans kaygısı ölçeği diğer alt boyutlarının, katılımcıların cinsiyetine göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir. ($p>,05$)

Tablo 4.136:Araştırmaya Katılan Tiyatro Sanatçılarının Özyeterlilik Algılarının Cinsiyetlerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Bağımsız Örneklem t Testi Sonuçları

	Cinsiyet	N	Ortalama	Std. Sapma	t	P
Bilişsel Özyeterlilik	Kadın	54	3,97	,804	,566	,573
	Erkek	74	3,89	,896		
Temel Mesleki Özyeterlilik	Kadın	54	3,77	,826	,529	,598
	Erkek	74	3,68	,947		
Motivasyonel İnanç	Kadın	54	3,71	,674	1,799	,074
	Erkek	74	3,45	,897		

Araştırmaya katılan katılımcılardan tiyatro sanatçılarının özyeterliliklerinin cinsiyete göre farklılık gösterip göstermediği belirlemek için yapılan bağımsız örneklem t-testi sonuçları tablo 'da verilmiştir. Bu sonuçlara göre araştırmaya katılan tiyatro sanatçılarının özyeterliliklerinin cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir. ($p>,05$)

Tablo 4.137:Araştırmaya Katılan Tiyatro Sanatçılarının Performans Kaygılarının Yaş Gruplarına Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Kruskal Wallis Testi Sonuçları

	Yaş	N	Sıra Ort.	X ²	P
Yüzleşme	18-29 arası	27	75,81	5,417	,067
	30-39 arası	47	65,69		
	40 ve üstü	53	56,48		
Adaptasyon Gücü	18-29 arası	27	58,61	2,880	,237
	30-39 arası	47	71,17		
	40 ve üstü	53	60,39		
Özgüven Kaygısı	18-29 arası	27	65,13	1,125	,570
	30-39 arası	47	67,72		
	40 ve üstü	53	60,12		
Değerlendirme Kaygısı	18-29 arası	27	60,11	4,783	,091
	30-39 arası	47	73,13		
	40 ve üstü	53	57,89		
Somatik Belirtiler	18-29 arası	27	79,17	14,465	,001

30-39 arası	47	71,26
40 ve üstü	53	49,84

Araştırmaya katılan katılımcılardan tiyatro sanatçılarının performans kaygılarının yaş gruplarına göre farklılık gösterip göstermediği belirlemek için gruplar normal dağılım göstermediği için yapılan non parametrik testlerden Kruskal Wallis Testi sonuçları tablo 'da verilmiştir. Bu sonuçlara göre araştırmaya katılan tiyatro sanatçılarının performans kaygısı ölçeği alt boyutlarından Somatik Belirtiler alt boyutunun yaş gruplarına göre anlamlı bir farklılık gösterdiği belirlenmiştir. ($X^2=14,465$; $p<,05$) Gruplar arası farkı görebilmek için ikişerli gruplar arasında Mann Whitney U testi kullanılmıştır. Somatik belirtiler boyutu için ikişerli çalışma süresi grupları arasında yapılan Mann Whitney U testi sonucuna göre, 18-29 yaş arası olanlar ile 40 ve üzeri yaş aralığında olanlar arasında, 30-39 yaş arasında olanlarla, 40 ve üzeri yaş aralığında olanlar arasında anlamlı bir fark olduğu belirlenmiştir. Performans kaygısı ölçeği diğer alt boyutlarının katılımcıların yaş gruplarına göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir.($p>,05$)

Tablo 4.138:Araştırmaya Katılan Tiyatro Sanatçılarının Özyeterlilik AlgılarınınYaş Gruplarına Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Kruskal Wallis Testi Sonuçları

	Yaş	N	Sıra Ort.	X^2	P
Bilişsel Özyeterlilik	18-29 arası	27	56,83	4,562	,102
	30-39 arası	47	58,90		
	40 ve üstü	53	72,17		
Temel Mesleki Özyeterlilik	18-29 arası	27	44,89	9,645	,008
	30-39 arası	47	71,51		
	40 ve üstü	53	67,08		
Motivasyonel İnanç	18-29 arası	27	85,30	13,332	,001
	30-39 arası	47	63,27		
	40 ve üstü	53	53,80		

Araştırmaya katılan katılımcılardan tiyatro sanatçılarının özyeterlilik yaş gruplarına göre farklılık gösterip göstermediği belirlemek için gruplar normal dağılım göstermediği için yapılan non parametrik testlerden Kruskal Wallis Testi sonuçları tablo 'da verilmiştir. Bu sonuçlara göre araştırmaya katılan tiyatro sanatçılarının özyeterliliği ölçeği alt boyutlarından Temel Mesleki Özyeterlilik($X^2=9,645$; $p<,05$)ve Motivasyonel İnanç ($X^2=13,332$; $p<,05$) alt boyutunun yaş gruplarına göre anlamlı bir farklılık gösterdiği belirlenmiştir. Gruplar arası farkı görebilmek için ikişerli gruplar arasında Mann Whitney U testi kullanılmıştır. Temel

mesleki özyeterlilik boyutu için ikişerli çalışma süresi grupları arasında yapılan Mann Whitney U testi sonucuna göre, 18-29 yaş arası olanlar ile 29-39 yaş arası olanlar ile 40 ve üzeri yaş aralığında olanlar arasında anlamlı bir fark olduğu belirlenmiştir. Motivasyonel inanç boyutu için ikişerli çalışma süresi grupları arasında yapılan Mann Whitney U testi sonucuna göre, 18-29 yaş arası olanlar ile 29-39 yaş arası olanlar ile 40 ve üzeri yaş aralığında olanlar arasında anlamlı bir fark olduğu belirlenmiştir. Özyeterlilik ölçeği diğer alt boyutu olan Bilişsel Özyeterlilik boyutunun katılımcıların yaş gruplarına göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir.($p>,05$)

Tablo 4.139:Araştırmaya Katılan Tiyatro Sanatçılarının Performans Kaygılarının Çalışma Sürelerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Kruskal Wallis Testi Sonuçları

	Hizmet Yılı	N	Sıra Ort.	X ²	P
Yüzleşme	4 Yıldan az	31	76,39	5,789	,122
	4-10 Yıl arası	37	65,95		
	11-15 Yıl arası	21	58,90		
	16 ve üstü	39	56,69		
Adaptasyon Gücü	4 Yıldan az	31	63,47	,142	,986
	4-10 Yıl arası	37	63,24		
	11-15 Yıl arası	21	65,67		
	16 ve üstü	39	65,88		
Özgüven Kaygısı	4 Yıldan az	31	67,97	,758	,859
	4-10 Yıl arası	37	66,00		
	11-15 Yıl arası	21	59,88		
	16 ve üstü	39	62,81		
Değerlendirme Kaygısı	4 Yıldan az	31	64,35	4,379	,223
	4-10 Yıl arası	37	66,00		
	11-15 Yıl arası	21	76,98		
	16 ve üstü	39	56,47		
Somatik Belirtiler	4 Yıldan az	31	78,16	9,502	,023
	4-10 Yıl arası	37	64,73		
	11-15 Yıl arası	21	68,40		
	16 ve üstü	39	51,32		

Araştırmaya katılan katılımcılardan tiyatro sanatçılarının performans kaygılarının çalışma sürelerine göre farklılık gösterip göstermediği belirlemek için gruplar normal dağılım göstermediği için yapılan non parametrik testlerden Kruskal Wallis Testi sonuçları tablo 'da verilmiştir. Bu sonuçlara göre araştırmaya katılan tiyatro sanatçılarının performans kaygısı

ölçeği alt boyutlarından Somatik Belirtiler alt boyutunun çalışma sürelerine göre anlamlı bir farklılık gösterdiği belirlenmiştir. ($X^2=9,502$; $p<,05$) Gruplar arası farkı görebilmek için ikişerli gruplar arasında Mann Whitney U testi kullanılmıştır. Somatik belirtiler boyutu için ikişerli çalışma süresi grupları arasında yapılan Mann Whitney U testi sonucuna göre, 4 yıldan az çalışanlar ile 16 ve üzeri arası çalışanlar arasında anlamlı bir fark olduğu belirlenmiştir. Performans kaygısı ölçeği diğer alt boyutlarının katılımcıların çalışma sürelerine göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir.($p>,05$)

Tablo 4.140:Araştırmaya Katılan Tiyatro Sanatçılarının Özyeterlilik Algılarının Çalışma Sürelerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Kruskal Wallis Testi Sonuçları

	Hizmet Yılı	N	Sıra Ort.	X2	p
Bilişsel Özyeterlilik	4 Yıldan az	31	63,40	3,315	,345
	4-10 Yıl arası	37	56,70		
	11-15 Yıl arası	21	65,88		
	16 ve üstü	39	72,03		
Temel Mesleki Özyeterlilik	4 Yıldan az	31	55,44	5,371	,147
	4-10 Yıl arası	37	59,27		
	11-15 Yıl arası	21	73,64		
	16 ve üstü	39	71,74		
Motivasyonel İnanç	4 Yıldan az	31	85,29	13,655	,003
	4-10 Yıl arası	37	61,57		
	11-15 Yıl arası	21	55,57		
	16 ve üstü	39	55,56		

Araştırmaya katılan katılımcılardan tiyatro sanatçılarının özyeterlilik çalışma sürelerine göre farklılık gösterip göstermediği belirlemek için gruplar normal dağılım göstermediği için yapılan non parametrik testlerden Kruskal Wallis Testi sonuçları tablo ‘da verilmiştir. Bu sonuçlara göre araştırmaya katılan tiyatro sanatçılarının özyeterliliği ölçeği alt boyutlarından Motivasyonel İnanç alt boyutunun yaş gruplarına göre anlamlı bir farklılık gösterdiği belirlenmiştir. ($X^2=13,655$; $p<,05$) Gruplar arası farkı görebilmek için ikişerli gruplar arasında Mann Whitney U testi kullanılmıştır. Motivasyonel inanç boyutu için ikişerli çalışma süresi grupları arasında yapılan Mann Whitney U testi sonucuna göre, 4 yıldan az çalışanlar ile 4-11 yıl arasında çalışanlar, 11-16 yıl arası çalışanlar, 16 ve üzeri arası çalışanlar arasında anlamlı bir fark olduğu belirlenmiştir. Özyeterlilik ölçeği diğer alt boyutu olan Bilişsel Özyeterlilik boyutu ve Temel Mesleki Özyeterlilik boyutu katılımcıların çalışma sürelerine göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir.($p>,05$)

4.6.6. Tiyatro Öğrencileri Performans Kaygısı ve Özyeterlilik Ölçekleri Fark

Testleri

Tablo 4.141:Araştırmaya Katılan Tiyatro Öğrencilerinin Performans Kaygılarının Cinsiyetlerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Bağımsız Örneklem t Testi Sonuçları

	Cinsiyet	N	Ort.	Std. Sapma	t	p
Yüzleşme	Kadın	104	1,48	,74	-2,155	,032
	Erkek	103	1,71	,80		
Somatik Belirtiler	Kadın	104	2,34	,88	-1,841	,067
	Erkek	103	2,57	,94		
Odaklanma	Kadın	104	1,84	,89	-2,708	,007
	Erkek	103	2,17	,81		
Otomatik Düşünce	Kadın	104	2,70	1,21	-1,568	,118
	Erkek	103	2,95	1,08		
Dayanıklılık	Kadın	104	2,23	,98	-1,168	,244
	Erkek	103	2,39	1,01		

Araştırmaya katılan katılımcılardan tiyatro öğrencilerinin performans kaygılarının cinsiyete göre farklılık gösterip göstermediği belirlemek için yapılan bağımsız örneklem t-testi sonuçları tablo 'da verilmiştir. Bu sonuçlara göre araştırmaya katılan tiyatro öğrencilerinin performans kaygısı ölçeği boyutlarından Yüzleşme alt boyutunun tiyatro öğrencilerinin cinsiyetine göre anlamlı bir farklılık gösterdiği belirlenmiştir. ($t=-2,155$; $p<,05$) Ortalama değerlere bakıldığında, erkek katılımcıların kadın katılımcılara göre daha yüksek yüzleşme kaygısı hissettikleri söylenebilir. Performans kaygısı ölçeği diğer boyutu olan Odaklanma alt boyutunun tiyatro öğrencilerinin cinsiyetine göre anlamlı bir farklılık gösterdiği belirlenmiştir. ($t=-2,708$; $p<,05$) Ortalama değerlere bakıldığında, erkek katılımcıların kadın katılımcılara göre daha yüksek odaklanma kaygısı hissettikleri söylenebilir. Performans kaygısı ölçeğinin diğer alt boyutlarının tiyatro öğrencilerinin cinsiyetine göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir. ($p>,05$)

Tablo 4.142:Araştırmaya Katılan Tiyatro Öğrencilerinin Özyeterlilik Algılarının Cinsiyetlerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Bağımsız Örneklem t Testi Sonuçları

	Cinsiyet	N	Ort.	Std. Sapma	t	P
Donanımsal Özyeterlilik	Kadın	104	3,98	,71	1,463	,145

	Erkek	103	3,82	,84		
Ana Derslere İlişkin Özyeterlilik	Kadın	104	3,85	,70	1,237	,218
	Erkek	103	3,72	,82		
Bilişsel Özyeterlilik	Kadın	104	3,91	,92	,794	,428
	Erkek	103	3,81	,96		
Motivasyonel İnanç	Kadın	104	3,96	,77	-1,783	,076
	Erkek	103	4,16	,84		
Yan Derslerle İlgili Özyeterlilik	Kadın	104	4,05	,69	1,202	,231
	Erkek	103	3,93	,67		

Araştırmaya katılan katılımcılardan tiyatro öğrencilerinin özyeterliliklerinin cinsiyete göre farklılık gösterip göstermediği belirlemek için yapılan bağımsız örneklem t-testi sonuçları tablo 'da verilmiştir. Bu sonuçlara göre araştırmaya katılan tiyatro öğrencilerinin özyeterliliklerinin tiyatro öğrencilerinin cinsiyetine göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir. ($p>,05$)

Tablo 4.143: Araştırmaya Katılan Tiyatro Öğrencilerinin Performans Kaygılarının Yaş Gruplarına Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Kruskal Wallis Testi Sonuçları

	Yaş	N	Sıra Ort.	X ²	p
Yüzleşme	18-20	76	120,99	11,914	,003
	21-24	69	100,09		
	24 ve üstü	62	87,52		
Somatik Belirtiler	18-20	76	108,20	,624	,732
	21-24	69	102,42		
	24 ve üstü	62	100,60		
Odaklanma	18-20	76	118,91	7,588	,023
	21-24	69	94,18		
	24 ve üstü	62	96,65		
Otomatik Düşünce	18-20	76	109,88	1,480	,477
	21-24	69	103,36		
	24 ve üstü	62	97,51		
Dayanıklılık	18-20	76	102,47	1,206	,547
	21-24	69	99,66		
	24 ve üstü	62	110,71		

Araştırmaya katılan katılımcılardan tiyatro öğrencilerinin performans kaygılarının yaş gruplarına göre farklılık gösterip göstermediği belirlemek için gruplar normal dağılım

göstermediği için yapılan non parametrik testlerden Kruskal Wallis Testi sonuçları tablo 'da verilmiştir. Bu sonuçlara göre araştırmaya katılan tiyatro öğrencilerinin performans kaygısı ölçeği boyutlarından Yüzleşme, ($X^2=11,914$; $p<,05$) Odaklanma, ($X^2=7,588$; $p<,05$) alt boyutlarının katılımcıların yaş gruplarına göre anlamlı bir farklılık gösterdiği belirlenmiştir. Gruplar arası farkı görebilmek için ikişerli gruplar arasında Mann Whitney U testi kullanılmıştır. Yüzleşme boyutu için ikişerli yaş grupları arasında yapılan Mann Whitney U testi sonucuna göre, 18-20 yaş arası olanlar ile 21-24 yaş arası olanlar ile 24 ve üzeri yaş aralığında olanlar arasında anlamlı bir fark olduğu belirlenmiştir. Odaklanma boyutu için ikişerli yaş grupları arasında yapılan Mann Whitney U testi sonucuna göre, 18-20 yaş arası olanlar ile 21-24 yaş arası olanlar ile 24 ve üzeri yaş aralığında olanlar arasında anlamlı bir fark olduğu belirlenmiştir. Ölçeğin diğer alt boyutlarının yaş gruplarına göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir. ($p>,05$)

Tablo 4.144: Araştırmaya Katılan Tiyatro Öğrencilerinin Özyeterlilik Algılarının Yaş Gruplarına Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Kruskal Wallis Testi Sonuçları

	Yaş	N	Sıra Ort.	X^2	P
Donanımsal Özyeterlilik	18-20	76	88,53	8,683	,013
	21-24	69	109,03		
	24 ve üstü	62	117,36		
Ana Derslere İlişkin Özyeterlilik	18-20	76	91,83	5,079	,079
	21-24	69	109,60		
	24 ve üstü	62	112,69		
Bilişsel Özyeterlilik	18-20	76	101,11	,567	,753
	21-24	69	108,26		
	24 ve üstü	62	102,80		
Motivasyonel İnanç	18-20	76	116,89	5,849	,054
	21-24	69	98,46		
	24 ve üstü	62	94,36		
Yan Derslerle İlgili Özyeterlilik	18-20	76	101,01	5,585	,061
	21-24	69	94,48		
	24 ve üstü	62	118,27		

Araştırmaya katılan katılımcılardan tiyatro öğrencilerinin özyeterliliklerinin yaş gruplarına göre farklılık gösterip göstermediği belirlemek için gruplar normal dağılım göstermediği için yapılan non parametrik testlerden Kruskal Wallis Testi sonuçları tablo 'da verilmiştir. Bu sonuçlara göre araştırmaya katılan tiyatro öğrencilerinin özyeterlilik ölçeği boyutlarından Donanımsal Özyeterlilik alt boyutunun katılımcıların yaş gruplarına göre

anlamli bir farklılık gösterdiği belirlenmiştir. ($X^2=8,683$; $p<,05$) Gruplar arası farkı görebilmek için ikişerli gruplar arasında Mann Whitney U testi kullanılmıştır. Donanımsal özyeterlilik boyutu için ikişerli yaş grupları arasında yapılan Mann Whitney U testi sonucuna göre, 18-20 yaş arası olanlar ile 21-24 yaş arası olanlar ile 40 ve üzeri yaş aralığında olanlar arasında anlamlı bir fark olduğu belirlenmiştir. Ölçeğin diğer alt boyutlarının yaş gruplarına göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir.($p>,05$)

Tablo 4.145:Araştırmaya Katılan Tiyatro Öğrencilerinin Performans Kaygılarının Öğrenim Gördükleri Sınıfa Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Kruskal Wallis Testi Sonuçları

	Sınıf	N	Sıra Ort.	X^2	p
Yüzleşme	1.Sınıf	46	120,16	17,723	,001
	2.Sınıf	65	116,34		
	3.Sınıf	41	101,10		
	4.Sınıf	55	78,06		
Somatik Belirtiler	1.Sınıf	46	105,90	3,829	,281
	2.Sınıf	65	110,94		
	3.Sınıf	41	108,54		
	4.Sınıf	55	90,83		
Odaklanma	1.Sınıf	46	117,73	5,686	,128
	2.Sınıf	65	104,38		
	3.Sınıf	41	107,05		
	4.Sınıf	55	89,79		
Otomatik Düşünce	1.Sınıf	46	120,12	5,159	,161
	2.Sınıf	65	101,38		
	3.Sınıf	41	104,02		
	4.Sınıf	55	93,59		
Dayanıklılık	1.Sınıf	46	101,85	2,662	,447
	2.Sınıf	65	96,82		
	3.Sınıf	41	115,83		
	4.Sınıf	55	105,47		

Araştırmaya katılan katılımcılardan tiyatro öğrencilerinin performans kaygısının öğrenim görülen sınıflara göre farklılık gösterip göstermediği belirlemek için gruplar normal dağılım göstermediği için yapılan non parametrik testlerden Kruskal Wallis Testi sonuçları tablo 'da verilmiştir. Bu sonuçlara göre araştırmaya katılan tiyatro öğrencilerinin performans kaygısı ölçeği boyutlarından Yüzleşme alt boyutunun katılımcıların öğrenim gördükleri sınıfa

göre anlamlı bir farklılık gösterdiği belirlenmiştir. ($X^2=17,723$; $p<,05$) Gruplar arası farkı görebilmek için ikişerli gruplar arasında Mann Whitney U testi kullanılmıştır. Yüzleşme boyutu için ikişerli öğrenim görülen sınıf grupları arasında yapılan Mann Whitney U testi sonucuna göre, 1.sınıfta öğrenim görenler ile 4.sınıfta öğrenim görenler arasında ve 2.sınıf ile 4. Sınıfta öğrenim görenler arasında anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir. Ölçeğin diğer alt boyutlarının katılımcıların öğrenim gördükleri sınıfa göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir.($p>,05$)

Tablo 4.146:Araştırmaya Katılan Tiyatro Öğrencilerinin Özyeterlilik Algılarının Öğrenim Gördükleri Sınıfa Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Kruskal Wallis Testi Sonuçları

	Sınıf	N	Sıra Ort.	X^2	P
Donanımsal Özyeterlilik	1.Sınıf	46	91,15	11,387	,010
	2.Sınıf	65	92,52		
	3.Sınıf	41	108,87		
	4.Sınıf	55	124,68		
Ana Derslere İlişkin Özyeterlilik	1.Sınıf	46	89,66	7,973	,047
	2.Sınıf	65	97,38		
	3.Sınıf	41	108,13		
	4.Sınıf	55	120,74		
Bilişsel Özyeterlilik	1.Sınıf	46	90,29	9,646	,022
	2.Sınıf	65	97,40		
	3.Sınıf	41	102,94		
	4.Sınıf	55	124,05		
Motivasyonel İnanç	1.Sınıf	46	113,83	2,058	,560
	2.Sınıf	65	102,68		
	3.Sınıf	41	95,98		
	4.Sınıf	55	103,32		
Yan Derslerle İlgili Özyeterlilik	1.Sınıf	46	105,03	2,436	,487
	2.Sınıf	65	94,90		
	3.Sınıf	41	110,13		
	4.Sınıf	55	109,32		

Araştırmaya katılan katılımcılardan tiyatro öğrencilerinin özyeterliliklerinin öğrenim görülen sınıflara göre farklılık gösterip göstermediği belirlemek için gruplar normal dağılım göstermediği için yapılan non parametrik testlerden Kruskal Wallis Testi sonuçları tablo 'da verilmiştir. Bu sonuçlara göre araştırmaya katılan tiyatro öğrencilerinin özyeterlilik ölçeği

boyutlarından Donanımsal Özyeterlilik, ($X^2=11,387$; $p<,05$) Ana Derslere İlişkin Özyeterlilik, ($X^2=7,973$; $p<,05$) Bilişsel Özyeterlilik, ($X^2=9,646$; $p<,05$) alt boyutunun katılımcıların öğrenim gördükleri sınıfa göre anlamlı bir farklılık gösterdiği belirlenmiştir. Gruplar arası farkı görebilmek için ikişerli gruplar arasında Mann Whitney U testi kullanılmıştır. Donanımsal özyeterlilik boyutu için ikişerli öğrenim görülen sınıf grupları arasında yapılan Mann Whitney U testi sonucuna göre, 1.sınıfta öğrenim görenler ile 4.sınıfta öğrenim görenler arasında ve 2. sınıf ile 4. sınıfta öğrenim görenler arasında, anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir. Ana derslere ilişkin öz yeterlilik boyutu için ikişerli öğrenim görülen sınıf grupları arasında yapılan Mann Whitney U testi sonucuna göre, 1.sınıfta öğrenim görenler ile 4.sınıfta öğrenim görenler arasında anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir. Bilişsel özyeterlilik boyutu için ikişerli öğrenim görülen sınıf grupları arasında yapılan Mann Whitney U testi sonucuna göre, 1.sınıfta öğrenim görenler ile 4.sınıfta öğrenim görenler arasında anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir. Ölçeğin diğer alt boyutlarının katılımcıların öğrenim gördükleri sınıfa göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir.($p>,05$)

BÖLÜM V: TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

5.1. TARTIŞMA

Gerçekleştirilen çalışmada, sahne sanatları opera bale tiyatro sanatçıları ve öğrencilerine yönelik performans kaygısı ve öz yeterlilik ölçekleri geliştirilmiş, geçerlilik ve güvenirlik testleri yapılmıştır. Geliştirilen ölçeklerin farklı alt boyutları olduğu görülmüştür. Yapılan fark testlerinde ise yaşa ve cinsiyete hatta profesyonelliğe veya öğrenciliğe bağlı olarak bu alt boyutlara farklı yaklaşımlar sergilendiği gözlenmiştir. Bu bağlamda, geliştirilen ölçeklerin, bu alt boyutlardan alınan puanlar doğrultusunda, bireydeki sahne performans kaygısının ve öz yeterlilik algısı düzeyinin olumsuzluk durumunda, nedenlerinin hangi kaynaktan beslendiğinin, spesifik olarak betimlenmesine yardımcı olacak nitelikte olduğu görülmektedir. Bu bölümde öncelikle ölçek alt boyutlarının isimlendirilmesine yönelik açıklamalar, nedenleri ve puanlama şekilleri sunulacak, ayrıca test tekrar test, dış geçerlilik ve fark testleri bulguları tartışılacaktır.

5.1.1.Opera Sanatçıları Faktör Alt Boyutlarına İlişkin Açıklamaları:

5.1.1.1. Opera Sanatçıları Performans Kaygısı: Ölçeği Alt boyutları

Opera sanatçıları performans kaygısı ölçek çalışması veri toplama aşamasına 63 madde ile pilot çalışması yapılarak başlanmış, 26 madde elenerek kalan 37 madde ile açıklayıcı faktör analizi yapılmıştır. Bu aşama sonrasında 27 maddeye indirilen ölçek doğrulayıcı analiz sonrasında 27 madde ve 4 alt boyut olarak ters madde olmaksızın son halini almıştır

5'li Likert tipinde hazırlanmış olan maddeler, *“Hiç Katılmıyorum” 1 puan “Çok düşük”;* *“Biraz Katılıyorum” 2 puan ,”Düşük”;* *“Kararsızım” 3puan “Orta”;* *“Oldukça Katılıyorum”4puan”Yüksek”;* *“Tamamen Katılıyorum”5puan”Çok Yüksek ” Performans kaygısını tanımlayacaktır.*

Bu bölümde alt boyut adları ve maddeler hakkında bilgi paylaşılmıştır.

5.1.1.1.1.Birinci Boyut: Somatik Belirtiler

Ek 1, de belirtilmiş 10 adet maddeden oluşan bu boyuttaki maddeler bir opera sanatçısının diğer sınav ve genel kaygı durumlarında da görülen ağırlıklı olarak bedenin

otonom sinir sistemi bölümü olan sempatik sisteminin ya savaş ya kaç komutu üzerine bedenin verdiği doğal tepkileri sahne kaygısı olarak algılaması ve bunun üstesinden gelememesi kaynaklı olduğu düşünülmüştür. Nitekim aşırı kalp çarpıntısı, titreme, boğaz kuruması, durumsal ve sürekli kaygı semptomlarıdır. Sağlıklı bir insanın sinir sistemi merkezi ve çevresel sinir sistemi olarak ikiye ayrılır. Merkezi sinir sistemi beyin ve omurilikten oluşurken çevresel sinir sistemi motor ve duyuşal olarak ikiye ayrılır. Motor nöronlar ise somatik ve otonom sinir sistemi olarak iki işlevsel bölüme ayrılırlar. Otonom sinir sistemi ise sempatik ve parasempatik olarak ikiye ayrılır. Sempatik sistem türün korunması için tehlikeli durumlardan korunmak üzere tasarlanmış bir alarm vazifesi görür. Tehlike karşısında devreye girdiğinde, savaşma veya kaçmanın kolaylaşması gerektiğinden, göz bebekleri büyür, salya sekresiyonu azalır, kalp atışı artar, akciğer ve bronşlar genişler. Kan akışının sağlanması için damarlar genişler, mide-sindirim baskılanır, safra, glukoz salgılanır, böbreklerde stres hormonları olan epinefrin ve norepinefrin salgılanır, idrar sekresiyonu azalsa dahi, idrar kesesi daralır hacmi küçüldüğünden idrar atımı çoğalır, bağırsaklarda salgı baskılanır. Bedende meydana gelen bu değişimler bireyin kendini koruması için gerekli hazırlıklardır. Buna karşılık parasempatik sistem ise bireyin rahatlamasını sağlayıcı sempatik sisteme antagonist bir çalışma sergiler. Kalp atışlarının daha hafiflemesi, göz bebeklerinin daralması, akciğerlerin ve bronşların daralması, gibi fonksiyonlar bireyin rahatlamaya hazırlanmasını sağlar. Bu iki sistemin dengede olması normal hayatta arzu edilmesi gereken norm olmakla birlikte, sahne çalışmaları için belirli dozda performans başarısını sağlayacak olan bu enerji devinimi sağlıklı kontrol edilememesi durumunda aşırı kaygı ve stres nedeni olabilecektir.

Birey tarafından bu alt boyuttan alınacak 10 p. “çok düşük”, 20p “düşük”, 30p.”orta”, 40 p. “yüksek” 50 puan ise “çok yüksek” düzeyde “somatik kaygı” “ sınır belirtileri gösterdiği kabul edilmelidir.

5.1.1.1.2. İkinci Boyut: Teknik Özgüven

Ek.1, de belirtilmiş 7 adet maddeden oluşan bu boyuttaki maddeler, bir opera sanatçısının sahne üzerinde temel sanatsal becerileri dolayısı ile yaşayabileceği kaygıların ölçülmesi hedefi ile tasarlanmıştır. Nitekim özellikle bir solo performans sanatçısı olunması hedefleniyor ise öncelikle ana sanat becerileri ile ilgili kaygılarının olmaması gereklidir. Spesifik olarak maddeleri ele alarak açıklamak gerekirse; özellikle bir opera solist sanatçısının müzikal kulağı, orkestrayı anlama kabiliyeti ve şefi görmese dahi orkestrayı takip edebilmesi gereklidir. Bu bağlamda çok zor ve atonal modern eserler dışında şefi görmek veya atağı

anlayabilme kaygısı yaşanması sanatçının kendi becerilerine güvenmediği düşüncesine dayanır. Benzer şekilde entonasyonu doğru sağlayamamak, melodiyi unutmak/karıştırmak ya da ritim kaçırmak, müzikal kulak ve hafıza sorunudur ve opera solist/korist sanatçısının normalde çok az yaşaması gereken kaygılardan olmalıdır. Benzer şekilde sürekli partinin sonunu getirememeye kaygısı bir opera solist sanatçısının kendi sesine ve teknik becerilerine güvenememesi anlamını taşır.

Bu alt boyuttan alınacak 7p. yokdenecekölçüde “*çok düşük*” düzeydekaygıyı, 14p. azşiddetliyani”*düşük*” kaygıyı, 21 p. ”*orta*” derecede kaygıyı, 28p. oldukça “*yüksek*” düzeyde kaygıyı, 35 p. ise “*çok yüksek*” düzeyde teknik özgüven kaygı sınırını gösterecektir.

5.1.1.1.3. Üçüncü Boyut: Yüzleşme

Ek1, de, belirtilmiş 5adet maddeden oluşan bu boyuttaki maddeler, bir opera sanatçısının kaçınılmaz olarak tüm profesyonel hayatta zorunlu olarak karşılaşma durumunda olacağı başarısızlık, otorite veya seyirci eleştirisi, seyircinin kalabalık oluşu, temsil ve/veya provaların kaydedilmesi gibi durumlarla yüzleşebilme gücünü ölçen maddeler olarak tasarlanmıştır. Spesifik olarak örnek verecek olursak, opera sanatçısının, kariyeri boyunca sahnenin büyüklüğü küçüklüğü, aydınlatılma şekli, seyirci sayısı ve yakın olup olmaması, kendisinin organize edebileceği durumlar değildir. Yaratıcı kadro, tarafından tercih edilen sahne dekoru mizansen ve ışıklandırması çerçevesinde rejisör tarafından verilen sahne mizansenlerini ve partisini aynı anda icra etmek durumundadır. Bu bağlamda sahnedeki konumu itibarı ile seyirciye yakın hatta bazen iç içe olabileceği durumlar da olabilir. Seyirci/dinleyici ile göz göze gelebilir, bu durumda seyirci ile göz teması kurmalıdır ve bu temas kendi kişiliğini yansıtan değil, oynamakta olduğu rol kişiliğinin bakış şekli olmalıdır. Bu durumda gözlerini kaçırma ihtiyacı duyacak kadar kaygılı bir sanatçının özellikle solistik kariyerde başarılı olamama olasılığı çok yüksektir. Bu boyuttan yüksek puan alan bireylerin opera sanatının gereklerini yerine getireme sürecinde bazı mesleki gerekliliklerle yüzleşme sorunu yaşadığını düşünmek gerekir. Ayrıca bu tip bireylerin önlem alınmadığı durumlarda eleştiriye de açık olamayacaklarından sahneden kaçınan bir davranış ya da agresyon sergileyen ve performansını negatif etkileyecek bir profile sahip olma olasılıkları çok yüksek olacaktır.

Bu alt boyuttan alınacak 5p. yok denecek düzeyde “*çokdüşük*” ölçüde kaygıyı, 10p. az şiddetli yani “*düşük*” kaygıyı, 15 p. “*orta*” derecede kaygıyı, 20p. oldukça “*yüksek*” düzeyde kaygıyı, 25 p. ise “*çok yüksek*” düzeyde yüzleşme kaygısı sınırını gösterecektir.

5.1.1.1.4. Dördüncü Boyut: Dayanıklılık

Ek 1, de belirtilmiş 5 adet maddeden oluşan bu boyuttaki maddeler, bir opera sanatçısının olası karşılaşılabileceği olumsuz olaylara karşı kendini savunabilme ve güçlüklerle dayanabilme gücünü simgelemektedir. Olumsuzluklarla baş edemeyen sanatçı profesyonel kariyeri boyunca karşılaşılabileceği problemlerle baş edip başarılı bir ilerleyiş geliştirmesi neredeyse imkansız olacaktır bu yönde önlem alınması çok önemlidir. Nitekim spesifik olarak ele alacak olursak anlayamayacağı, taraf tutan veya şan bilgisi olmayan rejisör, korrepitör, şef ve yöneticilerle karşılaşma olasılığı yüksek olup, onlarla çalışma/çalışmama kararı çoğunlukla sanatçıya ait olmayabilir. Benzer şekilde rol yapacağı partnerleri de seçme durumunda değildir. Onların hataları veya teknik hatalar kendisini ruhsal, bilişsel ve bedensel olarak yıpratacağından bu stres altında çalışabilmek ve başarılı olabilmek belirli bir ölçüde dayanıklılık gerektirecektir. Kendisini savunmasız hisseden bir sanatçı birey mesleğinde başarılı olsa dahi bu becerilerini zamanla ortaya koyabilme yetisinin azalması riski ile karşı karşıya kalabilecektir.

Bu alt boyuttan alınacak 5p. yok denecek düzeyde yani “*çok düşük*” ölçüde kaygıyı, 10p. az şiddetli yani “*düşük*” kaygıyı, 15 p. “*orta*” derecede kaygıyı, 20p. “*yüksek*” düzeyde kaygıyı, 25 p. ise “*çok yüksek*” düzeyde dayanıksızlığa dayalı kaygı diğer bir deyişle puan yükseldikçe bireyin dayanıksızlık sınırını gösterecektir.

Toplam puanlar ele alındığında, opera sanatçıları performans kaygısı ölçeğinden alınacak 27p. yok denecek düzeyde “*çok düşük*” ölçüde kaygıyı, 54p. az şiddetli yani “*düşük*” kaygıyı, 81p. “*orta*” derecede kaygıyı, “108p.” oldukça “*yüksek*” düzeyde kaygıyı, “135p.” ise patolojik boyutta “*çok yüksek*” düzeydeki kaygı sınırını gösterecektir.

Geliştirilmiş olan “*OperaSanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği*”, bulgular bölümünde görüldüğü üzere 0.908 Cronbach Alfa değeri ile oldukça yüksek güvenilirliğe ve %95 anlamlılık düzeyine ve ağırlıklı olarak mükemmel uyum sınırlarına sahip olduğu görülmektedir. Ayrıca test tekrar test sonucu olarak elde edilmiş olan 0.99 değerindeki sonuçlar doğrultusunda opera sanatçıları arasında gerçekleştirilen ilk test performans kaygısı ile

son test performans kaygısı arasında çok yüksek bir korelasyon ilişkisinin olması nedeniyle ölçeğin kararlılığının yüksek derecede olduğu belirlenmiştir.

Yapılan fark testlerinde ise opera sanatçıları performans kaygısı, cinsiyet, yaş ve hizmet süreleri değişkenleri açısından anlamlı bir farklılık gözlemlenmediği görülmüştür. Bu sonuçlar seçili örneklem doğrultusunda, Türkiye sınırları içerisindeki Devlet destekli kurumlarda kadrolu olarak çalışan sanatçılara genellenebilir ancak yurt dışında serbest çalışma koşulları doğrultusunda çalışan opera sanatçıları arasında farklı sonuçlar elde edilebileceği göz önünde bulundurulmalıdır.

5.1.1.2. Opera Sanatçıları Öz yeterlilik Ölçeği Alt boyutları

Opera sanatçıları öz yeterlilik ölçek çalışması veri toplama aşamasına 36 madde ile pilot çalışması yapılmış, 6 madde elenerek kalan 30 madde ile açıklayıcı faktör analizi yapılmıştır. Bu aşama sonrasında 25 maddeye indirilen ölçek doğrulayıcı analiz sonrasında ise 22 madde ve 3 alt boyut olarak ters madde olmaksızın son halini almıştır.

5’li Likert tipinde hazırlanmış olan maddeler, *“Hiç Katılmıyorum” 1 puan “Çok düşük”;* *“Biraz Katılıyorum” 2 puan ,”Düşük”;* *“Kararsızım” 3puan “Orta”;* *“Oldukça Katılıyorum”4puan”Yüksek”;* *“Tamamen Katılıyorum” 5puan”Çok Yüksek ” Özyeterlilik Algısını tanımlayacaktır.*

Bu bölümde alt boyut adları ve maddeler hakkında bilgi paylaşılmıştır.

5.1.1.2.1. Birinci Boyut: Temel Donanımsal Öz Yeterlilik

EK.2, de belirtilmiş 7 adet maddeden oluşan bu boyuttaki maddeler bir opera sanatçısının temel sahne yetenek ve donanımlarına dair mesleki öz yeterlilik algısını değerlendirebilme hedeflidir. Nitekim ses ve rol yeteneği, her rolün karakterini ve temperamanını iyi yansıtabilmek, kostümü sahnede iyi taşımak ve disiplinli planlı olabilme, başarılı bir opera solist sanatçısının güvenebileceği en önemli öz yeterliliklerin başında gelmektedir.

Bu boyuttan alınacak 7p, *“çok düşük”* öz yeterlilik algısını, 14p *“düşük”* öz yeterlilik algısını, 21p. *“orta”* dereceli öz yeterlilik algısını, 28 p *“yüksek”* öz yeterlilik algısını, 35p ise *“çok yüksek”* düzeyde *“temel donanımsal”* öz yeterlilik algısını tanımlayacaktır.

5.1.1.2.2. İkinci Boyut: Motivasyonel İnanç

EK 2, de belirtilmiş 10 adet maddeden oluşan bu boyuttaki maddeler aracılığı ile bir opera sanatçısının, sanatına karşı duyduğu motivasyonun gücünü anlayabilmek ve ölçebilmek hedeflenmiştir. Bu bağlamda diğer boyutlardan elde edilen sonuçlarla birlikte sanatçının iç dinamiklerinden mi yoksa dış referanslarla mı kendilik geliştirdiği ve kariyerini sürdürdüğü bilgisi sanatçının performans başarısının artırılması sağlanmaya çalışılacaktır. Nitekim bir opera sanatçısının kendisini sunma becerisi ve ortaya koyacağı yorumun alt yapısında eserin gereklerini yerine getirmedeki başarısı ne kadar motive olduğu ile ilgilidir. Bu uğurda her şekilde ve her şarta uyum sağlama isteği yine motivasyonel inancına bağlıdır. Nitekim, kendisi ile gurur duyması ve her türlü makyajı iyi taşıyabileceğini düşünmesi, kendisi ile barışık olduğunu ve içsel motivasyon taşıdığının belirtisidir. Ayrıca sorunlarına akılcı çözümler bulabilme kapasitesi, seyirciyi etkileme isteği ve inancı, kendisine hedefler koyabilmesi, bu yönde kurum içi iletişim becerilerinin sağlıklı olması, sanatı ile ilgili motivasyonuna pozitif yönde bir motivasyonel ivme kazandıracaktır.

Bu boyuttan alınacak 10p, "çok düşük" öz yeterlilik algısını, 20p "düşük" öz yeterlilik algısını, 30p. "orta" dereceli öz yeterlilik algısını, 40 p "yüksek" öz yeterlilik algısını, 50 p ise "çok yüksek" düzeyde "motivasyonelinanç"a bağlı öz yeterlilik algısını tanımlayacaktır.

5.1.1.2.3. Üçüncü Boyut: Bilişsel Özyeterlilik

Ek 2, de belirtilmiş 5 adet maddeden oluşan bu boyuttaki maddeler opera sanatçısının bilişsel süreçleri ile ilgili kaygılarının betimleyicisi olarak belirlenmiştir. Tüm sahne sanatlarında olduğu gibi opera sanatı da bilişsel süreçler açısından yükü oldukça yüksek olan bir performans gücü gerektirmektedir. Tiyatro ve bale ile kıyaslandığında aynı anda çok daha fazla dikkat ve odaklanma gerektirdiği açıktır. Örneğin balede müzikal ritim ve baden hareketleri odaklı çalışma olmasına karşın ses ve tonalite düşünülmediğinden dikkat süreçleri daha ziyade motor becerilerine ve ses olarak da sadece temporal loba giriş verileri üzerine dayalıdır. Benzer şekilde tiyatrodaki diyaloglar/replikler vardır, ancak alt yapıda uyulması gereken bir müzik/orkestra olmaması, kişilikleri ve duyguları yansıtırken, bir orkestra ile uyumlu şekilde şarkı söyleyerek rol yapması gereken opera sanatçısının dikkat süreçleri kadar yoğun bilişsel yükü mücadele edilmez. Nitekim Maddeler dikkate alındığında eserin ezberleme, hatırlanma kısaca bilişsel süreçlerle ilgili bir alt boyut olduğu anlaşılmaktadır.

Bu boyuttan alınacak 5p, "çok düşük" öz yeterlilik algısını, 10p "düşük" öz yeterlilik algısını, 15p. "orta" dereceli öz yeterlilik algısını, 20 p "yüksek" öz yeterlilik algısını, 25p ise "çok yüksek" düzeyde "temel donanımsal" öz yeterlilik algısını tanımlayacaktır.

Toplam puanlar ele alındığında, opera sanatçıları öz yeterlilik ölçeğinden alınacak 22p. yok denecek düzeyde "çok düşük" öz yeterlilik algısını, 44p. az yani "düşük" düzeyde öz yeterlilik algısını, 66p. "orta" derecede öz yeterlilik algısını, 88 p. oldukça "yüksek" düzeyde öz yeterlilik algısını, 110 p. ise "çok yüksek" düzeydeki öz yeterlilik algısını gösterecektir.

Geliştirilmiş olan "Opera Sanatçıları Öz yeterlilik ölçeği", bulgular "Doğrulaıcı Analizler" bölümünde görüldüğü üzere 0.900 Cronbach Alfa değeri ile oldukça yüksek güvenilirliğe, % 95 anlamlılık düzeyinde anlamlı ve tüm maddeler uyum değerleri bakımından mükemmel uyum sınırları içerisinde olduğu görülmektedir. Ayrıca test tekrar test sonucu olarak elde edilmiş olan .98 değerindeki sonuçlar doğrultusunda opera sanatçıları arasında gerçekleştirilen ilk test öz yeterlilik algısı ile son test öz yeterlilik algısı arasında çok yüksek bir korelasyon ilişkisinin olması nedeniyle ölçeğinin kararlılığının yüksek derecede olduğu belirlenmiştir.

Yapılan fark testlerinde ise "Opera Sanatçıları Öz yeterlilik algısının, cinsiyet, yaş ve hizmet süreleri değişkenleri açısından ele alındığında, cinsiyet değişkenine göre fark görülmemekle beraber, özellikle "Temel Donanımsal Özyeterlilik Motivasyonel İnanç ve Bilişsel öz yeterlilik boyutlarında" hem yaş hem de hizmet süreleri değişkenleri ile ilişkili olarak anlamlı farklılıklar söz konusu olduğu görülmektedir. Türkiye sınırları içerisindeki Devlet destekli kurumlarda kadrolu olarak çalışan sanatçılara genellenebilir ancak yurt dışında serbest çalışma koşulları doğrultusunda çalışan opera sanatçıları arasında farklı sonuçlar elde edilebilir olduğu göz önünde bulundurulmalıdır.

5.1.2. Opera Öğrencileri Faktör Alt boyutlarına İlişkin Açıklamalar

5.1.2.1. Opera Öğrencileri Performans Kaygısı Alt Boyutları:

Opera öğrencileri performans kaygısı ölçek çalışması veri toplama aşamasına 28 adet madde ile başlanmıştır. 28 madde ile pilot çalışması yapılarak 9 madde elenmiş kalan 19 madde ile açıklayıcı faktör analizi yapılmıştır. Bu aşama sonrasında 1 madde daha elenerek 18 maddeye indirilen ölçek doğrulayıcı analiz sonrasında 18 madde değişmemiş ve 5 alt boyut olarak ters madde olmaksızın son halini almıştır.

5'li Likert tipinde hazırlanmış olan maddeler, “*Hiç Katılmıyorum*” 1 puan “*Çok düşük*”; “*Biraz Katılıyorum*” 2 puan ,”*Düşük*”; “*Kararsızım*” 3puan “*Orta*”; “*Oldukça Katılıyorum*”4puan”*Yüksek*”;”*Tamamen Katılıyorum*”5puan”*Çok Yüksek* ” *Performans Kaygısını tanımlayacaktır.*

Geriye kalan faktörler ise aşağıdaki gibi sınıflandırılarak isimlendirilmiştir:

5.1.2.1.1. Birinci Boyut: Özgüvensel Kaygı

Ek 3, de belirtilmiş 5 adet maddeden oluşan bu boyuttaki maddeler bir opera öğrencisinin gerek öğrenciliği boyunca gerekse profesyonel hayatta karşısına çıkabilecek zorluklara karşı verdiği tepki bağlamında kendisi ve derslerle ilgili başarı ve özgüvenini ölçülmesi ve değerlendirilmesi hedeflenmiştir. Derslerin zorlaşması, bilmediği lisanda şarkı söyleyecek olması, sahnede tek başına olmanın verdiği baskı, sahnenin büyük ve aşırı ışıklandırılmış olması, opera sanatçısının rutin sanat hayatın vazgeçilmez unsurları olacağından öğrencinin bu durumlara karşı öz güvenini geliştirebilmesi son derece önemlidir. Nitekim faktör yükü en yüksek olan alt boyut bu gruba aittir.

Öğrenci tarafından bu alt boyuttan alınacak 5 p. *çok düşük*, 10p *düşük*, 15 p.*orta*, 20 p. *yüksek* 25 puan ise *çok yüksek* düzeyde “*Özgüvensel kaygı* “ sınır belirtileri gösterdiği kabul edilmelidir.

5.1.2.1.2. İkinci Boyut: Yüzleşme

Ek 3, de belirtilmiş 5 adet maddeden oluşan bu boyuttaki maddeler bir opera öğrencisinin kaçınılmaz olarak tüm öğrenciliği ve ileride profesyonel hayatta zorunlu olarak karşılaşma durumunda olacağı başarısızlık, otorite veya seyirci eleştirisi, seyircinin kalabalık oluşu gibi durumlarla yüzleşebilme gücünü ölçen maddeler olarak tasarlanmıştır. Spesifik olarak örnek verecek olursak, bir şan repertuarı öğrencisinin sınav ya da yarışmalarda, sesinin/görüntüsünün kayıt altına alınması, yapma olasılığı olan hatasının sürekli var olması anlamına gelmektedir. Oysa seyirci ve/veya otorite o sırada gözden kaçırmış olabilir. Ancak kayıt kendisine bu durumu hatırlatacağından kaygı duymakta hatası ile yüzleşmemektedir. Benzer şekilde bu dönemde hocalarının eleştirileri ile yüzleşemeyen birey ileriki dönemlerde de alacağı eleştirileri taşıyamayacak ya kaçınan bir davranış ya da agresyona varan davranışlar sergileyen ve performansını negatif etkileyecek bir profile sahip olma olasılığı artacaktır.

Bu alt boyuttan alınacak 5p. yok denecek ölçüde “*çok düşük* kaygıyı,10p. az şiddetli yani”*düşük*” kaygıyı, 15p. ”*orta*” derecede kaygıyı, 20 p.oldukça “*yüksek*” düzeyde kaygıyı, 25 p. ise “*çok yüksek*” düzeyde “*özgüvensel kaygı*” sınırını gösterecektir.

5.1.2.1.3. Üçüncü Boyut: Somatik Belirtiler

Ek 3,de belirtilmiş 3 adet maddeden oluşan bu boyuttaki maddeler, bir opera öğrencisinin diğer rutin sınavlarında da görülen ağırlıklı olarak bedenin otonom sinir sistemi olan sempatik sisteminin ya savaş ya kaç komutu üzerine bedenin verdiği doğal tepkileri sahne kaygısı olarak algılaması ve bunun üstesinden gelememesi kaynaklıdır. Nitekim aşırı kalp çarpıntısı, titreme, boğaz kuruması, durumsal ve sürekli kaygıbelirtileridir. Sağlıklı bir insanın sinir sistemi merkezi ve çevresel sinir sistemi olarak ikiye ayrılır. Merkezi sinir sistemi beyin ve omurilikten oluşurken çevresel sinir sistemi motor ve duyuşsal olarak ikiye ayrılır. Motor nöronlar ise somatik ve otonom sinir sistemi olarak iki işlevsel bölüme ayrılırlar. .Otonom sinir sistemi ise sempatik ve parasempatik olarak ikiye ayrılır. Sempatik sistem türün korunması için tehlikeli durumlardan korunmak üzere tasarlanmış bir alarm vazifesi görür. Tehlike karşısında devreye girdiğinde, savaşma veya kaçmanın kolaylaşması gerektiğinden, göz bebekleri büyür, salya sekresiyonu azalır, kalp atışı artar, akciğer ve bronşlar genişler. Kan akışının sağlanması için damarlar genişler, mide-sindirim baskılanır, safra, glükoz salgılar, böbreklerde stres hormonları olan epinefrin ve norepinefrin salgılanır, idrar sekresiyonu azalsa dahi, idrar kesesi daralıp hacmi küçüldüğünden idrar atımı çoğalır,bağırsaklarda salgı baskılanır. Bedende meydana gelen bu değişimler bireyin kendini koruması için gerekli hazırlıklardır. Buna karşılık parasempatik sistem ise bireyin rahatlamasını sağlayıcı sempatik sisteme antagonist bir çalışma sergiler. Kalp atışlarının daha hafiflemesi, göz bebeklerinin daralması, akciğerlerin ve bronşların daralması,gibi fonksiyonlar bireyin rahatlamaya hazırlanmasını sağlar.Bu iki sistemin dengede olması normal hayatta arzu edilmesi gereken norm olmakla birlikte, sahne çalışmalarını için belirli dozda performans başarısını sağlayacak olan bu enerji devinimi sağlıklı kontrol edilememesi durumunda aşırı kaygı ve stres nedeni olabilecektir.

Doğal olarak bu boyutta öğrencilerimizin sınav öncesi/sırasında, kalp atışlarının hızlanması,sık tuvalete gitme ihtiyacı, mide ekşimesi ve reflü sıkıntılarını doğru tanımlandığında kaygı nedeni olmayacaktır.

Bu alt boyuttan alınacak 3p. yok denecek düzeyde yani “*çok düşük*” ölçüde kaygıyı, 6 p. az şiddetli yani “*düşük*” kaygıyı, 9 p. “orta” derecede kaygıyı, 12p. oldukça “yüksek” düzeyde kaygıyı, 15 p. ise “çok yüksek “ düzeyde “*Somatik Belirtiler*” kaynaklı kaygı sınırını gösterecektir.

5.1.2.1.4. Dördüncü Boyut: Katastrofik Düşünce

Ek 3, de belirtilmiş 3 adet maddeden oluşan bu boyuttaki maddeler bir opera bölümü öğrencisinin karşılaşma ihtimali çok zayıf olan ancak önceki yaşanmış olan başarısızlık döngüsünün sürekli aynı şekilde gerçekleşeceği şemalarının varlığı bireyin performansını negatif etkileyen unsur haline dönüşmesi durumunu yansıtmaktadır. Bireyin gelişim çağındaki en önemli dönemler olan çocukluk ve ergenlik dönemlerinde bilgiyi öğrenme araçlarından en önemlileri kuşkusuz çevreden edindiği deneyimler sonucu edindiği şemalardır. Gerek Piaget’in bilişsel gelişim kuramında, gerek Beck’in bilişsel davranışçı modelinde, gerek Bandura’nın sosyal öğrenme modelinde, gerek Tolman’ın bilişsel davranışçı öğrenme kuramında, gerekse Young’un şema terapiye kaynak teşkil eden erken dönem uyumsuz şemalar modelinde, bu bilişsel şema kalıplarının varlığının vurgulanması bireyleri sürekli önceden edindikleri şemaları yaşatan döngüsel yaşam örüntüleri tekrarlamaları temeline dayanır. Birey geçmişte edindiği bu şemaların tekrarlanacağı kaygısını yaşayarak, aslen doğal düzeyde yaşayacağı sınav ve/veya performans kaygı sürecini, negatif şema kaynaklı düşünceler ile daha katastrofik boyuta taşıyabilir. Spesifik olarak maddeler üzerinden örnek vermek gerekirse önceden yaşanmış bir başarısızlığın tekrarlanması korkusu, sürekli uykusunda söz ve müzik bölümlerinin yankılanması ve sonuçta sürekli olumsuz beklentiler sonucu okuldan uzaklaşma isteği, olası olumsuz bir duruma karşı geliştirilen kaçış davranışı olarak yorumlanmalıdır.

Bu alt boyuttan alınacak 3p. yok denecek düzeyde yani “*çok düşük*” ölçüde kaygıyı, 6 p. az şiddetli yani “*düşük*” kaygıyı, 9p. “orta” derecede kaygıyı, 12 p. oldukça “yüksek” düzeyde kaygıyı, 15 p. ise “çok yüksek “ düzeyde “*Katastrofik Düşünce*” kaynaklı kaygı sınırını gösterecektir.

5.1.2.1.5. Beşinci Boyut: İzolasyon

Ek, 3’te belirtilmiş 2 adet maddeden oluşan bu boyuttaki maddeler bir opera öğrencisinin gerek öğrencilik gerekse ileriki profesyonel hayatta, performansı için gerek fiziksel gerekse ruhsal sağlığını koruması için çevresinden kendisini izole etmesinin

kaçınılamaz olması nedeni ile kalabalıktan kendisini soyutlama gereğini hissetmesinin kaygı sınırlarının ölçülebilmesi maksatlı tasarlanmıştır. Bu açıdan bakıldığında opera sanatçısı ve sanatçı adayı bir yandan sanatçı olarak sahne üzerinde farklı karakterlere bürünürken, ciddi sorumluluklar üstlenir diğer yandan da normal aile yaşantısı ve diğer rollerine de devam etmesi gerekir. Bu konumu itibarı ile çok katmanlı kişilik sergileyebilme potansiyeline sahip sosyal bir varlık olduğu söylenebilir. Bu farklı katmanları fiziksel ve ruhsal sağlığını koruyabilecek düzeyde izolasyon, normal sayılabilecek iken, zarar verici şekilde, kaygı boyutuna ulaşacak yüksek düzey, bireyde zamanla bireyler arası ilişkisel sorunlar yaşatacak ve hem aile hem de kurum içi sosyal/mesleki sorunlar yaşamaya açık olabilecektir.

Bu alt boyuttan alınacak 2p. yok denecek düzeyde yani “*çok düşük*” ölçüde kaygıyı, 4p. az şiddetli yani “*düşük*” kaygıyı, 6 p. “*orta*” derecede kaygıyı, 8 p. oldukça “*yüksek*” düzeyde kaygıyı, 10 p. ise “*çok yüksek*” düzeyde “*İzolasyon*” kaynaklı kaygı sınırını gösterecektir.

Toplam puanlar ele alındığında, opera öğrencileri performans kaygısı ölçeğinden alınacak 18p. yok denecek düzeyde “*çok düşük*” ölçüde kaygıyı, 36p. az şiddetli yani “*düşük*” kaygıyı, 54p. “*orta*” derecede kaygıyı, 72 p. oldukça “*yüksek*” düzeyde kaygıyı, 90p. ise patolojik boyutta “*çok yüksek*” düzeydeki kaygı sınırını gösterecektir.

Geliştirilmiş olan “*Opera Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği*”, bulgular bölümünde görüldüğü üzere 0.885 Cronbach Alfa değeri ile oldukça yüksek güvenilirliğe, % 95 anlamlılık düzeyine ve madde uyumu açısından da mükemmel uyum sınırları içerisinde olduğu görülmektedir. Ayrıca test tekrar test sonucu olarak elde edilmiş olan .99 değerindeki sonuçlar doğrultusunda opera bölümü öğrencilerinde gerçekleştirilen ilk test performans kaygısı ile son test performans kaygısı arasında çok yüksek bir korelasyon ilişkisinin olması nedeniyle ölçeğinin kararlılığının yüksek derecede olduğu belirlenmiştir.

Yapılan fark testlerinde ise opera öğrencileri performans kaygısı, cinsiyet değişkeni açısından ele alındığında “*Öz güvensel Kaygı, Yüzleşme ve Katastrofik Düşünce*” boyutlarında erkek öğrencilerin anlamlı düzeyde daha yüksek kaygı belirtisi sonuçları verdikleri görülmüştür. Bu durumun toplumsal cinsiyet rolleri, yapısal ve fizyolojik sonuçlar olduğu düşünülebilir. Diğer yandan yaş değişkeni ile alakalı anlamlı bir fark bulunamazken, opera öğrencilerinde sınıf değişkenleri açısından ele alındığında, “*Katastrofik Düşünce ve Öz Güvensel Kaygı*” boyutlarında anlamlı düzeyde farklılık gözlemlenmediği görülmüştür. Bu

sonuçlar seçili örneklem doğrultusunda, Türkiye sınırları içerisindeki konservatuarlarda öğrenim gören opera bölümü öğrencilerine genellenebilir, ancak yurt dışındaki konservatuar öğrencileri ile farklı sonuçlar elde edilebileceği göz önünde bulundurulmalıdır.

5.1.2.2. Opera ğrencileri zyeterlilik Alt Boyutları

Opera ğrencileri öz yeterlilik ölçek çalışması veri toplama aşamasına 33 madde ile pilot çalışması yapılmış, 6 madde elenerek kalan 27 madde ile açıklayıcı faktör analizi yapılmıştır. Bu aşama sonrasında 3 madde elenerek 24 maddeye indirilen ölçek doğrulayıcı analiz sonrasında ilerinden 5 madenin ters madde olduğu 24 madde ve 6 alt boyut Şeklinde, son halini almıştır.

5’li Likert tipinde hazırlanmış olan 19 adet **düz madde**, “*Hiç Katılmıyorum*” 1 puan “*ok düşük*”; “*Biraz Katılıyorum*” 2 puan , “*Düşük*”; “*Kararsızım*” 3puan “*Orta*”; “*Oldukça Katılıyorum*”4puan “*Yüksek*”; “*Tamamen Katılıyorum*” 5puan “*ok Yüksek* ” *zyeterlilik Algısını tanımlayacaktır.*

Buna karşılık bu ölçekte yer alan 5 adet ters madde ise, “*Hiç Katılmıyorum*” 5 puan “*ok Yüksek*”; “*Biraz Katılıyorum*” 4 puan , “*Yüksek*”; “*Kararsızım*” 3puan “*Orta*”; “*Oldukça Katılıyorum*”2puan “*Düşük*”; “*Tamamen Katılıyorum*”1puan “*okDŐk*” Şeklinde değerlendirilmek sureti ile öğrencinin “*zyeterlilik Algısını* “ tanımlayacaktır

Faktörler aşağıdaki gibi sınıflandırılarak isimlendirilmıŐ ve bu bölümde alt boyut adları ve maddeler hakkında bilgi paylaşılmıştır.

5.1.2.2.1. Birinci Boyut: Temel Ders z yeterlilik:

Ek 4, te belirtilmiş 6 adet maddeden oluşan bu boyuttaki maddeler bir opera Şan repertuarı öğrencisinin temel derslerindeki öz yeterliliğinin ölçülmesi ve bölümle ilgili içsel motivasyonunununlaŐılması düşüncesi hedeflenmiştir. Bu bağlamda ses kapasitesine güven duyan, Şarkı söylemekten zevk alan ve bu yolda eğitilmek için hocaları ile iyi iletişim becerileri gösteren öğrencilerde elde edilen yüksek puanlar başarıyı da yordayacaktır. Buna karşılık alınacak düşük puanlar ise bu alanda öz yeterlilik eksikliğini ifade edecektir.

Bu boyuttan alınacak 6 p, “*ok düşük*” öz yeterlilik algısını,12p “*düşük*” öz yeterlilik algısını, 18p. “*orta*” dereceli öz yeterlilik algısını, 24p “*yüksek*” öz yeterlilik algısını,30p ise “*ok yüksek*” düzeyde “*temel dersz yeterlilik*” algısını tanımlayacaktır.

5.1.2.2.2. İkinci Boyut: Yan Ders Öz yeterlilik

Ek.4, te belirtilen boyutta, Ö16. ve Ö19. maddeler ters madde olmak üzere, toplam altı adet madde bulunmaktadır. Sözü geçen ters maddeler likert puanlama sırasında ters şekilde derecelendirilmesi gerekir.

Bir opera şan repertuarı öğrencisinin yardımcı derslerindeki öz yeterliliğinin ölçülmesi ve bu derslerdeki başarısının/başarısızlığının nedenlerinin araştırılması hedeflenerek tasarlanmıştır. Zira bir öğrencinin sanat öğrenimindeki, genel başarısı ana derslerdeki başarı kadar yardımcı derslerdeki başarısına da bağlıdır. Nitekim solfej, armoni, dikte, doğru duyuş, deşifre ritim duygusu, yardımcı piyano gibi dersler öğrencinin müzikal gelişimini geliştirecek ve ileride varmak istediği profesyonel sahne performans hayatı boyunca kendisine eşlik edecektir. Bu açıdan ele alındığında yan derslerdeki öz yeterlilik eksikliği, olası güvensizliğe neden olabileceğinden bu faktörlerden alınacak düşük puanlar dikkatle değerlendirilmelidir.

Bu boyuttan alınacak 6p,”*çok düşük*” öz yeterlilik algısını,12p “*düşük*” öz yeterlilik algısını, 18p. “*orta*” dereceli öz yeterlilik algısını, 24p “*yüksek*” öz yeterlilik algısını,30p ise “*çok yüksek*” düzeyde “*Yan ders öz yeterlilik*” algısını tanımlayacaktır.

5.1.2.2.3. Üçüncü Boyut: Adaptasyon Gücü

Ek.4, te da belirtilmiş 5 adet maddeden oluşan bu boyuttaki maddeler bir opera öğrencisinin, sahne yaşamında karşılaşma ihtimali olası beklenmedik aksaklıklara vereceği tepkiler, esneklik ve uyum gücünün ölçülmesi hedeflenmiştir. Nitekim Sahne hayatına hazırlanan bir öğrencinin hem piyano hem orkestralı, sahneli veya “*konsertan*” şekilde performans sergilemesi hedeflediği mesleğin gereğidir. Her iki duruma da adaptasyon sağlaması gereklidir. Bunlardan birinin daha güçlü olması diğerinden kaçınmayı ve/ veya başarısızlığı getirme olasılığını hazırlayacaktır. Benzer şekilde,gerek ulusal gerekse uluslar arasıplatformlarda dinleyici/seyirci kitlesinin ya da karşılaşacağı çalışma arkadaşlarının tepkileri farklı olabileceğinden öğrencinin bu tür öz yeterlilik puanlarının yüksek olması çoğu ortama kolay adapte olduğunu ve beklenmedik durumlarla kolay uyum sağlayabilecek güçte olduğu sonucunu, aksine düşük puanlar ise öğrencinin bu yönde desteğe ihtiyacı olduğunu düşündürecektir.

Bu boyuttan alınacak 5p, "çok düşük" öz yeterlilik algısını, 10p "düşük" öz yeterlilik algısını, 15p. "orta" dereceli öz yeterlilik algısını, 20p "yüksek" öz yeterlilik algısını, 25p ise "çok yüksek" düzeyde "Temel Donanımsal" öz yeterlilik algısını tanımlayacaktır.

5.1.2.2.4. Dördüncü Boyut: Odaklanma

Ek 4, te belirtilmiş, Ö27 ve Ö30 olmak üzere, iki adet ters puanlanması gereken maddeden oluşan bu boyuttaki maddeler, öğrencinin performans sırasında eserin müziğine ve/veya sahne mizansenlerine bilişsel olarak ne yoğunlukta konsantre olduğunu, diğer bir deyişle dikkat süreçlerine dair öz yeterlilik algısının belirlenmesi hedeflenmiştir. Bu bağlamda bu maddelerde diğerlerinin aksine, düşük puan dikkat süreçlerinin iyi olduğunu gösterirken, yüksek puanlar ise öğrencinin odaklanma sorunu yaşadığını düşündürülecektir.

Bu boyuttan alınacak 2p, "çok düşük" öz yeterlilik algısını, 4p "düşük" öz yeterlilik algısını, 6p. "orta" dereceli öz yeterlilik algısını, 8 p "yüksek" öz yeterlilik algısını, 10p ise "çok yüksek" düzeyde "Odaklanma" kaynaklı öz yeterlilik algısını tanımlayacaktır.

5.1.2.2.5. Beşinci Boyut: Bilişsel Öz yeterlilik

Ek 4, te belirtilmiş 2 adet maddeden oluşan bu boyuttaki maddeler bir opera bölümü öğrencisinin hafıza süreçlerine dayalı bilişsel yeterlilik algısının anlaşılması amaçlı olarak belirlenmiştir. Tüm sahne sanatlarında olduğu gibi opera sanatı dabilişsel süreçler açısından yükü oldukça yüksek olan bir performans gücü gerektirmektedir. Tiyatro ve bale ile kıyaslandığında aynı anda çok daha fazla dikkat ve odaklanma gerektirdiği açıktır. Örneğin balede müzikal ritim ve baden hareketleri odaklı çalışma olmasına karşın ses ve tonalite düşünülmediğinden dikkat süreçleri daha ziyade motor becerilerine ve ses olarak da sadece temporal loba giriş verileri üzerine dayalıdır. Benzer şekilde tiyatrodaki diyaloglar/replikler vardır, alt yapıda uyulması gereken bir müzik/orkestra olmaması, kişilikleri ve duyguları yansıtırken, bir orkestra ile uyumlu şekilde şarkı söyleyerek rol yapması gereken opera sanatçısının dikkat süreçleri kadar yoğun bilişsel yükü mücadele edilmez Bu maddelerin odaklanma alt boyutundaki maddelerden farkı öğrencinin hafıza süreçleri ile ilgili vermesi yönünde olmasıdır. Ancak tüm bu süreçler bilişle alakalı olduğundan değerlendirilme ve önlem alma sırasında birlikte ele alınması gereklidir.

Bu boyuttan alınacak 2p, "çok düşük" öz yeterlilik algısını, 4p "düşük" öz yeterlilik algısını, 6p. "orta" dereceli öz yeterlilik algısını, 8 p "yüksek" öz yeterlilik algısını, 10p ise "çok yüksek" düzeyde "Bilişselöz yeterlilik" algısını tanımlayacaktır.

5.1.2.2.6. Altıncı Boyut: Donanımsal Öz yeterlilik

Ek 4, te belirtilmiş biri (Ö13) ters madde olmak üzere 3 adet maddeden oluşan bu boyuttaki maddeler öğrencinin sanatsal performansını ikincil olarak destekleyecek sonradan edinilen donanımlar hakkındaki öz güvenini yorumlamak adına tasarlanmış sorulardır. Yabancılaşma bilgisi, önceki başarılarını kendisine motivasyon olarak geri dönmesi öğrencinin bu boyuttan yüksek puanlar almasını sağlayacaktır

Bu boyuttan alınacak 3p, "çok düşük" öz yeterlilik algısını, 6 p "düşük" öz yeterlilik algısını, 9p. "orta" dereceli öz yeterlilik algısını, 12 p "yüksek" öz yeterlilik algısını, 15 p ise "çok yüksek" düzeyde "donanımsal Öz yeterlilik" algısını tanımlayacaktır.

Toplam puanlar ele alındığında, opera öğrencileri öz yeterlilik ölçeğinden alınacak 24p. yok denecek düzeyde "çok düşük" öz yeterlilik algısını, 48p. az yani "düşük" düzeyde öz yeterlilik algısını, 72 p. "orta" derecede öz yeterlilik algısını, 96 p. "yüksek" düzeyde öz yeterlilik algısını, 120 p. ise "çok yüksek" düzeydeki öz yeterlilik algısını gösterecektir.

Geliştirilmiş olan "Opera Öğrencileri Öz Yeterlilik Ölçeği", bulgular bölümünde görüldüğü üzere 0.833 Cronbach Alfa değeri ile oldukça yüksek güvenilirliğe, %95 anlamlılık düzeyine ve madde uyumu açısından kabul edilebilir mükemmel uyum sınırlarına sahip olduğu görülmektedir. Ayrıca test tekrar test sonucu olarak elde edilmiş olan .98 değerdeki sonuçlar doğrultusunda opera sanatçılarındaki gerçekleştirilen ilk test performans kaygısı ile son test performans kaygısı arasında çok yüksek bir korelasyon ilişkisinin olması nedeniyle ölçeğin kararlılığının yüksek derecede olduğu belirlenmiştir.

Yapılan fark testlerinde ise "Opera Öğrencileri Öz Yeterlilik" algısının, cinsiyet değişkenine göre ele alındığında "adaptasyon gücü" boyutunda erkek öğrencilerin kadın öğrencilere göre anlamlı düzeyde daha yüksek adaptasyon gücüne sahip olduğu gözlemlenmiştir. Bu durum da benzer şekilde toplumsal cinsiyet rolleri, bedensel, bilişsel ve fizyolojik farklılıklardan kaynaklı olabileceğini düşündürülebilir. Öte yandan, yaş ve sınıf değişkenleri açısından ele alındığında ise opera bölümü öğrencilerinde öz yeterlilik algısı açısından, anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Bu sonuçlar Türkiye sınırları içerisindeki

konservatuarlarda öğrenim gören opera bölümü öğrencilerine genellenebilir, ancak yurt dışındaki konservatuar öğrencileri ile farklı sonuçlar elde edilebileceği göz önünde bulundurulmalıdır.

5.1.3. Bale Sanatçıları Faktör Alt Boyutlarına İlişkin Açıklamalar

5.1.3.1. Bale sanatçıları Performans Kaygısı Alt Boyutları

Bale sanatçıları performans kaygısı ölçek çalışması veri toplama aşamasına 75 madde ile pilot çalışması yapılarak başlanmış, 35 madde elenerek kalan 40 madde ile açıklayıcı faktör analizi yapılmıştır. Bu aşama sonrasında 38 maddeye indirilen ölçek doğrulayıcı analiz sonrasında da 38 madde ve 6 alt boyut olarak ters madde olmaksızın son halini almıştır.

5'li Likert tipinde hazırlanmış olan maddeler, *“Hiç Katılmıyorum” 1 puan “Çok düşük”*; *“Biraz Katılıyorum” 2 puan ,”Düşük”*; *“Kararsızım” 3puan “Orta”*; *“Oldukça Katılıyorum”4puan”Yüksek”*;*“Tamamen Katılıyorum”5puan”Çok Yüksek ” Performans kaygısını tanımlayacaktır.*

Geriye kalan faktörler ise aşağıdaki gibi sınıflandırılarak isimlendirilmiştir.

5.1.3.1.1. Birinci Boyut: Yüzleşme

Ek.5, te belirtilmiş 8 adet maddeden oluşan bu boyuttaki maddeler opera sanatçıları olduğu gibi bale sanatçıları da kaçınılmaz olarak tüm sanat kariyerleri süresince, zorunlu olarak karşılaşma durumunda olacağı başarısızlık, otorite veya seyirci eleştirisi, seyircinin kalabalık oluşu veya sürekli üstleneceği rollerin daha zor olması ,ayrıca diğer sahne sanatlarından daha fazla sahnede düşme ve sakatlanma ihtimalleri,başka birinin yerine son anda temsile çağırılması, v.b. gibi durumlarla yüzleşebilme gücünü ölçen maddeler olarak tasarlanmıştır. Spesifik olarak örnek verecek olursak, bir bale sanatçısının hocaları ve ilgili otoriteler tarafından eleştirilmeleri ile sürekli yüzleşmesi gerekeceği kaçınılmaz bir olgudur. Öğrencilikten başlayıp profesyonel hayatta da devam edecek olan bu durumun çözülememesi durumunda eleştiriyi taşıyamayan ya da performans sergilemekten kaçınan bir davranış sergileyecek sonuçta, agresyona varan ve performansını negatif etkileyecek bir profile sahip olacaktır. Bu bireyler gerekli çözüm bulunamadığı zaman sanatı hakkında objektif kararlar alma güçlüğü de yaşayabilecektir.

Birey tarafından bu alt boyuttan alınacak 8p. çok düşük, 16p düşük, 24p.orta, 32 p. yüksek 40puan ise çok yüksek düzeyde “Yüzleşme” kaynaklı kaygı sınır belirtileri gösterdiği kabul edilmelidir.

5.1.3.1.2. İkinci Boyut: Teknik Donanım

Ek,5, te belirtilmiş 8 adet maddeden oluşan bu boyuttaki maddeler bir bale sanatçısının teknik olarak mutlaka sahip olması gerektiği, dönüşler, “auftakt” başlangıçlar, dönüşler sonrası tek ayak yere inerek hareketi bitirmek, “foite”, dönüş sayılarının artması, zıplamalar, performans sırasında ritim kaçırılması, klasik ve modern bale arasındaki farkların gerektirdiği zorluklara uyum v.b.gibi, teknik donanım ve motor korteks ve bu yöndeki bilişsel denge ve karar mekanizmalarının doğru kullanılıp kullanılmadığı ile ilgili kaygıları saptamak adına tasarlanmış sorulardır.

Bu alt boyuttan alınacak 8p. yok denecek ölçüde “çok düşük” kaygıyı,16p. az şiddetli yani ”düşük” kaygıyı, 24p. ”orta” derecede kaygıyı, 32p.oldukça “yüksek” düzeyde kaygıyı, 40p. ise “çok yüksek” düzeyde “teknik donanım” kaynaklı kaygı sınırını gösterecektir.

5.1.3.1.3. Üçüncü Boyut: Katastrofik Düşünce

Ek 5, te belirtilmiş 9 adet maddeden oluşan bu boyuttaki maddeler bir bale sanatçısının karşılaşma ihtimali zayıf olan ancak önceki yaşanmış olan başarısızlık döngüsünün sürekli aynı şekilde gerçekleşeceği şemalarının varlığı bireyin performansını negatif etkileyen unsur haline dönüşmesi durumunu yansıtmaktadır. Yüzleşme ile farklılığı ise katastrofik düşüncede olacağı korkulan olayın olma olasılığının çok düşük olması buna karşılık yüzleşme boyutundaki kaygı unsuru değişkenler bir bale sanatçısının yaşaması zorunlu olan sanatçı rutinine ait değişkenlerdir. Örnek verilmesi gerekirse, performans veya temsil sırasında teknik sorunlar,iş güvenliğinin yeterli olmaması, bilek burkulması, dizin boşalması sonucu sakatlanma, partnerin elinden lift hareketi sırasında düşmek/düşürmek, karşısındakine zarar vermek, seyirci ve otorite tarafından eleştirilmekten, kariyer geliştikçe kalabalık seyirci önüne çıkmak, ya da daha büyük sahnelerde oynamaktan daha düşük bir olasılığa sahiptir. Bireyin gelişim çağındaki en önemli dönemler olan çocukluk ve ergenlik dönemlerinde bilgiyi öğrenme araçlarından en önemlileri kuşkusuz çevreden edindiği deneyimler sonucu edindiği şemalardır. Gerek Piaget'nin bilişsel gelişim kuramında, gerek Beck'in bilişsel davranışçı modelinde, gerek Bandura'nın sosyal öğrenme modelinde, gerek Tolman'ın bilişsel davranışçı öğrenme kuramında, gerekse Young'un şema terapiye kaynak teşkil eden erken dönem

uyumsuz şemalar modelinde, bu bilişsel şema kalıplarının varlığının vurgulanması bireyleri sürekli önceden edindikleri şemaları yaşatan döngüsel yaşam örüntüleri tekrarlamaları temeline dayanır. Birey geçmişte edindiği bu şemaların tekrarlanacağı kaygısını yaşayarak, aslen doğal düzeyde yaşayacağı sınav ve/veya performans kaygı sürecini, negatif şema kaynaklı düşünceler ile daha katastrofik boyuta taşıyabilir.

Bu alt boyuttan alınacak 9p. yok denecek ölçüde “*çok düşük* kaygıyı, 18p. az şiddetli yani”*düşük*” kaygıyı, 27p. ”*orta*” derecede kaygıyı, 36p. oldukça “*yüksek*” düzeyde kaygıyı, 45 p. ise “*çok yüksek*” düzeyde teknik özgüven kaygı sınırını gösterecektir.

5.1.3.1.4. Dördüncü Boyut: Dayanıklılık

Ek 5, te belirtilmiş 7 adet maddeden oluşan bu boyuttaki maddeler bir bale sanatçısının karşılaşılabileceği olumsuz olaylara karşı kendini savunabilme ve güçlüklerle dayanabilme gücünü simgelemektedir. Olumsuzluklarla baş edemeyen başlangıç aşamasındaki bir sanatçının ilerde geliştirmeyi planlayacağı profesyonel hayatta karşılaşılabilecek problemlerle baş edip hedeflediği başarılı kariyeri geliştirmesi neredeyse imkansız olacağından bu yöndeki problemlerin çözülmesi önemlidir. Spesifik olarak ele alındığında, taraflı ya da bale zorluklarına tam anlamı ile sahip olmayan yöneticilerle çalışmak,şef tarafından tempoların sürekli değiştirilmesi, fiziksel ortamın bale sanatı icrasına uygun olmaması, tüm bunlardan dolayı bozulan uyku düzenine ciddi bir dayanma gücü gereklidir. Bu yöndeki kaygıların ölçülmesi sanatçının kariyeri açısından önem taşımaktadır.

Bu alt boyuttan alınacak 7p. yok denecek ölçüde “*çok düşük* kaygıyı,14p. az şiddetli yani”*düşük*” kaygıyı, 21 p. ”*orta*” derecede kaygıyı, 28p. “*yüksek*” düzeyde kaygıyı, 35 p. ise “*çok yüksek*” düzeyde “*dayanıklılık*” kaynaklı kaygı sınırını gösterecektir.

5.1.3.1.5. Beşinci Boyut: Somatik Belirtiler

Ek 5, te belirtilmiş 4 adet maddeden oluşan bu boyuttaki maddeler bir bale sanatçısının diğer dallarda da görülen, ağırlıklı olarak bedenin otonom sinir sistemi olan sempatik sisteminin ya savaş ya kaç komutu üzerine bedenin verdiği doğal tepkileri sahne kaygısı olarak algılaması ve bunun üstesinden gelememesi kaynaklıdır.

Bu alt boyuttan alınacak 4p. yok denecek ölçüde “*çok düşük* kaygıyı, 8p. az şiddetli yani ”*düşük*” kaygıyı, 12p. ”*orta*” derecede kaygıyı, 16 p. “*yüksek*” düzeyde kaygıyı, 20 p. ise “*çok yüksek*” düzeyde “*somatik belirtiler*” kaynaklı kaygı sınırını gösterecektir.

5.1.3.1.6. Altıncı Boyut: Adaptasyon Gücü

Ek 5, te belirtilmiş 2 adet maddeden oluşan bu boyuttaki maddeler bir bale sanatçısının sahne yaşamında karşılaşma ihtimali olası beklenmedik aksaklıklara vereceği tepkiler, esneklik ve uyum gücünün ölçülmesi hedeflenmiştir. Nitekim bale sanatçısı kariyer hayatında hem piyano, hem bant yayını, hem canlı orkestralı, performans sergilemesi farklı zamanlarda farklı yerlere turnelerde dans etmesi, bu süreçte yaşanabilecek aksesuar, makyaj, peruk soruları gibi olumsuzluklar seçilmiş olunan sanatın doğal akışıdır. Tüm bu durumlara hızlı adaptasyon sağlanması gereklidir ve performansı olumlu etkiler. Bunlardan birinin daha güçlü olması diğerinden kaçınmayı ve/veya başarısızlığı getirme olasılığını hazırlayacaktır. Benzer şekilde gerek ulusal gerekse uluslararası platformlarda seyirci kitlesinin ya da karşılaşacağı çalışma arkadaşlarının tepkileri farklı olabileceğinden sanatçının bu tür adaptasyon sorunu dolayısıyla edindiği kaygı puanlarının yüksek olması çoğu ortama kolay adapte olamadığını ve beklenmedik durumlarla kolay uyum sağlayabilecek güçte olmadığı sonucunu düşündürecek ve bu yönde desteğe ihtiyacı olduğunu kanıtlayacaktır. Aksine düşük puanlar ise sanatçının bu yönde problem yaşamadığını gösterecektir. Bu boyut aynı zamanda dayanıklılık boyutu ile birlikte ele alınarak gözlenmesi önemlidir. Nitekim dayanıklılık puanları düşük olan bireyin muhtemelen adaptasyon gücünün de düşük olacağı beklenmelidir.

Bu alt boyuttan alınacak 2p. yok denecek ölçüde “*çok düşük*” kaygıyı, 4p. az şiddetli yani “*düşük*” kaygıyı, 6p. “*orta*” derecede kaygıyı, 8p. “*yüksek*” düzeyde kaygıyı, 10p. ise “*çok yüksek*” düzeyde “*adaptasyon gücü*” kaynaklı kaygı sınırını gösterecektir.

Toplam puanlar ele alındığında, opera sanatçıları performans kaygısı ölçeğinden alınacak 38p. yok denecek düzeyde “*çok düşük*” ölçüde kaygıyı, 76p. az şiddetli yani “*düşük*” kaygıyı, 114p. “*orta*” derecede kaygıyı, 152 p. “*yüksek*” düzeyde kaygıyı, 190p. ise patolojik boyutta “*çok yüksek*” düzeydeki kaygı sınırını gösterecektir.

Geliştirilmiş olan “*Bale Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği*”, bulgular bölümünde görüldüğü üzere 0.944 Cronbach Alfa değeri ile oldukça yüksek güvenilirliğe, %95 anlamlılık düzeyine, madde uyumluluk düzeyi açısından CFI VE NFI değerler dışında kalanlarının iyi düzeyde olduğu görülmektedir. Bu durumun Türkiye’deki bale sanatçısı sayısının ve ulaşılan örneklem sayısının madde sayısına göre az olmasından kaynaklı olabileceği düşünülmektedir.

Ayrıca test tekrar test sonucu olarak elde edilmiş olan .99 değerindeki sonuçlar doğrultusunda bale sanatçıları arasında gerçekleştirilen ilk test performans kaygısı ile son test

performans kaygısı arasında çok yüksek bir korelasyon ilişkisinin olması nedeniyle ölçeğinin kararlılığının yüksek derecede olduğu belirlenmiştir.

Yapılan fark testlerinde ise bale sanatçıları performans kaygısı, cinsiyet değişkenine göre ele alındığında kadın bale sanatçıların erkeklere göre anlamlı düzeyde daha yüksek düzeyde “yüzleşme”, boyutu kaynaklı kaygı yaşadıkları, diğer boyutlarda ise kadın ve erkek bale sanatçıları açısından anlamlı performans kaygısı düzey farklılıkları olmadığı görülmüştür. Bu durumun genel olarak bale sanatının öncelikle kas gücü bağlantılı bir sanat olması kaynaklı olabileceği düşünülebilir. Yaş değişkenine göre ele alındığında” *Yüzleşme, Teknik Donanım, Katastrofik Düşünce ve Adaptasyon Gücü*” boyutlarında anlamlı düzeyde farklılıklar bulunmuş, hizmet süreleri değişkenleri açısından ise, sadece yüzleşme ve teknik donanım boyutlarında anlamlı düzeyde farklılık gözlemlenmediği görülmüştür. Bu sonuçlar seçili örneklem doğrultusunda, Türkiye sınırları içerisindeki devlet destekli kurumlarda kadrolu olarak çalışan sanatçılara genellenebilir ancak yurt dışında serbest çalışma koşulları doğrultusunda çalışan opera sanatçıları farklı sonuçlar elde edilebiliyordu göz önünde bulundurulmalıdır.

5.1.3.2. Bale Sanatçıları Öz Yeterlilik Alt Boyutları

Bale sanatçıları öz yeterlilik ölçek çalışması veri toplama aşamasına 43 adet madde ile başlanmıştır. Yapılan pilot çalışması sonucu 11 madde elenerek kalan 32 madde ile açıklayıcı faktör analizi yapılmıştır. Bu aşama sonrasında beş madde daha elenerek 27 maddeye indirilen ölçek doğrulayıcı analiz sonrasında da madde sayısı sabitlenerek 27 madde ve 5 alt boyut olarak son halini almıştır. Bu ölçekte beşinci boyuttaki kalan 3 maddenin (Ö22, Ö30, Ö31) ters maddeler olduğu ve değerlendirilme sırasında Likert ölçeğinin ters yönde hesaplanması gerektiği görülmüştür.

5’li Likert tipinde hazırlanmış olan 24 adet düz madde, “*Hiç Katılmıyorum*” 1 puan “*Çok düşük*”; “*Biraz Katılıyorum*” 2 puan “*Düşük*”; “*Kararsızım*” 3 puan “*Orta*”; “*Oldukça Katılıyorum*” 4 puan “*Yüksek*”; “*Tamamen Katılıyorum*” 5 puan “*Çok Yüksek*” *Özyeterlilik Algısını tanımlayacaktır.*

Buna karşılık bu ölçekte bulunan 3 ters madde ise, “*Hiç Katılmıyorum*” 5 puan “*Çok Yüksek*”; “*Biraz Katılıyorum*” 4 puan “*Yüksek*”; “*Kararsızım*” 3 puan “*Orta*”; “*Oldukça Katılıyorum*” 2 puan “*Düşük*”; “*Tamamen Katılıyorum*” 1 puan “*Çok Düşük*” şeklinde değerlendirilmek sureti ile sanatçının “*Özyeterlilik Algısını*” tanımlayacaktır

Geriye kalan faktörler ve alt boyutlar ise aşağıdaki gibi sınıflandırılarak isimlendirilmiştir:

5.1.3.2.1. Birinci Boyut: Mesleki Öz Yeterlilik

Ek 6, da belirtilmiş 11 adet maddeden oluşan bu boyuttaki maddeler bir bale sanatçısının sahne performansı için gerekli temel teknik becerileri hakkındaki öz yeterlilik inançlarının ölçülmesi hedeflenmiştir. Spesifik olarak değerlendirildiğinde, bir bale sanatçısının fiziksel ve kas performansının, benzer şekilde bedenine müziği yansıtabilmesinin, her türlü koreografik beceriye sahip olmasının, mesleki disiplin ve öz düzenleme becerisinin gelişmiş olması beklenen ve olması gerekli yetilerdir. Bu bağlamda, ilgili boyuttaki maddelerden alınan yüksek puanlar sanatçı danışanın mesleki temel öz yeterlilik sorununun olmadığını gösterirken düşük puanlar ise sanatçının ciddi boyutta temel mesleki öz güven problemi yaşadığını düşündürecektir.

Bu boyuttan alınacak 11p, ”*çok düşük*” öz yeterlilik algısını, 22 p ”*düşük*” öz yeterlilik algısını, 33p. ”*orta*” dereceli öz yeterlilik algısını, 44 p ”*yüksek*” öz yeterlilik algısını, 55p ise ”*çok yüksek*” düzeyde ”*Mesleki Özgüven*” kaynaklı öz yeterlilik algısını tanımlayacaktır.

5.1.3.2.2. İkinci Boyut: Teknik Öz yeterlilik

Ek 6, da belirtilmiş 5 adet maddeden oluşan bu boyuttaki maddeler bale sanatçılarının, sanatları ile ilgili teknik becerileri hakkındaki öz yeterlilik inançlarının ölçülmesi hedeflenmiştir. Nitekim bir bale sanatçısının, dönüşlerde sorun yaşamadığına, tüm hareketleri teknik açıdan başarılı bir şekilde yapabildiğine, ”*pas de deux*” koreografilerinde sorun yaşamadığına, ”*arabesque*” ve diğer dönüşlü ve zıplamalı hareketlerde kendisini başarılı nitelenmesine dair öz yeterlilik inancı teknik öz yeterliliğinin güçlü olduğunu yansıtmaktadır. Bu boyuttaki maddelerden alınan yüksek puanlar sanatçının sonradan çalışarak elde edilmiş teknik beceriler ile ilgili öz yeterlilik sorununun olmadığını gösterirken düşük puanlar bu yönde ciddi problemler yaşandığını düşündürecektir.

Bu boyuttan alınacak 5p, ”*çok düşük*” öz yeterlilik algısını, 10p ”*düşük*” öz yeterlilik algısını, 15p. ”*orta*” dereceli öz yeterlilik algısını, 20p ”*yüksek*” öz yeterlilik algısını, 25p ise ”*çok yüksek*” düzeyde ”*teknik öz yeterlilik*” algısını tanımlayacaktır.

5.1.3.2.3. Üçüncü Boyut: Sosyal Özyeterlilik

Ek 6, da belirtilmiş 5 adet maddeden oluşan bu boyuttaki maddeler, sanatçının iç ve dış denetim değişkenlerini doğru kullanıp kullanmadığının anlaşılması ve bu yöndeki öz yeterlilik inancının ölçülmesi hedeflenerek tasarlanmıştır. Nitekim örgüt/kurum bireysel başarı, yatay ve dikey olarak kişiler arası ilişkilerinin pozitif olduğu doğrultuda verimli sonuç doğuracaktır. Bu bağlamda sanatçının sosyal iletişim becerileri hem kurum içi hem de seyirci ile olan iletişiminin anlaşılması bu yöndeki öz yeterlilik algısı ile ilişkili olacağından ölçülmesi anlamlıdır. Spesifik olarak ele alındığında, bir bale sanatçısının çalıştığı ortamda herkesle iyi ilişkiler kurması, sorunları iyi yönetebilmesi ve çözüm üretebilmesi, izleyicileri etkilemesi bireyin sosyal iletişiminin iyi olduğu ve bu yönde başarılı olduğu sonucunu gösterecektir.

Bu boyuttan alınacak 5p, ”*çok düşük*” öz yeterlilik algısını, 10p ”*düşük*” öz yeterlilik algısını, 15p. ”*orta*” dereceli öz yeterlilik algısını, 20p ”*yüksek*” öz yeterlilik algısını, 25p ise ”*çok yüksek*” düzeyde ”*sosyalöz yeterlilik*” algısını tanımlayacaktır.

5.1.3.2.4. Dördüncü Boyut: Adaptasyon Gücü

Ek 6, da belirtilmiş 3 adet maddeden oluşan bu boyuttaki maddeler bir bale sanatçısının, sahne yaşamında karşılaşma ihtimali yüksek olaylar karşısındaki tepkiler, esneklik ve uyum gücüne olan öz yeterlilik algısının ölçülmesi hedeflenmiştir. Nitekim Sahne hayatında bir bale sanatçısının, koreografilerini çabuk öğrenmesine, çalışma arkadaşları ile olan ilişkilerinde kendine dair inancına, kendisine dikilmesi kararlaştırılan kostümü her şekilde iyi taşıyacağına olan inancına, geçmişteki başarılarını her hal ve şartta iyi adaptasyon becerisi ile tekrarlayacağına olan öz yeterlilik gücü sanatçının aslında adapte olma gücünü yansıtabacaktır. Bu alt boyuttan alınan yüksek puanlar sanatçının bu yöndeki öz yeterliliğinin sorunsuz olduğunu gösterirken düşük puanlar bireyin öncelikle mesleki adaptasyon sorunu yaşadığını belirleyecektir.

Bu boyuttan alınacak 3p, ”*çok düşük*” öz yeterlilik algısını, 6p ”*düşük*” öz yeterlilik algısını, 9p. ”*orta*” dereceli öz yeterlilik algısını, 12p ”*yüksek*” öz yeterlilik algısını, 15p ise ”*çok yüksek*” düzeyde ”*temel donanımsal*” öz yeterlilik algısını tanımlayacaktır.

5.1.3.2.5. Beşinci Boyut: Odaklanma

Ek 6, da belirtilmiş 3 adet ters (Ö22, Ö30,Ö31) maddeden oluşan bu boyuttaki maddeler bale sanatçısının, hem genel anlamda hem de performans sırasında veya hazırlık aşamasında bilişsel olarak ne yoğunlukta konsantre olabildiğine dair inancını, diğer bir deyişle dikkat süreçlerine dair odaklanma gücünün belirlenmesi hedeflenmiştir. Nitekim bir sanatçı bazı koreografilerde konsantreolamadığından başarısızlık yaşadığına inanç geliştirmişse, hedeflediği yere ulaşamadığını düşünüyorsa, özellikle bale sanatının gereklerini yerine getirememe sorunu yaşadığını dile getirebiliyor ise ciddi bir odaklanma kaynaklı öz yeterlilik sorunu yaşamakta olduğu düşünülmelidir. Bu boyuttaki her üç madde de ters puanlanması gereken maddeler olup bireyin sorulara kesinlikle katılması çok düşük düzeyde hiç katılmaması ise çok yüksek düzeydeki öz yeterlilik algısını tanımlayacaktır.

Bu boyuttan alınacak 3p, "çok düşük" öz yeterlilik algısını, 6p "düşük" öz yeterlilik algısını, 9p. "orta" dereceli öz yeterlilik algısını, 12p "yüksek" öz yeterlilik algısını, 15p ise "çok yüksek" düzeyde "odaklanma" kaynaklı öz yeterlilik algısını tanımlayacaktır.

Toplam puanlar ele alındığında, bale sanatçıları öz yeterlilik ölçeğinden alınacak 27p. yok denecek düzeyde "çok düşük" öz yeterlilik algısını, 54p. az yani "düşük" düzeyde öz yeterlilik algısını, 81p. "orta" derecede öz yeterlilik algısını, 108 p. oldukça "yüksek" düzeyde öz yeterlilik algısını, 135p. ise "çok yüksek" düzeydeki öz yeterlilik algısını gösterecektir.

Geliştirilmiş olan "Bale Sanatçıları Öz Yeterlilik Ölçeği", bulgular bölümünde görüldüğü üzere 0.887 Cronbach Alfa değeri ile oldukça yüksek güvenilirliğe, % 95 anlamlılık düzeyinde anlamlı olmakla birlikte, ölçeğin uyum değerleri iyiliği açısından CMNI/SD ve SRMR değerleri dışında hiçbir değer bilinen uyum değerleri açısından kabul edilebilir düzeye sahip olmadığı görülmektedir. Bu durumun Türkiye'deki bale sanatçısı sayısının ve ulaşılan örneklem sayısının madde sayısına göre az olmasından kaynaklı olabileceği düşünülmektedir.

Ayrıca test tekrar test sonucu olarak elde edilmiş olan .99 değerindeki sonuçlar doğrultusunda opera sanatçıları arasında gerçekleştirilen ilk test öz yeterlilik algısı ile son test öz yeterlilik algısı arasında çok yüksek bir korelasyon ilişkisinin olması nedeniyle ölçeğinin kararlılığının yüksek derecede olduğu belirlenmiştir.

Yapılan fark testlerinde ise “*Bale Sanatçıları Öz Yeterlilik algısının*, cinsiyet ve yaş değişkenlerine göre anlamlı bir öz yeterlilik algısı farklılığı bulunamamıştır. Hizmet süreleri değişkeni açısından ele alındığında ise, “*Mesleki Öz Güven*” boyutu ile ilişkili olarak anlamlı farklılıklar söz konusu olduğu görülmektedir. Bu sonuçların Türkiye sınırları içerisindeki Devlet destekli kurumlarda kadrolu olarak çalışan sanatçılara genellenebilir ancak yurt dışında serbest çalışma koşulları doğrultusunda çalışan opera sanatçıları arasında farklı sonuçlar elde edilebilir olduğu göz önünde bulundurulmalıdır.

5.1.4. Bale Öğrencileri Faktör Alt Boyutlarına İlişkin Açıklamalar

5.1.4.1. Bale öğrencileri Performans Kaygısı Alt Boyutları

Bale bölümü öğrencileri performans kaygısı ölçek çalışması veri toplama aşamasına 54 adet madde ile başlanmıştır. Yapılan pilot çalışmada 25 madde elenerek 29 madde ile açıklayıcı faktör analizi yapılmıştır. Bu aşama sonrasında 8 madde daha elenerek 21 maddeye indirilen ölçek doğrulayıcı analize tabi tutulmuş. Bu analiz sonrası madde sayısının 21 olarak kaldığı ve 4 alt boyut olarak ters madde olmaksızın son halini aldığı görülmüştür.

5’li Likert tipinde hazırlanmış olan maddeler, “*Hiç Katılmıyorum*” 1 puan “*Çok düşük*”; “*Biraz Katılıyorum*” 2 puan , “*Düşük*”; “*Kararsızım*” 3puan “*Orta*”; “*Oldukça Katılıyorum*”4puan “*Yüksek*”; “*Tamamen Katılıyorum*”5puan “*Çok Yüksek*” Performans kaygısını tanımlayacaktır.

Geriye kalan faktörler ise aşağıdaki gibi sınıflandırılarak isimlendirilmiştir.

5.1.4.1.1. Birinci Boyut:Teknik Özgüven

Ek 7, de belirtilmiş 6 adet maddeden oluşan bu boyuttaki maddeler bir bale öğrencisinin teknik olarak kendisini mutlaka geliştirmesi gerektiği, dönüşler, “*auftakt*” başlangıçlar, dönüşler sonrası tek ayak yere inerek hareketi bitirmek, dönüş sayılarının artması, zıplamalar, performans sırasında ritim kaçırılması gibi, teknik donanım ve motor korteks ve bu yöndeki bilişsel denge ve karar mekanizmalarının doğru kullanılıp kullanılmadığı ile ilgili kaygıları saptamak adına tasarlanmış sorulardır.

Öğrenci tarafından bu alt boyuttan alınacak 6p. çok düşük, 12p düşük, 18p.orta, 24p. “yüksek” 30 puan ise çok yüksek düzeyde “*Teknik Özgüven*” kaynaklı kaygı“ sınır belirtileri gösterdiği kabul edilmelidir.

5.1.4.1.2. İkinci Boyut:Adaptasyon Gücü

Ek7, de belirtilmiş 6 adet maddeden oluşan bu boyuttaki bir bale öğrencisinin, sahne yaşamında karşılaşma ihtimali olası beklenmedik aksaklıklara vereceği tepkiler, esneklik ve uyum gücünün ölçülmesi hedeflenmiştir. Nitekim sahne hayatına hazırlanan bir öğrencinin sahne öncesi ve performans sırasında peruk,kostüm, dekor aksesuar gibi sahne araç ve gereçlerinden veya bedensel sakatlıklar yaşama ihtimalinden kaygı duyması normal olmakla birlikte hızlı adaptasyon yaşayarak sorunların üstesinden gelmesi performansına pozitif yönde bir katkı sağlayacaktı. Sınav salonunun aşırı ışıklandırılmış olması da ilerde karşılaşacağı ve bu yönde belirleyici kişinin kendisinin olmadığı durumlara uyum sağlaması gerektiği de açıktır. Bu bağlamda adaptasyon sorunu dolayısı ile edindiği kaygı puanlarının yüksek olması çoğu ortama kolay adapte olamadığını ve beklenmedik durumlarla kolay uyum sağlayabilecek güçte olmadığı sonucunu düşündürecek ve bu yönde desteğe ihtiyacı olduğunu kanıtlayacaktır. Aksine düşük puanlar ise öğrencinin bu yönde problem yaşamadığını gösterecektir.

Öğrenci tarafından bu alt boyuttan alınacak 6p. *çok düşük, 12p düşük, 18p.orta, 24p. “yüksek” 30 puan ise çok yüksek düzeyde “Adaptasyon gücü” kaynaklı kaygı*“ sınır belirtileri gösterdiği kabul edilmelidir.

5.1.4.1.3. Üçüncü boyut:Yüzleşme

Ek 7, de belirtilmiş 5 adet maddeden oluşan bu boyuttaki maddeler opera öğrencilerinde olduğu gibi bale öğrencilerinde de kaçınılmaz olarak tüm öğrencilikleri ve ilerde profesyonel hayatlarında, zorunlu olarak karşılaşma durumunda olacağı başarısızlık, otorite veya seyirci eleştirisi, seyircinin kalabalık oluşu gibi durumlarla yüzleşebilme gücünü ölçen maddeler olarak tasarlanmıştır. Spesifik olarak örnek verecek olursak, bir bale bölümü öğrencisinin sınav ya da yarışmalarda, görüntüsünün kayıt altına alınması, yapma olasılığı olan hatasının sürekli var olması anlamına gelmektedir. Oysa seyirci ve/veya otorite o sırada gözden kaçırmış olabilir. Ancak kayıt kendisine bu durumu sürekli hatırlatacağından kaygı duymakta hatası ile yüzleşememektedir. Benzer şekilde hocalarının eleştirileri ile yüzleşemeyen bir bale öğrencileri ileriki dönemlerde de alacağı eleştirileri taşıyamayacak ya kaçınan bir davranış ya da agresyona varan ve performansını negatif etkileyecek bir profile sahip olacaktır. Bu bireyler gerekli çözüm bulunamadığı zaman sanatı hakkında objektif kararlar alma güçlüğü de yaşayabilecektir.

Bu alt boyuttan alınacak 5p. yok denecek ölçüde “*çok düşük* kaygıyı,10p. az şiddetli yani ”*düşük*” kaygıyı, 15p. ”*orta*” derecede kaygıyı, 20 p.oldukça “*yüksek*” düzeyde kaygıyı, 25 p. ise “*çok yüksek*” düzeyde “*yüzleşme*” kaynaklı kaygı sınırını gösterecektir.

5.1.4.1.4. Dördüncü Boyut: Dayanıklılık

Ek 7, de belirtilmiş 4 adet maddeden oluşan bu boyuttaki maddeler bir bale öğrencisinin karşılaşabileceği olumsuz olaylara karşı kendini savunabilme ve güçlülere dayanabilme gücünü simgelemektedir. Olumsuzluklarla baş edemeyen öğrencinin ilerde profesyonel hayatta karşılaşacağı problemlerle baş edip başarılı bir kariyer geliştirmesi neredeyse imkansızolacağından okul çağlarında bu yöndeki problemlerin çözülmesi öğrencinin, hocaların eleştirilerine, hasta olmasına rağmen performans sergileyebilme dayanıklılığına, yoğun çalışma dönemlerindeki bilişsel ve bedensel sorunlara dayanabilme gücü önemlidir.

Bu alt boyuttan alınacak 4p. yok denecek ölçüde “*çok düşük* kaygıyı,8p. az şiddetli yani”*düşük*” kaygıyı, 12p. ”*orta*” derecede kaygıyı, 16 p.oldukça “*yüksek*” düzeyde kaygıyı, 20 p. ise “*çok yüksek*” düzeyde “*dayanıklılık*” kaynaklı kaygı sınırını gösterecektir.

Toplam puanlar ele alındığında, bale öğrencileri performans kaygısı ölçeğinden alınacak 21p. yok denecek düzeyde “*çok düşük*” ölçüde kaygıyı, 42p. az şiddetli yani “*düşük*” kaygıyı, 63p.”*orta*” derecede kaygıyı, 84p.oldukça “*yüksek*” düzeyde kaygıyı, 105p. ise patolojik boyutta “*çok yüksek*” düzeydeki kaygı sınırını gösterecektir.

Geliştirilmiş olan “*Bale Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği*”, bulgular bölümünde görüldüğü üzere 0.922 Cronbach Alfa değeri ile oldukça yüksek güvenilirliğe,% 95 anlamlılık düzeyine ve madde uyumu açısından kabul edilir uyum sınırlarına sahip olduğu görülmektedir. Ayrıca test tekrar test sonucu olarak elde edilmiş olan 0.98 değerindeki sonuçlar doğrultusunda Bale bölümü öğrencilerinde gerçekleştirilen ilk test performans kaygısı ile son test performans kaygısı arasında çok yüksek bir korelasyon ilişkisinin olması nedeniyle ölçeğinin kararlılığının yüksek derecede olduğu belirlenmiştir.

Yapılan fark testlerinde ise bale öğrencileri performans kaygısı, cinsiyet ve yaş değişkenleri açısından ele alındığında anlamlı bir fark bulunamazken,” sınıf değişkenleri açısından ele alındığında *Teknik Öz Güven, Adaptasyon Gücü ve Yüzleşme* ” boyutlarında anlamlı düzeyde farklılık gözlemlenmediği görülmüştür. Bu sonuçlar seçili örneklem

doğrultusunda, Türkiye sınırları içerisindeki konservatuarlarda öğrenim gören opera bölümü öğrencilerine genellenebilir, ancak yurt dışındaki konservatuar öğrencileri ile farklı sonuçlar elde edilebileceği göz önünde bulundurulmalıdır.

5.1.4.2. Bale Öğrencileri Öz yeterlilik Alt Boyutları

Bale öğrencileri öz yeterlilik ölçek çalışması veri toplama aşamasına 37 adet madde ile başlanmıştır. Yapılan pilot çalışma sonucu 10 madde elenerek elde edilen 27 madde ile Açıklayıcı faktör analizi yapılmıştır. Açıklayıcı analiz sonrası kalan 20 madde ile doğrulayıcı analiz yapılmış ve Ö13,Ö14 olmak üzere ikisi ters toplam 20 madde ve 4 alt boyut ile ölçek son haline getirilmiştir.

5’li Likert tipinde hazırlanmış olan 18 adet düz madde, “*Hiç Katılmıyorum*” 1 puan “*Çok düşük*”; “*Biraz Katılıyorum*” 2 puan ,”*Düşük*”; “*Kararsızım*” 3puan “*Orta*”; “*Oldukça Katılıyorum*”4puan”*Yüksek*”;”*Tamamen Katılıyorum*” 5puan”*Çok Yüksek* ” *Özyeterlilik Algısını tanımlayacaktır.*

Buna karşılık bu ölçekte yer alan 2 adet tes maddeise“*Hiç Katılmıyorum*” 5 puan “*Çok Yüksek*”; “*Biraz Katılıyorum*” 4 puan ,”*Yüksek*”; “*Kararsızım*” 3puan “*Orta*”; “*Oldukça Katılıyorum*”2 puan ”*Düşük*”; “*Tamamen Katılıyorum*” 1 puan”*ÇokDüşük*”şeklinde değerlendirilmek sureti ile öğrencinin ”*Özyeterlilik Algısını* “ tanımlayacaktır

Geriye kalan faktörler ise aşağıdaki gibi sınıflandırılarak isimlendirilmiştir:

5.1.4.2.1. Birinci Boyut: Teknik Öz yeterlilik

Ek 8, de belirtilmiş 11 adet maddeden oluşan bu boyuttaki bale öğrencilerinin ana dal derslerle ilgili teknik becerileri hakkındaki öz yeterlilik inançlarının ölçülmesi hedeflenmiştir. Bu boyuttaki maddelerden alınan yüksek puanlar öğrencinin ana derlerle ilgili öz yeterlilik sorununun olmadığını gösterirken düşük puanlar gerek bölüm hakkında gerekse spesifik olarak ilgili ana dal dersleri hakkında problemler yaşandığını kanıtlayacaktır. Nitekim bir bale öğrencisinin bedenini iyi kontrol edebilmesi, dans etme becerisinden övünç duyması, klasik veya modern dans fark etmeksizin başarılı olduğunu düşünmesi, her türlü karaktere ve müziğe kolayca adapte olması, “*point*’te sorun olmayışı kendine dair teknik öz yeterlilik algısının yüksek olduğunu gösterecek ve başarılı bir öğrenciden beklenecek sonuç olacaktır.

Bu boyuttan alınacak 11p,”*çok düşük*” öz yeterlilik algısını,22p “*düşük*” öz yeterlilik algısını, 33p. “*orta*” dereceli öz yeterlilik algısını, 44p “*yüksek*” öz yeterlilik algısını,55p ise “*çok yüksek*” düzeyde “*Teknik öz yeterlilik*” algısını tanımlayacaktır.

5.1.4.2.2. İkinci Boyut: Bilişsel Öz yeterlilik

Ek 8, de belirtilmiş 3 adet maddeden oluşan bu boyuttaki maddeler bir bale bölümü öğrencinin bilişsel öğrenme süreçleri hakkındaki öz yeterlilik algısının anlaşılması hedefli tasarlanmıştır. Tüm sahne sanatlarında olduğu gibi bale sanatı da bilişsel süreçler açısından yükü oldukça yüksek olan bir performans gücü gerektirmektedir. Tiyatro ve opera ile kıyaslandığında bale sanatında bedensel kas gücü ile ilgili motor hafıza örüntüleri ön plana çıkmaktadır. Örneğin, bale sanatında tiyatro ve operadan farklı olarak müzikal ritim ve beden hareketleri odaklı çalışma olmasına karşın ses ve tonalite düşünülmediğinden dikkat süreçleri daha ziyade motor becerilerine ve ses olarak da sadece temporal loba giriş verileri üzerine dayalıdır. Bale sanatçılarındaki diğerlerine kıyasla beyinde ve iç kulaktaki denge kontrolünü sağlayan merkezlerin doğru çalışması, yanı sıra hafıza ve dikkat süreçlerinin hassasiyetle çalışıyor olması olası bir sakatlanma durumunu engelleyecektir. Bu alt boyuttaki maddeler bu öğrenme, hatırlama dikkat ve odaklanma süreçlerinin öğrencilerin kendisi tarafından algılanış düzeyinin ölçülmesi için tasarlanmıştır.

Bu boyuttan alınacak 3p,”*çok düşük*” öz yeterlilik algısını, 6p “*düşük*” öz yeterlilik algısını, 9p. “*orta*” dereceli öz yeterlilik algısını, 12p “*yüksek*” öz yeterlilik algısını,15p ise “*çok yüksek*” düzeyde “*Bilişsel öz yeterlilik*” algısını tanımlayacaktır.

5.1.4.2.3. Üçüncü Boyut: Sosyal Öz yeterlilik

Ek 8, de belirtilmiş 4 adet maddeden oluşan bu boyut bir bale bölümü öğrencisinin sosyal girişkenliği ve seyirci ile olan iletişim becerilerinin değerlendirilmesi amaçlı olarak tasarlanmıştır. Bu boyutun maddeleri öğrencinin iç ve dış denetim değişkenlerini doğru kullanıp kullanmadığının ölçülmesi ve bu yöndeki öz yeterlilik inancının ölçülmesi hedeflenmiştir. Benzer şekilde okul içi yatay ve dikey olarak kişiler arası ilişkilerinin anlaşılması da bu ölçümlerden anlaşılacaktır. Müzikalite ile ilgili maddeler iç denetimini hocaları ile olan iletişimsel becerileri hakkındaki puanlar ise dış denetimi hakkında ipuçları verecektir.

Bu boyuttan alınacak 4p,”*çok düşük*” öz yeterlilik algısını, 8p “*düşük*” öz yeterlilik algısını, 12p. “*orta*” dereceli öz yeterlilik algısını, 16p “*yüksek*” öz yeterlilik algısını,20p ise “*çok yüksek*” düzeyde “*Sosyal öz yeterlilik*” algısını tanımlayacaktır.

5.1.4.2.4. Dördüncü Boyut: Kararlılık

Ek 8, de belirtilmiş 2 adet maddeden oluşan bu boyut maddeleri bir bale bölümü öğrencinin sanatını devam ettirmede ne kadar kararlı olduğunu değerlendirmek amaçlı olarak tasarlanmıştır. Bu boyuttaki maddeler öğrencinin bu bölümü devam etmekte ne kadar kararlı olduğunun anlaşılması hedeflenerek geliştirilmiştir.Bu boyutta 13 ve 14. Madde ters puanlanması gereken maddelerdir. Bu boyuttan alınan düşük puanlar öğrencinin bu bölümü bitime ve sonuna kadar bu çalışmanın zorluklarına katlanma kararlığında olmadığını gösterecektir. Yüksek puanlarda ise bu yönde yüksek düzeyde kararlılık taşıdığını gösterecektir.

Bu boyuttan alınacak 2p,”*çok düşük*” öz yeterlilik algısını, 4p “*düşük*” öz yeterlilik algısını, 6p. “*orta*” dereceli öz yeterlilik algısını, 8p “*yüksek*” öz yeterlilik algısını,10p ise “*çok yüksek*” düzeyde “*Kararlılık*” algısını tanımlayacaktır.

Toplam puanlar ele alındığında, bale öğrencileri öz yeterlilik ölçeğinden alınacak 20p. yok denecek düzeyde “*çok düşük*” öz yeterlilik algısını, 40p. az yani “*düşük*” düzeyde öz yeterlilik algısını,60p.”*orta*” derecede öz yeterlilik algısını, 80p. oldukça “*yüksek*” düzeyde öz yeterlilik algısını, 100p. ise “*çok yüksek*” düzeydeki öz yeterlilik algısını gösterecektir.

Geliştirilmiş olan “*Bale Öğrencileri Öz Yeterlilik Ölçeği*”, bulgular bölümünde görüldüğü üzere 0.922 Cronbach Alfa değeri ile oldukça yüksek güvenilirliğe,%95 anlamlılık düzeyine, madde uyum değerleri açısından da kabul edilir uyum sınırlarına sahip olduğu görülmektedir. Ayrıca test tekrar test sonucu olarak elde edilmiş olan 0.97 değerindeki sonuçlar doğrultusunda bale öğrencilerinde gerçekleştirilen ilk test öz yeterlilik ile son test öz yeterlik algısı arasında çok yüksek bir korelasyon ilişkisinin olması nedeniyle ölçeğinin kararlılığının yüksek derecede olduğu belirlenmiştir.

Yapılan fark testlerinde ise “*Bale Öğrenciler Öz Yeterlilik*” algısının, cinsiyet değişkenine göre ele alındığında “*Sosyal Öz Yeterlilik*” boyutunda erkek öğrencilerin kadın öğrencilere göre anlamlı düzeyde daha yüksek özyeterlilik algısına sahip olduğu gözlenmiştir.Bu durumun toplumsal cinsiyet stereotiplerinin kadın ve erkeklere yüklediği

sosyal roller kaynaklı olup literatür ile örtüştüğü görülür. Yaş ve sınıf değişkenleri açısından ele alındığında ise bale bölümü öğrencilerinde özyeterlilik algısı açısından, anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Bu sonuçların Türkiye sınırları içerisindeki konservatuarlarda öğrenim gören bale bölümü öğrencilerine genellenebilir, ancak yurt dışındaki konservatuar öğrencileri ile farklı sonuçlar elde edilebileceği göz önünde bulundurulmalıdır.

5.1.5. Tiyatro Sanatçıları Faktör Alt Boyutlarına İlişkin Açıklamalar

5.1.5.1. Tiyatro Sanatçıları Performans Kaygısı Alt boyutları

Tiyatro sanatçıları performans kaygısı ölçek çalışması veri toplama aşamasına 59 adet madde ile başlanmıştır. Yapılan pilot çalışma sonucu 24 adet madde elenmiştir. Kalan 35 madde ile açıklayıcı faktör analizi yapılmış 5 madde elenerek, 30 madde ile doğrulayıcı faktör analizi yapılmış ve ölçek bir adet ters madde ile (P58) 30 madde ve 5 boyut olarak son haline getirilmiştir.

5’li Likert tipinde hazırlanmış olan 29 adet düz madde , *“Hiç Katılmıyorum” 1 puan “Çok düşük”;* *“Biraz Katılıyorum” 2 puan , “Düşük”;* *“Kararsızım” 3puan “Orta”;* *“Oldukça Katılıyorum” 4puan “Yüksek”;* *“Tamamen Katılıyorum” 5puan “Çok Yüksek ” Performans kaygısını tanımlayacaktır.*

Buna karşılık bu ölçekte bulunan 1 adet ters madde ise, *“Hiç Katılmıyorum” 5 puan “Çok Yüksek”;* *“Biraz Katılıyorum” 4 puan , “Yüksek”;* *“Kararsızım” 3puan “Orta”;* *“Oldukça Katılıyorum” 2puan “Düşük”;* *“Tamamen Katılıyorum” 1puan “Çok Düşük” şeklinde değerlendirilmek sureti ile sanatçının “Performans Kaygısı“ düzeyini tanımlayacaktır*

Geriye kalan faktörler ise aşağıdaki gibi sınıflandırılarak isimlendirilmiştir.

5.1.5.1.1. Birinci Boyut: Yüzleşme

Ek 9, da belirtilmiş 8 adet maddeden oluşan bu boyuttaki maddeler bir tiyatro sanatçısının kaçınılmaz olarak tüm profesyonel hayatı boyunca, zorunlu olarak karşılaşma durumunda olacağı başarısızlık, otorite veya seyirci eleştirisi, seyircinin kalabalık oluşu gibi durumlarla yüzleşebilme gücünü ölçen maddeler olarak tasarlanmıştır. Spesifik olarak örnek verecek olursak, izlenmek, sahnenin aşırı ışıklandırılmış olması, sahnenin büyüklüğü, seyirci sayısının artması, zaman, zaman bir rolü yek kast olarak yüklenme ve buna paralel olarak el titremesi ya da boğaz kaslarının sıkışması kaçınılmaz olarak yüzleşmesi gereken oyunculuk gereklilikleridir. Ayrıca akademik bir seçimde ise kendi korku ve kaygılarını gelecek nesillere

aktarma potansiyeli taşıyacaktır. Bu boyutta bir adet madde (P58) ters puanlanması gereken maddedir.

Sanatçı tarafından bu alt boyuttan alınacak *8p. çok düşük, 16p düşük, 24 p.orta, 32 p. yüksek, 40 puan ise çok yüksek düzeyde “Yüzleşme” kaynaklı kaygı* sınır belirtileri gösterdiği kabul edilmelidir.

5.1.5.1.2. İkinci Boyut: Adaptasyon Gücü

Ek 9, da belirtilmiş 9 adet maddeden oluşan bu boyuttaki tiyatro sanatçısının, sahne yaşamında karşılaşma ihtimali olası beklenmedik aksaklıklara vereceği tepkiler, esneklik ve uyum gücünün ölçülmesi hedeflenmiştir. Nitekim sahne hayatında, sahne performansı, galalar, prömyerler, öncesi gerek çalışma gerekse teknik açıdan aksaklıklar olabilir; kaldı ki aslen yoğun ve tekrarlı prova çalışmaları, doğru sahne trafiğinin pekiştirilmesi ve sahne üzeri olası aksakların giderilerek minimal düzeye indirilmesi çabasıdır. Buna rağmen, performans sırasında peruk, kostüm, dekor aksesuar, teknik gibi sahne araç ve gereçlerinden veya bedensel sakatlıklar yaşama ihtimalinden kaygı duyması normal olmakla birlikte hızlı adaptasyon yaşayarak sorunların üstesinden gelmesi performansına pozitif yönde bir katkı sağlayacaktır. Öte yandan oyuncuların performanslarının kayıt altına alınması, dizi veya sinema oyunculuğu açısından ele alındığında mesleğinin önemli bir parçasıdır. Bu bağlamda sanatçının, adaptasyon sorunu dolayısı ile kariyer geliştirmesi zor olacaktır. Edindiği kaygı puanlarının yüksek olması çoğu ortama kolay adapte olamadığını ve beklenmedik durumlarla kolay uyum sağlayabilecek güçte olmadığı sonucunu düşündürecek ve bu yönde desteğe ihtiyacı olduğunu kanıtlayacaktır. Aksine düşük puanlar ise sanatçının bu yönde problem yaşamadığını gösterecektir.

Sanatçı tarafından bu alt boyuttan alınacak *9p. çok düşük, 18p düşük, 27p.orta, 36p. yüksek 45puan ise çok yüksek düzeyde “Adaptasyon gücü” kaynaklı kaygı“* sınır belirtileri gösterdiği kabul edilmelidir.

5.1.5.1.3. Üçüncü Boyut: Özgüven Kaygısı

Ek 9, da belirtilmiş 5 adet maddeden oluşan bu boyuttaki maddeler, bir tiyatro sanatçısının sahne üzerinde doğru zamanlama yapabilmek, kendisine ve disiplinine ya da mizansenleri doğru hatırlayabilme, gücüne bağlıdır.Sanatçı sahne giriş çıkışlarını, kulis

yerlerini ve mizansenlerini doğru ve zamanında hatırlamalı ve sahnedeki akışı doğru bir şekilde takip etmelidir.

Bu alt boyuttan alınacak 5p. yok denecek ölçüde “*çok düşük* kaygıyı,10p. az şiddetli yani” *düşük*” kaygıyı,15p. ”*orta*” derecede kaygıyı, 20p. oldukça “*yüksek*” düzeyde kaygıyı, 25 p. ise “*çok yüksek*” düzeyde “*özgüven*” kaynaklı kaygı sınırını gösterecektir.

5.1.5.1.4. Dördüncü Boyut: Değerlendirilme Kaygısı

Ek 9, da belirtilmiş 4 adet maddeden oluşan bu boyuttaki maddeler, bir tiyatro sanatçısının sanat kariyeri boyunca karşılaşmak durumunda olacağı, otorite, basın ve seyirci tarafından eleştirilme/değerlendirilme olasılıklı kaygıyı ölçebilme hedefli hazırlanmıştır. Nitekim rejisör, yönetmen, müdür, art direktör, kostüm kreatörü veya eseri finanse eden bireyler bir prodüksiyonun otoriteleri olarak görülürler. Benzer şekilde basın yayın organlarındaki eleştirilenler de sanatçının performansı hakkındaki görüşlerini yansıtırken sonraki kariyerine etki edebilecek söylemler geliştirebilir. Bu bağlamda bireyin sahnedeki performansı açısından otorite değerlendirmesi kaynaklı kaygı önemlidir.

Bu alt boyuttan alınacak 4p. yok denecek ölçüde “*çok düşük* kaygıyı,8p. az şiddetli yani” *düşük*” kaygıyı,12p. ”*orta*” derecede kaygıyı, 16p. oldukça “*yüksek*” düzeyde kaygıyı, 20p. ise “*çok yüksek*” düzeyde “*Değerlendirilme*” kaynaklı kaygı sınırını gösterecektir.

5.1.5.1.5. Beşinci Boyut: Somatik Kaygı

Ek 9, da belirtilmiş 4 adet maddeden oluşan bu boyut, bir tiyatro sanatçısının diğer rutin sınavlarında ya da stres altında görülen ağırlıklı olarak bedenin otonom sinir sistemi olan sempatik sisteminin ya savaş ya kaç komutu üzerine bedenin verdiği doğal tepkileri sahne kaygısı olarak algılaması ve bunun üstesinden gelememesi kaynaklıdır. Nitekim bağırsak fonksiyonundaki bozukluklar, kalbin aşırı hızlı çarpması, tuvalet ihtiyacı, ağız /boğaz kuruluşu, mide ekşimesi ve bu sıkıntılar dolayısı ile kaçınma davranışı çoğu bireyde görülen kaygı belirtileridir.

Bu alt boyuttan alınacak 4p. yok denecek düzeyde yani “*çok düşük*” ölçüde kaygıyı, 8p. az şiddetli yani “*düşük*” kaygıyı, 12p. “*orta*” derecede kaygıyı, 16p. “*yüksek*” düzeyde kaygıyı, 20p. ise “*çok yüksek*” düzeyde “*Somatik Belirtiler*” kaynaklı kaygı sınırını gösterecektir.

Toplam puanlar ele alındığında, tiyatro sanatçıları performans kaygısı ölçeğinden alınacak 30p. yok denecek düzeyde “*çok düşük*” ölçüde kaygıyı, 60p. az şiddetli yani “*düşük*” kaygıyı, 90p. “*orta*” derecede kaygıyı, 120p. “*yüksek*” düzeyde kaygıyı, 150p. ise patolojik boyutta “*çok yüksek*” düzeydeki kaygı sınırını gösterecektir.

Geliştirilmiş olan “*Tiyatro Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği*”, bulgular bölümünde görüldüğü üzere 0.909 Cronbach Alfa değeri ile oldukça yüksek güvenilirliğe, %95 anlamlılık düzeyine ve ağırlıklı olarak mükemmel madde uyum indeksi veya kabul edilir sınırlara sahip olduğu görülmektedir. Ayrıca test tekrar test sonucu olarak elde edilmiş olan ve 0.99 değerindeki sonuçlar doğrultusunda Tiyatro sanatçıları arasında gerçekleştirilen ilk test performans kaygısı ile son test performans kaygısı arasında çok yüksek bir korelasyon ilişkisinin olması nedeniyle ölçeğinin kararlılığının yüksek derecede olduğu belirlenmiştir.

Yapılan fark testlerinde ise *Tiyatro Sanatçıları Performans Kaygısı*, cinsiyet değişkenine göre ele alındığında kadın tiyatro sanatçıları erkekler göre anlamlı düzeyde daha yüksek düzeyde “*Yüzleşme*” ve “*Somatik Kaygı Belirtileri*”, boyutu kaynaklı kaygı yaşadıkları, buna karşılık “*Adaptasyon Gücü*” boyutu kaynaklı kaygıyı ise erkek tiyatro sanatçıları arasında anlamlı derecede yaşadıkları tespit edilmiştir. Yaş ve hizmet yılı değişkenine göre ele alındığında “*somatik belirtiler*” boyutlarında anlamlı düzeyde farklılıklar bulunmuştur. Bu sonuçların seçili örneklem göz önünde bulundurulduğunda Türkiye sınırları içerisindeki devlet destekli kurumlarda kadrolu olarak çalışan sanatçılara genellenebilir ancak yurt dışında serbest çalışma koşulları doğrultusunda çalışan tiyatro sanatçıları arasında farklı sonuçlar elde edilebilir olduğu göz önünde bulundurulmalıdır.

5.1.5.2. Tiyatro Sanatçıları Öz yeterlilik Alt boyutları

Tiyatro sanatçıları öz yeterlilik ölçek çalışması veri toplama aşamasına 30 adet madde ile başlanmıştır. Yapılan pilot çalışması sonucu 10 madde elenerek kalan 20 madde ile açıklayıcı faktör analizi yapılmıştır. Bu aşama sonrasında 2 madde daha elenerek 18 maddeye indirilen ölçek doğrulayıcı analiz sonrasında ters madde olmaksızın 18 madde ve 3 alt boyut olarak son halini almıştır.

5’li Likert tipinde hazırlanmış olan maddeler, “*Hiç Katılmıyorum*” 1 puan “*Çok düşük*”; “*Biraz Katılıyorum*” 2 puan , “*Düşük*”; “*Kararsızım*” 3 puan “*Orta*”; “*Oldukça Katılıyorum*” 4 puan “*Yüksek*”; “*Tamamen Katılıyorum*” 5 puan “*Çok Yüksek*” Öz yeterlilik Algısını tanımlayacaktır.

Geriyeye kalan faktörler ise aşağıdaki gibi sınıflandırılarak isimlendirilmiştir.

5.1.5.2.1. Birinci Boyut: Bilişsel Öz yeterlilik

Ek 10, da belirtilmiş toplam yedi adet maddeden oluşan bu boyuttaki maddeler bir tiyatro sanatçısının, sahne performansları sırasındaki bilişsel dikkat süreçleri hakkındaki algısının belirleyicisi olarak tasarlanmıştır. Tüm sahne sanatlarında olduğu gibi tiyatro sanatı da bilişsel süreçler açısından ciddi bir performans gücü gerektirmektedir. Tiyatroda da diyaloglar/replikler vardır, alt yapıda uyulması gereken bir müzik/orkestra olmaması, kişilikleri ve duyguları yansıtırken, bir orkestra ile uyumlu şekilde şarkı söyleyerek rol yapması gereken opera sanatçısının dikkat süreçleri kadar yoğun bilişsel yükü mücadele edilmese dahi, bireyin duygusallığa kapılması/kapılmaması dikkat süreçlerini etkileyebilir. Repliklerini iyi ve kolay ezberleyebiliyor olması, sorun yaşandığında kolaylıkla kendini ifade edip problem çözebilmesi, mizansenlerini hangi döneme ait olursa olsun kolay öğrenebilmesi onun konuşma ve hafıza süreçleri becerisine dair öz yeterlilik inancının güçlü olduğunu göstermektedir.

Bu boyuttan alınacak 7p, "çok düşük" öz yeterlilik algısını, 14p "düşük" öz yeterlilik algısını, 21p. "orta" dereceli öz yeterlilik algısını, 28p "yüksek" öz yeterlilik algısını, 35 p ise "çok yüksek" düzeyde "Bilişsel Özyeterlilik" algısını tanımlayacaktır.

5.1.5.2.2. İkinci Boyut: Temel Mesleki Öz yeterlilik

Ek 10, da belirtilmiş 8 adet maddeden oluşan bu boyuttaki maddeler bir tiyatro sanatçısının temel sahne yetenek ve donanımlarına dair mesleki öz yeterlilik algısını değerlendirebilme hedeflidir. Nitekim sesinin taklit yeteneği ve etkileyiciliği, rol yeteneği, her rolün karakterini ve tamperamanını iyi yansıtabilmek, kostümü sahnede iyi taşımak ve disiplinli planlı olabilme, başarılı bir tiyatro sanatçısının sahip olması gerekli kendine dair en önemli öz yeterlilik algısının başında gelmektedir.

Bu boyuttan alınacak 8p, "çok düşük" öz yeterlilik algısını, 16p "düşük" öz yeterlilik algısını, 24p. "orta" dereceli öz yeterlilik algısını, 32p "yüksek" öz yeterlilik algısını, 40p ise "çok yüksek" düzeyde "temel donanımsal" öz yeterlilik algısını tanımlayacaktır.

5.1.5.2.3. Üçüncü Boyut: Motivasyonel İnanç

Ek 9, da belirtilmiş 3 adet maddeden oluşan bu boyuttaki maddeler bir tiyatro sanatçısının sanatsal başarı ve hedeflerine dair motivasyonel inancının saptayıcısı olarak belirlenmiştir. Bu alt boyutta sanatçının, sanatına karşı duydukları motivasyonun gücünü ölçebilmek ilerde yapacağı mesleki hamlalar açısından son derece önemli olacaktır. Bu bağlamda diğer boyutlardan elde edilen sonuçlarla birlikte sanatçının motivasyonel olarak, iç dinamiklerinden mi yoksa dış referanslarla mı kendilik geliştirdiği ve tiyatro kariyerini sürdürdüğü bilgisi ileriye dönük yeni yordamalar için gereklidir.

Bu boyuttan alınacak 3p, "çok düşük" öz yeterlilik algısını, 6p "düşük" öz yeterlilik algısını, 9p. "orta" dereceli öz yeterlilik algısını, 12p "yüksek" öz yeterlilik algısını, 15p ise "çok yüksek" düzeyde "Motivasyonel İnanç" kaynaklı öz yeterlilik" algısını tanımlayacaktır.

Toplam puanlar ele alındığında, tiyatro sanatçıları öz yeterlilik ölçeğinden alınacak 18p. yok denecek düzeyde "çok düşük" öz yeterlilik algısını, 36p. az yani "düşük" düzeyde öz yeterlilik algısını, 54p. "orta" derecede öz yeterlilik algısını, 72p. "yüksek" düzeyde öz yeterlilik algısını, 90p. ise "çok yüksek" düzeydeki öz yeterlilik algısını gösterecektir.

Geliştirilmiş olan "Tiyatro Sanatçıları Öz Yeterlilik Ölçeği", bulgular bölümünde de görüldüğü üzere 0.88 Cronbach Alfa değeri ile oldukça yüksek güvenilirliğe, %95 anlamlılık düzeyinde anlamlı, madde uyumu indeksine göre mükemmel ve mükemmel sınırına sahip olduğu görülmektedir. Ayrıca test tekrar test sonucu olarak elde edilmiş olan 0.97 değerindeki sonuçlar doğrultusunda Tiyatro sanatçıları arasında gerçekleştirilen ilk test öz yeterlilik algısı ile son test öz yeterlilik algısı arasında çok yüksek bir korelasyon ilişkisinin olması nedeniyle ölçeğinin kararlılığının yüksek derecede olduğu belirlenmiştir.

Yapılan fark testlerinde ise "Tiyatro Sanatçıları Özyeterlilik algısının, cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir öz yeterlilik algısı farklılığı bulunamamıştır. Buna karşılık yaş değişkenine göre ele alındığında, "Temel Mesleki Öz Yeterlilik ve Motivasyonel İnanç" boyutunda yaş grupları arasında anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Hizmet süreleri değişkeni açısından ele alındığında ise, "Motivasyonel İnanç" boyutu ile ilişkili olarak anlamlı farklılıklar söz konusu olduğu görülmektedir. Bu duruma mesleki tecrübenin neden olduğu düşünülebilir. Bulgular seçili örneklem bağlamında Türkiye sınırları içerisindeki Devlet destekli kurumlarda kadrolu olarak çalışan sanatçılara genellenebilir ancak yurt dışında

serbest çalışma koşulları doğrultusunda çalışan opera sanatçılarında farklı sonuçlar elde edilebilir olduğu göz önünde bulundurulmalıdır.

5.1.6. Tiyatro Öğrencileri Faktör Alt Boyutlarına İlişkin Açıklamaları:

5.1.6.1. Tiyatro Öğrencileri Performans Kaygısı Alt boyutları

Tiyatro öğrencileri performans kaygısı ölçek çalışması veri toplama aşamasına 30 adet madde ile başlanmıştır. Yapılan pilot çalışma sonucu 5 adet madde elenmiştir. Kalan 25 madde ile açıklayıcı faktör analizi yapılmış 6 madde elenerek, 19 madde ile doğrulayıcı faktör analizi yapılmış ve ölçek son haline ters madde olmaksızın,19 madde ve 5 boyut olarak getirilmiştir.

5'li Likert tipinde hazırlanmış olan maddeler, "*Hiç Katılmıyorum*" 1 puan "*Çok düşük*"; "*Biraz Katılıyorum*" 2 puan ,"*Düşük*"; "*Kararsızım*" 3puan "*Orta*"; "*Oldukça Katılıyorum*"4puan"*Yüksek*";"*Tamamen Katılıyorum*"5puan"*Çok Yüksek* " Performans kaygısını tanımlayacaktır.

Geriye kalan faktörler ise aşağıdaki gibi sınıflandırılarak isimlendirilmiştir:

5.1.6.1.1. Birinci Boyut: Yüzleşme

Ek 11, de belirtilmiş 4 adet maddeden oluşan bu boyuttaki maddeler bir tiyatro öğrencisinin kaçınılmaz olarak tüm öğrenciliği ve ileride profesyonel hayatta zorunlu olarak karşılaşma durumunda olacağı başarısızlık, otorite veya seyirci eleştirisi, seyircinin kalabalık oluşu gibi durumlarla yüzleşebilme gücünü ölçen maddeler olarak tasarlanmıştır. Spesifik olarak örnek verecek olursak, bir drama öğrencisinin sınav ya da yarışmalarda, diğer öğrenciler tarafından seyredilmesi, sahnenin aşırı ışıklandırılmış olması,sahnenin büyüklüğü kaçınılmaz olarak yüzleşmesi gereken oyunculuk gereklilikleridir.Öte yandan bu dönemde hocalarının/arkadaşlarının eleştirileri ile yüzleşemeyen birey ileriki dönemlerde de alacağı eleştirileri taşıyamayacak ya kaçınan bir davranış ya da agresyona varan ve performansını negatif etkileyecek bir profile sahip olma olasılığı taşıyabilecektir. Ayrıca akademik bir seçimde ise kendi korku ve kaygılarını gelecek nesillere aktarma potansiyeli taşıyacaktır.

Öğrenci tarafından bu alt boyuttan alınacak 4p. *çok düşük*, 8p *düşük*, 12 p.*orta*, 16 p. *yüksek*, 20 puan ise *çok yüksek düzeyde* "*Yüzleşme*" kaynaklı kaygı sınır belirtileri gösterdiği kabul edilmelidir.

5.1.6.1.2. İkinci Boyut: Somatik Kaygı

Ek.11, de belirtilmiş 5 adet maddeden oluşan bu boyut, bir tiyatro öğrencisinin diğer rutin sınavlarında da görülen ağırlıklı olarak bedeninin otonom sinir sistemi olan sempatik sisteminin ya savaş ya kaç komutu üzerine bedeninin verdiği doğal tepkileri sahne kaygısı olarak algılaması ve bunun üstesinden gelememesi kaynaklıdır. Nitekim aşırı tualet ihtiyacı, ağız /boğaz kuruluğu, mide ekşimesi ve bu sıkıntılar dolayısıyla kaçınma davranışı çoğu öğrencilerde görülen kaygı belirtileridir.

Bu alt boyuttan alınacak 5p. yok denecek düzeyde yani “*çok düşük*” ölçüde kaygıyı, 10p. az şiddetli yani “*düşük*” kaygıyı, 15p. “orta” derecede kaygıyı, 20p. oldukça “yüksek” düzeyde kaygıyı, 25p. ise “çok yüksek “ düzeyde “*Somatik Belirtiler*” kaynaklı kaygı sınırını gösterecektir.

5.1.6.1.3. Üçüncü Boyut: Odaklanma

Ek 11, de belirtilmiş 4 adet maddeden oluşan olup öğrencinin performans sırasında eserin sözlerine ve/veya sahne mizansenlerine bilişsel olarak ne yoğunlukta konsantre olduğunu, diğer bir deyişle dikkat süreçlerine dair odaklanma sorunları dolayısıyla hissettiği kaygısının belirlenmesi hedeflenmiştir. Bu bağlamda bu maddelerde düşük puan dikkat süreçlerinin iyi olduğunu gösterirken, yüksek puanlar ise öğrencinin odaklanma sorunu yaşadığından kaygı hissettiği, bilişsel örgütlenme problemi yaşadığından odaklanamadığının düşünülmesi gerekir. Spesifik olarak değerlendirildiğinde, performans sırasında repliklerin ve mizansenlerin hem zamanlı bir bilişsel süreç gerektirmektedir, aynı şekilde doğaçlama dersi başarısı bilişsel bir hazır bulunuşluk sonucu oluşur. Mizansen düşünürken repliklerin karıştırılması ya da tersi bireyin dikkat süreçlerini sağlıklı kullanamadığı anlamına gelebilir.

Bu alt boyuttan alınacak 4p. yok denecek düzeyde yani “*çok düşük*” ölçüde kaygıyı, 8p. az şiddetli yani “*düşük*” kaygıyı, 12p. “orta” derecede kaygıyı, 16p. oldukça “yüksek” düzeyde kaygıyı, 20p. ise “çok yüksek “ düzeyde “*Odaklanma*” kaynaklı kaygı sınırını gösterecektir.

5.1.6.1.4. Dördüncü Boyut: Otomatik Düşünce

Ek 11, de belirtilmiş 3 adet maddeden oluşan bu boyut, bir tiyatro öğrencisinin çoğunlukla olumsuz, geçmiş deneyimleri dolayısıyla edindiği şemalar kaynaklı tekrarlanan otomatik düşünceler dolayısıyla yaşadığı kaygıları ölçme bağlamında tasarlanmıştır. Düşük

puanlar bu yönde sorun yaşanmadığını kanıtlarken, alınacak yüksek puanlar bilişsel olarak ciddi olumsuz şemaların varlığını düşündürmelidir. Nitekim bir önceki başarının gerisinde kalma korkusu, hazırlık dönemlerinde söz ve mizansenlerin uykuda tekrar etmesi ve uykunun kaçması otomatik düşünce şemalarının sonucu olduğu düşünülmelidir.

Bu alt boyuttan alınacak 3p. yok denecek düzeyde yani “*çok düşük*” ölçüde kaygıyı, 6p. az şiddetli yani “*düşük*” kaygıyı, 9p. “orta” derecede kaygıyı, 12p. “*yüksek*” düzeyde kaygıyı, 15p. ise “*çok yüksek*” düzeyde “*Otomatik düşünce*” kaynaklı kaygı sınırını gösterecektir.

5.1.6.1.5. Beşinci Boyut: Dayanıklılık

Ek11, de belirtilmiş 3 adet maddeden oluşan bu boyuttaki maddeler bir tiyatro öğrencisinin karşılaşılabileceği olumsuz olaylara karşı kendini savunabilme ve güçlüklerle dayanabilme gücünü simgelemektedir. Olumsuzluklarla baş edemeyen öğrencinin ileride profesyonel hayatta karşılaşıacağı problemlerle baş edip başarılı bir kariyer geliştirmesi neredeyse imkansız olacağından okul çağlarında bu yöndeki problemlerin çözülmesi öğrencinin, hocaların eleştirilerine, hasta olmasına rağmen performans sergileyebilme dayanıklılığına, yoğun çalışma dönemlerindeki bilişsel ve bedensel sorunlara dayanabilme gücü önemlidir.

Bu alt boyuttan alınacak 3p. yok denecek ölçüde “*çok düşük*” kaygıyı, 6p. az şiddetli yani “*düşük*” kaygıyı, 9p. “orta” derecede kaygıyı, 12p. “*yüksek*” düzeyde kaygıyı, 15p. ise “*çok yüksek*” düzeyde “*dayanıklılık*” kaynaklı kaygı sınırını gösterecektir.

Toplam puanlar ele alındığında, tiyatro öğrencileri performans kaygısı ölçeğinden alınacak 19p. yok denecek düzeyde “*çok düşük*” ölçüde kaygıyı, 38p. az şiddetli yani “*düşük*” kaygıyı, 57p. “orta” derecede kaygıyı, 76p. oldukça “*yüksek*” düzeyde kaygıyı, 95p. ise patolojik boyutta “*çok yüksek*” düzeydeki kaygı sınırını gösterecektir.

Geliştirilmiş olan “*Tiyatro Öğrencileri Performans Kaygısı ölçeği*”, bulgular bölümünde görüldüğü üzere 0.864 Cronbach Alfa değeri ile oldukça yüksek güvenilirliğe, %95 anlamlılık düzeyinde anlamlı olduğu, madde uyum indeksi açısından ağırlıklı olarak mükemmel uyum ve mükemmel uyum sınırına sahip olduğu görülmektedir. Ayrıca test tekrar test sonucu olarak elde edilmiş olan 0.99 değerindeki sonuçlar doğrultusunda Tiyatro bölümü öğrencilerinde gerçekleştirilen ilk test performans kaygısı ile son test performans kaygısı

arasında çok yüksek bir korelasyon ilişkisinin olması nedeniyle ölçeğinin kararlılığının yüksek derecede olduğu belirlenmiştir.

Yapılan fark testlerinde ise Tiyatro öğrencileri performans kaygısı, cinsiyet değişkeni açısından ele alındığında “*Yüzleşme ve Odaklanma*” alt boyutlarında erkeklerin sanatçıların, kadın sanatçılara göre daha yüksek performans kaygısı yaşadıkları tespit edilmiştir. Yaş ve sınıf grupları değişkenleri açısından ele alındığında ise sadece “*Yüzleşme*” boyutlarında anlamlı düzeyde farklılık gözlemlenmediği görülmüştür. Bu sonuçlar seçili örneklem doğrultusunda, Türkiye sınırları içerisindeki konservatuarlarda öğrenim gören tiyatro bölümü öğrencilerine genellenebilir, ancak yurt dışındaki konservatuar öğrencileri ile farklı sonuçlar elde edilebileceği göz önünde bulundurulmalıdır.

5.1.6.2. Tiyatro Öğrencileri Öz yeterlilik Alt boyutları:

Tiyatro öğrencileri öz yeterlilik ölçek çalışması veri toplama aşamasına 31 adet madde ile başlanmıştır. Yapılan pilot çalışması sonucu 6 madde elenerek kalan 25 madde ile açıklayıcı faktör analizi yapılmıştır. Bu aşama sonrasında 5 madde daha elenerek 20 maddeye indirilen ölçek doğrulayıcı analiz sonrasında içerinden üçü ters madde olmak üzere toplam 20 madde ve 5 alt boyut olarak son halini almıştır.

5’li Likert tipinde hazırlanmış olan 17 adet düz madde, “*Hiç Katılmıyorum*” 1 puan “*Çok düşük*”; “*Biraz Katılıyorum*” 2 puan , “*Düşük*”; “*Kararsızım*” 3puan “*Orta*”; “*Oldukça Katılıyorum*”4puan “*Yüksek*”; “*Tamamen Katılıyorum*” 5puan “*Çok Yüksek*” Özyeterlilik Algısını tanımlayacaktır.

Buna karşılık 3 adet ters madde ise, “*Hiç Katılmıyorum*” 5 puan “*Çok Yüksek*”; “*Biraz Katılıyorum*” 4 puan , “*Yüksek*”; “*Kararsızım*” 3puan “*Orta*”; “*Oldukça Katılıyorum*”2 puan “*Düşük*”; “*Tamamen Katılıyorum*” 1 puan “*ÇokDüşük*” şeklinde değerlendirilmek sureti ile öğrencinin “Özyeterlilik Algısını” tanımlayacaktır

Geriye kalan faktörler ise aşağıdaki gibi sınıflandırılarak isimlendirilmiştir.

5.1.6.2.1. Birinci Boyut: Donanımsal Öz yeterlilik

Ek 12, de belirtilmiş 6 adet maddeden oluşan bu boyuttaki maddeler bir tiyatro öğrencisinin sanatsal performansını ikincil olarak destekleyecek sonradan eğitimle edinilen donanımlar hakkındaki öz güvenini yorumlamak adına tasarlanmış sorulardır. Yabancı lisan bilgisi, önceki başarılarını kendisine motivasyon olarak geri dönmesi, farklı tiyatro türlerinde

gerekli oyunculuk kapasitesi, her role kolayca girmesi, fiziğinin sahne ve kameraya uygun olması, farklı tiyatro geleneklerine hakim olabilmesi, gibi maddeler öğrencinin bu boyuttaki öz yeterlilik algısının saptanmasını sağlayacaktır.

Bu boyuttan alınacak 6 p, ”*çok düşük*” öz yeterlilik algısını, 12p ”*düşük*” öz yeterlilik algısını, 18p. ”*orta*” dereceli öz yeterlilik algısını, 24p ”*yüksek*” öz yeterlilik algısını, 30p ise ”*çok yüksek*” düzeyde ”*Donanımsal öz yeterlilik*” algısını tanımlayacaktır.

5.1.6.2.2. İkinci Boyut: Ana Derslere İlişkin Öz yeterlilik

Ek 12, de belirtilmiş 5 adet maddeden oluşan bu boyuttaki maddeler bir tiyatro bölümü öğrencisinin temel derslerindeki öz yeterliliğinin ölçülmesi ve bölümle ilgili içsel motivasyonunun anlaşılması hedeflenmiştir. Bu bağlamda sahne oyunculuk kapasitesine güven duyan, drama ve doğaçlamadan zevk alan ve bu yolda eğitilmek için hocaları ile iyi iletişim becerileri gösteren öğrencilerde elde edilen yüksek puanlar başarıyı da yordayacaktır. Buna karşılık alınacak düşük puanlar karşısında bireyin doğru eğitim ortamında olmadığı düşünülmelidir. Bu boyutta bulunan Ö13. Madde ters madde olduğundan puanlama ters olarak gerçekleştirilmesi gerekmektedir.

Bu boyuttan alınacak 5 p, ”*çok düşük*” öz yeterlilik algısını, 10p ”*düşük*” öz yeterlilik algısını, 15p. ”*orta*” dereceli öz yeterlilik algısını, 20p ”*yüksek*” öz yeterlilik algısını, 25p ise ”*çok yüksek*” düzeyde ”*Ana derse ilişkinöz yeterlilik*” algısını tanımlayacaktır.

5.1.6.2.3. Üçüncü Boyut: Bilişsel Öz yeterlilik

Ek 12, de belirtilmiş üç adet maddeden oluşan bu boyuttaki maddeler bir tiyatro öğrencisinin sahne performansları sırasındaki bilişsel dikkat süreçleri hakkındaki algısının belirleyicisi olarak belirlenmiştir. Tüm sahne sanatlarında olduğu gibi tiyatro sanatı da bilişsel süreçler açısından ciddi bir performans gücü gerektirmektedir. Tiyatroda da diyaloglar/replikler vardır, alt yapıda uyulması gereken bir müzik/orkestra olmaması, kişilikleri ve duyguları yansıtırken, bir orkestra ile uyumlu şekilde şarkı söyleyerek rol yapması gereken opera sanatçısının dikkat süreçleri kadar yoğun bilişsel yükü mücadele edilmese dahi, bireyin duygusallığa kapılması/kapılmaması dikkat süreçlerini etkileyebilir. Repliklerini iyi ve kolay ezberleyebiliyor olması onun konuşma ve hafıza süreçleri becerisinin güçlü olduğunu göstermektedir.

Bu boyuttan alınacak 3p, ”*çok düşük*” öz yeterlilik algısını, 6p ”*düşük*” öz yeterlilik algısını, 9p. ”*orta*” dereceli öz yeterlilik algısını, 12p ”*yüksek*” öz yeterlilik algısını, 15p ise ”*çok yüksek*” düzeyde ”*Bilişsel öz yeterlilik*” algısını tanımlayacaktır.

5.1.6.2.4. Dördüncü Boyut: Motivasyonel İnanç

Ek 12, de belirtilmiş 3 adet maddeden oluşan bu boyuttaki maddeler tiyatro öğrencisinin okumakta olduğu bölüm hakkındaki motivasyonel inancının saptayıcısı olarak belirlenmiştir. Bu alt boyutta öğrencilerin tiyatro/oyunculuk öğrenimine ve sanatına karşı duydukları motivasyonun gücünü anlamak ve ölçebilmek hedeflenmiştir. Bu bağlamda diğer boyutlardan elde edilen sonuçlarla birlikte öğrencinin iç dinamiklerinden mi yoksa dış referanslarla mı kendilik geliştirdiği ve tiyatro öğrenimini sürdürdüğü bilgisi öğrencinin performans başarısının artırılması sağlanmaya çalışılacaktır.

Bu boyuttan alınacak 3p, ”*çok düşük*” öz yeterlilik algısını, 6p ”*düşük*” öz yeterlilik algısını, 9p. ”*orta*” dereceli öz yeterlilik algısını, 12p ”*yüksek*” öz yeterlilik algısını, 15p ise ”*çok yüksek*” düzeyde ”*Motivasyonel İnanç*” kaynaklı öz yeterlilik” algısını tanımlayacaktır.

5.1.6.2.5. Beşinci Boyut: Yan Derslerle İlgili Öz yeterlilik

Ek 12, de belirtilmiş 3 adet maddeden oluşan bu boyuttaki maddeler tiyatro bölümü öğrencisinin yardımcı derslerindeki öz yeterliliğinin ölçülmesi ve bu derslerdeki başarısının /başarısızlığının nedenlerinin araştırılması hedeflenerek tasarlanmıştır. Zira bir öğrencinin sanat öğrenimindeki, genel başarısı ana derslerdeki başarısı kadar yardımcı derslerdeki başarısına da bağlıdır. Nitekim yardımcı solfej, şan, eskrim gibi dersler her geçen gün müzikal eserlerin daha çok gündeme gelmesi ile daha önemsenmesi gereken dersler haline dönüşmüştür. Buna benzer dersler öğrencinin müzikal gelişimini geliştirecek ve ileride varmak istediği profesyonel sahne performans hayatı boyunca kendisine eşlik edecektir. Bu açıdan ele alındığında yan derslerdeki öz yeterlilik eksikliği, olası güvensizliğe neden olabileceğinden bu faktörlerden alınacak düşük puanlar dikkatle değerlendirilmelidir. Bu boyuttaki Ö10 ve Ö11 numaralı maddeler hariç diğerleri ters madde olduğundan ters puanlama yapılmalıdır.

Bu boyuttan alınacak 3p, ”*çok düşük*” öz yeterlilik algısını, 6p ”*düşük*” öz yeterlilik algısını, 9p. ”*orta*” dereceli öz yeterlilik algısını, 12p ”*yüksek*” öz yeterlilik algısını, 15p ise ”*çok yüksek*” düzeyde ”*Yan dersle ilgili*” öz yeterlilik algı düzeyini tanımlayacaktır.

Toplam puanlar ele alındığında, tiyatro öğrencileri öz yeterlilik ölçeğinden alınacak 20p. yok denecek düzeyde “*çok düşük*” öz yeterlilik algısını, 40p. az yani “*düşük*” düzeyde öz yeterlilik algısını, 60p. “*orta*” derecede öz yeterlilik algısını, 80p. oldukça “*yüksek*” düzeyde öz yeterlilik algısını, 100p. ise “*çok yüksek*” düzeydeki öz yeterlilik algısını gösterecektir.

Geliştirilmiş olan “*Tiyatro Öğrencileri Öz Yeterlilik Ölçeği*”, bulgular bölümünde görüldüğü üzere 0.812 Cronbach Alfa değeri ile oldukça yüksek güvenilirliğe, %95 anlamlılık düzeyinde anlamlı, medde uyum indeksi açısından mükemmel uyum sınırları içerisinde olduğu görülmektedir. Ayrıca test tekrar test sonucu olarak elde edilmiş olan ve 0.98 değerindeki sonuçlar doğrultusunda tiyatro öğrencilerinde gerçekleştirilen ilk test öz yeterlilik ile son test öz yeterlik algısı arasında çok yüksek bir korelasyon ilişkisinin olması nedeniyle ölçeğin kararlılığının yüksek derecede olduğu belirlenmiştir.

Yapılan fark testlerinde ise “*Tiyatro Öğrenciler Öz Yeterlilik*” algısının, cinsiyet değişkeni ele alındığında cinsiyetler arası anlamlı bir fark bulunamamıştır. Yaş değişkeni açısından ele alındığında donanımsal öz yeterlilik, sınıf değişkeni açısından ele alındığında ise Donanımsal öz yeterlilik ve Ana derse ilişkin öz yeterlilik algısı açısından, anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Bu durum öğrencilerin kendilerini geliştirdikçe öz yeterlilik algılarının da geliştiği sonucunu düşündürebilir. Bu sonuçların Türkiye sınırları içerisindeki konservatuarlarda öğrenim gören bale bölümü öğrencilerine genellenebilir, ancak yurt dışındaki konservatuar öğrencileri ile farklı sonuçlar elde edilebileceği göz önünde bulundurulmalıdır.

Literatürde, çalışmada dış geçerlilik açısından refere edilecek benzer bir çalışma bulunmadığından DSM kriterlerinde sahne kaygısının sosyal kaygının alt boyutu olduğu varsayıldığından hareketle “*Performans Kaygısı Ölçekleri*” için, Liebowitz sosyal kaygı ölçeği, “*Özyeterlilik Ölçekleri*” için ise “*Doğan*” tarafından geliştirilen “*Kendini Sevme ve Öz Yeterlilik ölçeği*” dışkriter olarak kullanılmışlardır. Yapılan analiz sonucu düşük düzeyde bir korelasyon bulunmuş olması, farklı alt boyutların olması, farklı değerlendirme konularından kaynaklı ölçekler olması nedeni ile tabiidir.

Buna karşın huzurdaki çalışmada geliştirilmiş olan sahne sanatçılarına ve öğrencilerine yönelik performans kaygısı ve öz yeterlilik ölçekleri alt boyutları incelendiğinde, “*Optimum Performans Duygu Durumu, veya Akış Hali Kuramı bağlamındaki, Güdülenme, Motivasyon, Hedef Gerçekleştirme, Algılanan Yeterlilik, Öz Belirleme, Bilişsel Değerlendirme,*

Organizmik Bütünleşme, Nedensellik Kuramı, Sosyal Fizik Kaygı Kuramları” ile uyumlu olduğu ve maddelerin örtüştüğü görülmektedir.

Yapılan açıklamalardan anlaşılacağı üzere hepsi de sahne sanatları profesyonelleri olan sanatçı ve öğrenciler arasında gerek kaygı gerekse öz yeterlilik boyutları açısından farklılıklar/öncelikler göstermektedirler. Bazı boyutlar birbirlerine benzer veya aynı isimler altında gruplanmış olsalar dahi, faktör yükü açısından da ayrılmaktadırlar. Bu farklılık yalnızca sanat dalları arası değil, aynı sanat dalında faaliyet gösteren profesyonel sanatçı ve öğrenciler arasında da gözlenmektedir. Ayrıca cinsiyet yaş ve özellikle hizmet yılı/tecrübe/sınıf değişkenleri gerek performans kaygısında gerekse öz yeterlilik algısı puanlarında değişiklikler yaratan faktörler olduğu görülmektedir.

Bu bağlamda sahne sanatları performans kaygısının ve öz yeterlilik algısının, müzik performans kaygısı ve öz yeterlilik algısından farklı ele alınması yanlış olmaz.

5.2. SONUÇ

Opera, Bale ve Tiyatro sanatçıları ve öğrencileri için geliştirilen ölçeğin geçerlilik ve güvenilirlik analizleri sonucunda, geliştiren ölçeklerin Opera, Bale ve Tiyatro sanatçı ve öğrencileri için geçerli ve güvenilir ölçekler olduğu saptanmıştır. Ölçeklere ilişkin doğrulayıcı faktör analizi sonucunda analize konu olan ölçeklerin uyum iyiliği değerlerinin ölçeklerdeki alt boyutlara göre uyumunun iyi olduğu saptanmıştır.

Ölçek geliştirme çalışmalarında geliştirilen ölçeğin her türlü örneklem üzerinde uygulanabilir olabilmesi önemli bir durumdur. Ölçeklerin belirli grup üzerinde geçerliliğinin olması ile yine aynı grup üzerinde tekrarlanması sonucunda geçerliliğinin olmaması ölçeğin genellenemeyeceği çıkarımında bulunulması anlamına gelmektedir. Bu nedenle çalışmada ölçeklerin genellenebilirliği yapılan analizlerle tespit edilmesi, farklı gruplar ve örneklemeler üzerinde de geçerliliği ve güvenilirliğinin kabul edilebilir olduğu sonucuna varılmıştır.

Araştırmaya katılan opera sanatçılarının kadın çalışanların erkek çalışanlardan fazla olduğu, yaş gruplarına göre bakıldığında çoğunluğunun 40 ve üzeri yaş aralığında olduğu, en az grubun ise 18-29 yaş aralığının olduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların hizmet yılına göre karşılaştırılmasında çoğunluğunun 16 ve üstü yıl çalıştığı belirlenmiştir.

Araştırmaya katılan bale sanatçıların kadın çalışanların erkek çalışanlardan fazla olduğu, yaş gruplarına göre bakıldığında çoğunluğunun 18-29 aralığında olduğu, en az grubun

ise 40 ve üzeri yaş aralığının da olduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların hizmet yılına göre karşılaştırılmasında çoğunluğunun 16 ve üstü yıl çalıştığı belirlenmiştir.

Araştırmaya katılan Tiyatro sanatçılarına bakıldığında bale ve opera sanatçıları katılımcılarından farklı olarak erkek çalışanların kadın çalışanlardan fazla olduğu, yaş gruplarına göre bakıldığında çoğunluğunun 40 ve üzeri yaş aralığında olduğu, en az grubun ise 18-29 yaş aralığının olduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların hizmet yılına göre karşılaştırılmasında çoğunluğunun 16 ve üstü yıl çalıştığı belirlenmiştir.

Araştırmaya katılan opera öğrencilerine bakıldığında, erkek öğrencilerin kadın öğrencilerden fazla olduğu, yaş gruplarına göre bakıldığında çoğunluğunun 18-20 aralığında olduğu, en az grubun ise 24 ve üzeri yaş aralığının da olduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların öğrenim gördükleri sınıflara göre karşılaştırılmasında çoğunluğunun birinci sınıfta öğrenim gördüğü belirlenmiştir.

Araştırmaya katılan bale öğrencilerine bakıldığında, erkek öğrencilerin kadın öğrencilerden fazla olduğu, yaş gruplarına göre bakıldığında çoğunluğunun 18-20 aralığında olduğu, en az grubun ise 24 ve üzeri yaş aralığının da olduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların öğrenim gördükleri sınıflara göre karşılaştırılmasında çoğunluğunun birinci sınıfta öğrenim gördüğü belirlenmiştir.

Araştırmaya katılan tiyatro öğrencilerine bakıldığında, kadın öğrencilerin erkek öğrencilerden fazla olduğu, yaş gruplarına göre bakıldığında çoğunluğunun 18-20 aralığında olduğu, en az grubun ise 24 ve üzeri yaş aralığının da olduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların öğrenim gördükleri sınıflara göre karşılaştırılmasında çoğunluğunun ikinci sınıfta öğrenim gördüğü belirlenmiştir.

Gerçekleştirilen çalışmada yapılan pilot, açıklayıcı ve doğrulayıcı testler sonucunda sahne sanatları opera, bale ve tiyatro sanatçıları ve öğrencilerine yönelik performans kaygısı ve öz yeterlilik ölçeği geliştirilmiştir. Yapılan geçerlilik ve güvenirlik, test tekrar test, gibi iç ve dış geçerlilik analizleri yanı sıra, sanatçı ve öğrencilerin performans kaygısı ve öz yeterlilik algılarının cinsiyet, yaş ve hizmet yılı/sınıf değişkenlerine göre farklılıkları tespit edilmiştir.

Geliştirilmiş olan sahne sanatçılarına ve öğrencilerine yönelik performans kaygısı ve öz yeterlilik ölçekleri alt boyutları incelendiğinde, “*Optimum Performans Duygu Durumu, veya Akış Hali Kuramı bağlamındaki, Güdülenme, Motivasyon, Hedef Gerçekleştirme,*

Algılanan Yeterlilik, Öz Belirleme, Bilişsel Değerlendirme, Organizmik Bütünleşme, Nedensellik Kuramı, Sosyal Fizik Kaygı Kuramları” ile uyumlu olduğu ve maddelerin örtüştüğü görülmektedir.

Elde edilen bulgular doğrultusunda görüşler ve açıklanmalar yapılmıştır.

Sonuç olarak, aşağıdaki bulgular yörüngesinde çalışmada geliştirilen ölçekler geçerli ve güvenirdir.

- Opera Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği, 26 madde ve dört alt boyuttan oluşan, 0.90 Cronbach Alfa değeri ile oldukça yüksek güvenilirliğe ve %95 anlamlılık düzeyine ve ağırlıklı olarak mükemmel uyum sınırlarına ve .99 değerinde yüksek kararlılık değerine sahiptir.
- Opera Sanatçıları Öz yeterlilik ölçeği 22 madde ve üç alt boyuttan oluşan, 0.89 Cronbach Alfa değeri ile oldukça yüksek güvenilirliğe, % 95 anlamlılık düzeyinde anlamlı ve tüm maddeler uyum seğerleri bakımından mükemmel uyum sınırları içinde olduğu ve .98 değerinde yüksek kararlılık değerine sahiptir.
- Opera Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği, 18 madde ve beş alt boyuttan oluşan ölçek, 0.885 Cronbach Alfa değeri ile oldukça yüksek güvenilirliğe, % 95 anlamlılık düzeyine ve madde uyumu açısından da mükemmel uyum sınırları içerisinde olduğu görülmektedir. Ayrıca değeri ile ölçeğin kararlılığının .99 değerle yüksek derecede olduğu belirlenmiştir.
- Opera Öğrencileri Özyeterlilik ölçeği, 24 madde ve altı alt boyuttan oluşan, ölçek 0.833 Cronbach Alfa değeri ile oldukça yüksek güvenilirliğe, % 95 anlamlılık düzeyine ve madde uyumu açısından da mükemmel uyum sınırları içerisinde olduğu görülmektedir. Ayrıca .98 değeri ile ölçeğinin kararlılığının yüksek derecede olduğu belirlenmiştir.
- Bale Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği, 38 madde ve altı alt boyuttan oluşan ölçek, 0.944 Cronbach Alfa değeri ile oldukça yüksek güvenilirliğe, %95 anlamlılık düzeyine, madde uyumluluk düzeyi açısından CFI VE NFI değerlerinin dışında kalanların iyi düzeyde olduğu görülmektedir. Bu durumun Türkiye’deki bale sanatçısı sayısının ve ulaşılan örneklem sayısının madde sayısına göre az olmasından kaynaklı olabileceği düşünülmektedir. Ancak Test tekrar test sonucu ile ölçeğinin kararlılığının .99 değerle yüksek derecede olduğu belirlenmiştir.

- Bale, Sanatçıları Öz yeterlilik Ölçeği, 27 madde ve beş alt boyuttan oluşan ölçek, üzere 0.887 Cronbach Alfa değeri ile oldukça yüksek güvenilirliğe, % 95 anlamlılık düzeyinde anlamlı olmakla birlikte, ölçeğin uyum değerleri iyiliği açısından CMNI/SD ve SRMR değerleri dışında hiçbir değer bilinen uyum değerleri açısından kabul edilebilir düzeye sahip olmadığı görülmektedir. Bu durumun Türkiye'deki bale sanatçısı sayısının ve ulaşılan örneklem sayısının madde sayısına göre az olmasından kaynaklı olabileceği düşünülmektedir. Ancak .99 test tekrar test sonucu ile ölçeğinin kararlılığının yüksek derecede olduğu belirlenmiştir.
- Bale Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği, 21 madde ve dört alt boyuttan oluşan ölçek, 0.92 Cronbach Alfa değeri ile oldukça yüksek güvenilirliğe, % 95 anlamlılık düzeyine ve madde uyumu açısından kabul edilir uyum sınırlarına sahip olduğu görülmektedir. Ayrıca test tekrar test sonucu olarak elde edilmiş olan ve 0.98 değerle ölçeğinin kararlılığının yüksek derecede olduğu belirlenmiştir.
- Bale Öğrencileri Öz yeterlilik ölçeği, 20 madde ve dört alt boyuttan oluşan ölçek, 0.92 Cronbach Alfa değeri ile oldukça yüksek güvenilirliğe, %95 anlamlılık düzeyine, madde uyum değerleri açısından da kabul edilir uyum sınırlarına sahip olduğu görülmektedir. Ayrıca test tekrar test sonucu olarak elde edilmiş olan 0.99 değerindeki sonuçlar doğrultusunda ölçeğinin kararlılığının yüksek derecede olduğu belirlenmiştir.
- Tiyatro Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği, 30 madde ve beş boyuttan oluşan ölçek, 0.909 Cronbach Alfa değeri ile oldukça yüksek güvenilirliğe, %95 anlamlılık düzeyine ve ağırlıklı olarak mükemmel madde uyum indeksi veya kabul edilir sınırlara sahip olduğu görülmektedir. Ayrıca test tekrar test sonucu olarak elde edilmiş olan 0.99.5 değer doğrultusunda ölçeğinin kararlılığının yüksek derecede olduğu belirlenmiştir.
- Tiyatro Sanatçıları Öz yeterlilik ölçeği, 18 madde ve üç alt boyuttan oluşan ölçek, 0.887 Cronbach Alfa değeri ile oldukça yüksek güvenilirliğe, %95 anlamlılık düzeyinde anlamlı, madde uyumu indeksine göre mükemmel ve mükemmel sınırına sahip olduğu görülmektedir. Ayrıca test tekrar test sonucu olarak elde edilmiş olan 0.97 olan sonuçlar doğrultusunda ölçeğinin kararlılığının yüksek derecede olduğu belirlenmiştir.

- Tiyatro Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği, 19 madde ve beş boyut olarak getirilmiştir. 0.864 Cronbach Alfa değeri ile oldukça yüksek güvenilirliğe,%95 anlamlılık düzeyinde anlamlı olduğu, madde uyum indeksi açısından ağırlıklı olarak mükemmel uyum ve mükemmel uyum sınırına sahip olduğu görülmektedir. Ayrıca test tekrar test sonucu olarak elde edilmiş olan ve 0.995 değer doğrultusunda ölçeğinin kararlılığının yüksek derecede olduğu belirlenmiştir.
- Tiyatro Öğrencileri Öz yeterlilik ölçeği, 20 madde ve beş alt boyuttan oluşan ölçek 0.812 Cronbach Alfa değeri ile oldukça yüksek güvenilirliğe, %95 anlamlılık düzeyinde anlamlı, medde uyum indeksi açısından mükemmel uyum sınırları içerisinde olduğu görülmektedir. Ayrıca test tekrar test sonucu olarak elde edilmiş olan ve 0.988 değer doğrultusunda ölçeğinin kararlılığının yüksek derecede olduğu belirlenmiştir.
- Ölçeklerin dış geçerliliği ölçütü olarak, literatürde önceden yapılmış olan ölçek çalışması olmadığından, performans kaygısı için, sahne kaygısının sosyal kaygının alt boyutu olduğu varsayıldığından hareketle,*Liebowitz sosyal kaygı ölçeği*”, öz yeterlilik ölçekleri için de *Kendini Sevme ve Öz Yeterlilik ölçeği kullanılmıştır*. Yapılan analizler sonucu sırasıyla düşük düzeyde veya anlamlı düzeyde olmayan, korelasyonel ilişki bulunmuş olması, farklı alt boyutların olması, farklı değerlendirme konularından kaynaklı ölçekler olması nedeni ile tabiidir.

Yapılan çalışma sonucu geliştirilen ölçekler ve alt boyutlarında sahne sanatlarını ilgilendirmesine rağmen sanat dalları arasında hem alt boyutlar hem faktör yükü açısından farklılıklar göstermişlerdir. Söz konusu farklılıklar sadece ayrı sanat dallarını değil, aynı sanat dalarında faaliyet gösteren sanatçı ve öğrenciler arasında da görülmüştür. Ayrıca cinsiyet, yaş, ve tecrübe kaygı ve öz yeterliliği etkileyen önemli faktörlerdendir.

Bu sonuçlar doğrultusunda sahne performans kaygısı ve öz yeterliliğin müzik performans kriterlerinden farklı ele alınması gerektiğini kanıtlamakta ve huzurdaki çalışmanın önemini vurgulamaktadır.

5.3. ÖNERİLER

Bu bölümde yapılan çalışmada elde edilen sonuçlar doğrultusunda, öncelikle yeni çalışmalar yönetecek araştırmacılara, eğitim bilimleri yöneticileri eğitimcilerine ve psikolojik danışman veya terapistlere yönelik ileriye dönük öneriler sunulmuştur.

5.3.1. Araştırmacılara Yönelik Öneriler:

Literatürde konu hakkında az araştırma olduğu göz önüne alındığında yeni araştırmalar yönetecek araştırmacılara:

- Öncelikle bu çalışmadaki sahne sanatçılarının Devlet kadrosunda çalışan memur sanatçılar olmaları dolayısı ile özellikle batı kültüründe, çalışmakta olan profesyonel opera, bale ve tiyatro sanatçılarından farklı kaygı ve öz yeterlilik algıları olabileceği göz önünde bulundurularak. Bu ölçek çalışmasının yabancı sanatçılar üzerinde de ilk hali ile çalışılması ve sonuçlarının karşılaştırılmasının yapılması;
- Sahne sanatları öğrencilerine yönelik yurtiçi ve yurt dışında genellenebilecek ve karşılaştırma yapılabilecek daha geniş kapsamlı araştırmaların yapılması;
- Sahne sanatçılarına yönelik yurt içi ve yurt dışında genellenebilir daha kapsamlı araştırmaların yapılması;
- Sahne sanatları öğrencilerine yönelik performans kaygısı ve kişilik değişkenlerinin karşılaştırılmasının yapıldığı araştırmaların yapılması;
- Sahne sanatçılarına yönelik performans kaygısı ve kişilik değişkenlerinin karşılaştırılmasının yapıldığı araştırmaların yapılması;
- Sahne sanatları öğrencilerine yönelik performans kaygısı ile kişilik ve depresyon değişkenlerinin değerlendirilerek karşılaştırıldığı araştırmalarının yapılması;
- Sahne sanatçılarına yönelik performans kaygısı, depresyon ve kişilik değişkenlerinin karşılaştırılmasının yapıldığı araştırmaların yapılması;
- Sahne sanatları öğrencilerine yönelik mükemmeliyetçi kişilik, performans kaygısı ve öz yeterlilik değişkenlerinin değerlendirilerek karşılaştırıldığı araştırmalarının yapılması;
- Sahne sanatçılarına yönelik mükemmeliyetçi kişilik, performans kaygısı ve öz yeterlilik değişkenlerinin karşılaştırılmasının yapıldığı araştırmaların yapılması;
- Huzurdaki çalışmada geliştirilmiş olan, opera bale ve tiyatro öğrencilerine yönelik performans kaygısı ve öz yeterlilik ölçeklerin yabancı lisanlara uyarlanmasının yapılarak geçerlilik güvenirlilik çalışmalarının yapılması;
- Huzurdaki çalışmada geliştirilmiş olan, opera bale ve tiyatro sanatçılarına yönelik performans kaygısı ve öz yeterlilik ölçeklerinin yabancı lisanlara uyarlanmasının yapılarak geçerlilik güvenirlilik çalışmalarının yapılması;

- Sahne sanatları öğrencileri ve sanatçıları için geliştirilmiş olan bu ölçeklerin boylamsal olarak kullanılmak sureti ile öğrencilik ve sanatçılığa geçişte bireylerin duygusal yönden gelişiminin takip edilmesi;
- Sahne sanatçılarının kuruma ilk alınışında performans kaygısı ve öz yeterlilik ölçeği uygulanması, sonradan boylamsal olarak bireylerin bu değişkenler açısından gelişiminin takip edilmesi; olumsuzluk durumunda nedenlerinin araştırılması ve giderilmesi önerilir.

5.3.2. Eğitim Yöneticilerine ve Öğretmenlere Yönelik Öneriler

Bu bölümde konservatuarda yönetim ve öğretmenlik görevini üstlenmekte olan sayın sanatçı/akademisyen eğitimcilerimize yönelik öneriler sunulmuştur.

- Sahne sanatlarına baş vuran öğrencilerin ilk kabul edilişlerinde ölçeklerin uygulanarak sonradan boylamsal olarak öğrencilerin, performans kaygısı ve öz yeterlilik algısının gelişiminin takip edilmesi; olumsuzluk durumunda nedenlerinin araştırılması;
- Sahne sanatları öğrencileri ve sanatçılarının kaygı ve öz yeterlilik sonuçları göz önünde bulundurulduğunda, özellikle sahne sanatçılarına yönelik psikolojik danışmanlık kuram ve bölümlerinin eksik olduğu gözlemlendiğinden üniversitelerde ilgili disiplinlerarası bölüm veya programların açılması;
- Bu yönde Yüksek Lisans ve Doktora düzeyinde programlar açılarak araştırma yapılmasının teşvik edilmesi;
- Psikolojik danışmanlara ve psikoterapistlere yönelik konu hakkında eğitim, seminer veya konferanslar düzenlenmesi;
- Çalışma sırasında baş vurularak izin alınmış devlet kurumlarında ve konservatuarlarda önceki dönemlere dair sanatçı ve öğrencilere dair herhangi bir istatistiki çalışma yapılmamış olduğu görülmüştür. Bu yönde çalışmaların yapılması, önerilir

5.3.3. Psikolojik Danışman/Rehberler ve Psikoterapistlere Yönelik:

Bu bölümde sahne sanatçısı veya öğrencilerine danışmanlık hizmeti verecek olan psikolojik danışman/rehber ve psikoterapistlerin ölçekleri kullanması halinde sonuçlara göre planlanması önerilen terapi önerileri sunulmuştur.

- **Opera Sanatçıları Performans Kaygısı Danışmanlığı Önerileri**
- **Somatik Belirtiler boyutunda** yüksek puanlar alıp diğer boyutlarda olumsuzluk yaşamayan sanatçıya klasik kaygı terapileri önerilmesi yeterli olacaktır ancak diğer

boyutlarla birlikte olan durumlarda kombine ve kişiye özel tasarlanmış psikolojik danışmanlık stratejileri geliştirilmesi tavsiye edilir.

- **Teknik Öz Güven boyutunda** düşük kaygı puanları görülen opera sanatçılarında problem olmadığı ancak yüksek kaygı puanları alanlarda ciddi mesleki problem yaşadığı ön görülmeli, bu durumun ne zamandan beri böyle olduğunun araştırılması gerekir. Diğer boyutlar da göz önünde bulundurularak nedenleri üzerine kişiye özel bir psikolojik danışmanlık yapılmalıdır. Ayrıca kişiyi rahatlatmak için bir süre dinlendirilebilir. Ya da koroda daha sakin bir kariyer düşünülebilir. Ancak ana roller bireyi daha yıpratıcı negatif etkileyebileceği göz önüne alınmalıdır.
- **Yüzleşme Boyutundan** alınan düşük puanlar sorun olmadığı yönünde yorumlanması gerekirken, yüksek puanlar bireyin bu yöndeki algısının düzeltilmesi gerektiği düşünülmelidir. Bu tip profile sahip bir sanatçının sahne dışında akademik öğretici konumunda olabileceği göz önünde bulundurulmalı aynı korkusunun öğrencilerine de öğretilmemesi adına peşinen önlem alınmalı ve olası benzer geçmiş okul örüntülerine yönelik ilgili kuramlar doğrultusunda psikolojik danışmanlık stratejilerinin geliştirilmesi tavsiye edilir.
- Bu boyutla ilgili olarak bulgular bölümünde görülen cinsiyet değişkenleri arasındaki anlamlı farklılık terapi planlaması açısından göz önünde bulundurulması önerilir
- **Dayanıklılık Boyutundan** yüksek puan alan opera sanatçısının ivedilikle bilişsel, bedensel ve ruhsal dayanıklılığının artırılması yönünde psikolojik danışmanlık verilmesi ve gerekli kuramlar eşliğinde problemin derinlemesine incelenmesi ve terapi stratejileri geliştirilmesi önerilir.
- **Adaptasyon Gücü Boyutundan** yüksek puan alan sanatçıyı öncelikle kostüm, aksesuar gibi sıkça sahnede problem yaratabilecek unsurların düzenlenmesi, olasılıkları önceden hesaplayarak riskleri azaltıcı bilgi ve öz düzenleme kapasitesi sağlanması önerilir. Ayrıca bu gibi durumlar karşısında psikolojik hazırlık ve alternatif hızlı çözümler üretebilme kapasitesinin geliştirilmesi için gerekli adaptasyon eğitiminin verilmesi; ayrıca bu tür sorunların ana kaynağının bulunup varsa geçmişten gelen bir çocukluk dönemi travması veya bireysel/çevresel faktörler, belirlenerek psikolojik danışma hizmeti verilmesi önerilir.
- **Opera Sanatçıları Öz Yeterlilik Danışmanlığı Önerileri**
- **Temel Donanımsal Öz Yeterlilik Boyutundan** alınan yüksek puanlar bireyin başarısını değerlendirmekte ve bu yönde sorun olmadığını göstermekte. Aksi durumda

ise ciddi bir sorun olduğu düşünölmelidir. Bu durumda bu öz yeterlilik algısının geliştirici ve sorunu giderme amaçlı, nedenlerin dayandığı geçmiş yaşam örüntülerinin araştırılması ve ilgili kuramlar bağlamında psikolojik danışmanlık verilmesi tavsiye edilir.

- **Motivasyonel İnanç Boyutundan** alınan yüksek puanların yüksek motivasyonel bir inancı gösterirken, düşük puanlar sanatçının ciddi motivasyon düşüklüğüne sahip olduğu düşünölmelidir. Bu noktada öncelikle bireyin iç kaynaklı mı yoksa dış kaynaklı bir modele dayanan motivasyon inancına sahip olduğu anlaşılmalı, ikincil olarak motivasyonu düşüren nedenlerin araştırılması ve ortadan kaldırılması, diğer yandan ilgili telafi metotlar eşliğinde, motivasyonu arttırıcı psikolojik destek sağlanması önerilir.
- **Bilişsel Özyeterlilik Boyutundan** ele alındığında bu faktörde bireyin gerek müzikal gerekse sahne öğrenme ve geri bul getir (hatırlama) bilişsel süreçlerinin, temporal lob ve prefrontal korteksle ilgili alanlarının iyi çalışması doğrultusunda sanatçının kendisine dair öz yeterliliğinin yüksek puanlarla ifade ediliyor olması başarısına paralel olmasını yordayacaktır. Aksi durumda düşük puanlar, bu yöndeki bilişsel bir sıkıntının öncelikle bu yöndeki öz yeterlilik sorununun tespiti ve olası nedenleri üzerine yoğunlaşmak, gerekli psikolojik danışmanlık stratejilerinin uygulanması, ancak sonuç alınamadığı durumlarda ise nöro-psikolojik açıdan incelenmesi için yönlendirilmesi önerilir.
- Öte yandan bulgular bölümünde görölen bu üç alt boyutla ilgili yaş değişkenlerine göre yapılan fark testlerinde görölen anlamlı farklılık göz önünde bulundurularak bu terapilerin planlanması önerilir.

- **Opera Öğrencileri Performans Kaygısı Danışmanlığı Önerileri**

- **Özgüvensel Kaygı Boyutundan** yüksek puan alan bir öğrencinin bu yönde ciddi kaygı sorunları yaşadığı, yalnız kalma korkularının olduğu düşünölmeli ve benzer geçmiş okul örüntülerine yönelik ilgili kuramlar doğrultusunda psikolojik danışmanlık verilmek sureti ile çözüm bulunması gerekmektedir.
- Bu boyutla ilgili olarak bulgular bölümünde görölen cinsiyet değişkenleri arasındaki anlamlı farklılık terapi planlaması açısından göz önünde bulundurulması önerilir

- **Yüzleşme Boyutundan** alınan düşük puanlar sorun olmadığı yönünde yorumlanması gerekirken, yüksek puanlar bireyin bu yöndeki algısının düzeltilmesi gerektiği düşünülmelidir. Bireyin sahne dışında akademik öğretici konumunda olabileceği göz önünde bulundurulmalı aynı korkunun öğrencilerine de öğretilmemesi adına peşinen önlem alınmalı ve benzer geçmiş okul örüntülerine yönelik ilgili kuramlar doğrultusunda psikolojik danışmanlık stratejilerinin geliştirilmesi tavsiye edilir.
- Bu boyutla ilgili olarak bulgular bölümünde görülen cinsiyet değişkenleri arasındaki anlamlı farklılık terapi planlaması açısından göz önünde bulundurulması önerilir
- **Somatik Belirtiler boyutundan** yüksek puanlar alan ancak diğer boyutlarda sorun tespit edilmeyen bir opera bölümü öğrencisine klasik kaygı terapileri önerilmesi yeterli olacaktır ancak diğer boyutlarla birlikte olan durumlarda kombine psikolojik danışmanlık stratejileri geliştirilmesi tavsiye edilir.
- Bu boyutla ilgili olarak bulgular bölümünde görülen cinsiyet değişkenleri arasındaki anlamlı farklılık terapi planlaması açısından göz önünde bulundurulması önerilir
- **Katastrofik Düşünce Boyutundan** yüksek puan alan öğrencinin negatif şemalara sahip olduğu ve bu düşüncelerin artık kendisinde otomatik hale geldiği düşünülmeli ve ilgili kuramlar çerçevesinde, diğer faktörler alt boyutlarından aldığı kaygı puanları da göz önünde bulundurularak psikolojik danışmanlık veya terapi verilmesi önerilmektedir.
- Bu boyutla ilgili olarak bulgular bölümünde görülen cinsiyet değişkenleri arasındaki anlamlı farklılık terapi planlaması açısından göz önünde bulundurulması önerilir
- **İzolasyon boyutlarındaki** puanların yüksekliği tedbir alınmaz ise ilerde kişinin sosyal hayattan kopmasına ve kendini izole etmesine neden olacak kapasitenin varlığını kanıtlamaktadır. Bu açıdan bakıldığında sosyal fobik bir kişilik mi yoksa sadece hastalanma korkusu olduğu ciddi bir psikolojik danışmanlık görüşmesi ile belirlenmesi ve bireyin doğru stratejilerle yönlendirilmesi önerilir.
- **Opera Öğrenci öz yeterlilik Danışmanlığı Önerileri**
- **Temel Ders Öz yeterlilik boyutundan** düşük puan alan öğrencilerin eşlik eden diğer faktörler ele alınarak sorunların ortadan kaldırılması hedeflenmeli, sorun sadece temel derslerle ilgili ise bu derslerle ilgili sorun etmenlerinin araştırılmasına ve giderilmesine yönelik kişiye özel stratejiler geliştirilmeli ya mesleki psikolojik danışmanlık verilmesi önerilir .

- ***Yan Ders Öz yeterlilik boyutundan*** elde edilecek yüksek puanlar ilgili ders başarısı ile kıyaslanmalıdır. Düşük puan görülen öğrencilerde öncelikle yan derslerle ilgili olumsuzluk oluşturabilecek etmenlerin belirlenmesi ve engellenmesi sağlanmalı, ayrıca diğer faktörler de göz önünde bulundurularak, bu yönde ilgili kuramlar doğrultusunda, öz yeterlilik geliştirici ve kişiye özel stratejiler geliştirilmesi ve psikolojik danışmanlık/terapi uygulanması önerilir.
- ***Adaptasyon Gücü boyutundan alınacak*** düşük puanlarda ilgili kuramlar eşliğinde öğrenciye psikolojik danışmanlık verilerek adaptasyon /esneklik, öz yeterlilik arttırıcı terapi yöntemlerinin uygulanması, adaptasyon sorununun güncel nedenlerinin ve geçmiş yaşanmışlıklardaki izlerinin bulunması ve yeniden düzenlenmesi önerilir.
- Bu boyutla ilgili olarak bulgular bölümünde görülen cinsiyet değişkenleri arasındaki anlamlı farklılık terapi planlaması açısından göz önünde bulundurulması önerilir
- ***Odaklanma boyutundan*** düşük puan alan böylece odaklanma sorunu yaşadığı tespit edilen öğrencinin odaklanamama nedenlerinin araştırılması gerekir. Odaklanma probleminin nedenleri bilişsel, bireysel, kaynaklı olabileceği gibi, aile, okul ve /veya özel hayat kaynaklı olabileceğinden öğrenciye uygun kuramlar eşliğinde psikolojik danışmanlık ve gerekli görüldüğünde terapi hizmet sunulması önerilir.
- ***Bilişsel Öz yeterlilik boyutundan*** alınan yüksek puanlar öğrencinin gerek müzikal gerekse sahne öğrenme ve geri bul getir (hatırlama) bilişsel süreçlerinin, temporal lob ve prefrontal korteksle ilgili alanlarının iyi çalışması doğrultusunda kendisine dair öz yeterliliğinin başarısına paralel olduğunu gösterecektir. Aksi durumda düşük puanlar, bu yöndeki bilişsel bir sıkıntının öncelikle bu yöndeki öz yeterlilik sorununun tespiti öğrencinin odaklanma boyutundaki puanlarının da göz önünde bulundurulması, olası nedenler üzerine odaklanarak, gerekli psikolojik danışmanlık stratejilerinin uygulanması, ancak sonuç alınamadığı durumlarda ise nöro-psikolojik açıdan incelenmesi için yönlendirilmesi önerilir.
- ***Donanımsal Öz yeterlilik boyutundan*** yüksek puan alan öğrencilerin kendisini sürekli yenilemeye açık, bu bağlamda donanımsal olarak kendisini geliştiren profillere sahip ve başarı endeksli yapıya sahip oldukları düşünülmelidir. Aksine düşük puanlar alan bir öğrencinin bu yönde kendini geliştirmesi ve donanımsal olarak geliştirmesi için rehberliğe ve motivasyona ihtiyacı olduğu düşünülmeli diğer boyutlardaki cevapları da göz önüne alınarak kendisini geliştirebilmesi yönünde öz yeterlilik arttırıcı terapi stratejileri önerilir.

- **Bale sanatçı Performans Kaygısı Danışmanlığı Önerileri**
- **Yüzleşme boyutundan** alınan düşük puanlar sorun olmadığı yönünde yorumlanması gerekirken, yüksek puanlar bireyin bu yöndeki algısının düzeltilmesi gerektiği düşünülmelidir. Sanatçının sahne dışında akademik öğretici/uygulayıcı ve koreograf konumunda olabileceği göz önünde bulundurulmalı aynı korkunun öğrencilerine de aktarılmaması adına peşinen önlem alınmalı ve benzer geçmiş okul örüntülerine yönelik ilgili kuramlar doğrultusunda kişiye özel psikolojik danışmanlık stratejilerinin geliştirilmesi tavsiye edilir.
- Bu boyutla ilgili olarak bulgular bölümünde görülen cinsiyet ve yaş grupları değişkenleri arasındaki anlamlı farklılık terapi planlaması açısından göz önünde bulundurulması önerilir.
- **Teknik Donanım Boyutundan** alınan düşük puanda teknik bir sıkıntının olmadığını gösterirken, yüksek puanlar, sanatçıda teknik eksiklik doğrultusunda bir kaygı sözü konusu olduğunu düşündürmelidir. Bu bağlamda diğer boyutlar da göz önüne alınarak teknik geliştirmeye çalışmaları yapılmalıdır. Diğer boyutlarda herhangi bir kaygı sorunu görülmez ise sorun bale hocaları ve koreograflarla çözülebilecektir. Ancak buna rağmen sonuç alınamıyorsa bu noktada daha kapsamlı nöro-psikolojikaçından incelenmesi için yönlendirilmesi önerilir.
- Bu boyutla ilgili olarak bulgular bölümünde görülen yaş grupları değişkenleri arasındaki anlamlı farklılık terapi planlaması açısından göz önünde bulundurulması önerilir.
- **Katastrofik Düşünce Boyutundan** alınan yüksek puan, bireyin negatif şemalara sahip olduğu ve bu düşünce kalıplarının artık kendisinde otomatik hale geldiği düşünülmeli ve ilgili kuramlar çerçevesinde, diğer faktörlerde aldığı kaygı puanları da göz önünde bulundurarak psikolojik danışmanlık verilmesi önerilmektedir.
- Bu boyutla ilgili olarak bulgular bölümünde görülen yaş grupları değişkenleri arasındaki anlamlı farklılık terapi planlaması açısından göz önünde bulundurulması önerilir.
- **Dayanıklılık Boyutundan** yüksek puan alan sanatçının yaşı kariyer geçmişi ve cinsiyeti göz önünde bulundurarak, nedenlerinin araştırılması ve dayanıklılığının artırılması yönünde psikolojik danışmanlık verilmesi ve gerekli kuramlar eşliğinde

diğer faktör alt boyutlarından alınan sonuçlar da değerlendirilerek problemin derinlemesine incelenmesi önerilir.

- **Somatik Belirtiler Boyutundan** yüksek puan alan bir bale sanatçısının diğer boyut puanları normal aralıkta ise, klasik kaygı terapileri önerilmesi yeterli olacaktır ancak diğer boyutlarla birlikte olan durumlarda kombine kişiye özel psikolojik danışmanlık stratejileri geliştirilmesi tavsiye edilir.
- **Adaptasyon Gücü boyutundan** yüksek puan alan sanatçı danışana öncelikle kostüm, aksesuar gibi sıkça sahnede problem yaratabilecek unsurların düzenlenmesi, olasılıkları önceden hesaplayarak riskleri azaltıcı bilgi ve öz düzenleme kapasitesi sağlanması önerilir. Ayrıca bu gibi durumlar karşısında psikolojik hazırlık ve alternatif hızlı çözümler üretebilme kapasitesinin geliştirilmesi yönünde mentörlük hizmeti verilebileceği gibi. bu tür sorunların ana kaynağının bulunup varsa geçmişten gelen bir çocukluk dönemi travması psikolojik danışma hizmeti verilmesi önerilir.
- Bu boyutla ilgili olarak bulgular bölümünde görülen yaş grupları değişkenleri arasındaki anlamlı farklılık terapi planlaması açısından göz önünde bulundurulması önerilir.
- **Bale Sanatçıları Öz yeterlilik Danışmanlığı Önerileri**
- **Mesleki Öz Yeterlilik Boyutundan** düşük puan alan sanatçılara, diğer boyut sonuçları da göz önüne alarak psikolojik destek verilmeli ve bu yönde motivasyonunu ve kendine dair öz yeterliliğini geliştirici terapi tekniklerinin kullanılarak sorunun giderilmesine yönelik çalışılması önerilir. Sonuç alınmadığı durumlarda bu kez sanatçı danışana diğer kuramlar ve geçmiş yaşam örüntüleri göz önüne alınarak psikolojik danışmanlık hizmeti verilmesinin uygun olduğu düşünülmelidir.
- Bu boyutla ilgili olarak bulgular bölümünde yaş grupları değişkenleri arasındaki anlamlı farklılık terapi planlaması açısından göz önünde bulundurulması önerilir.
- **Teknik Öz Yeterlilik Boyutundan** düşük puan alan sanatçılara diğer alt boyut sonuçları da göz önüne alarak psikolojik destek verilmeli gerçekte birey algısının ne kadar örtüştüğü araştırılmalı ve bu yönde kendisine dair öz yeterliliğini geliştirici terapi tekniklerinin kullanılarak sorunun giderilmesine çalışılması gerekir. Sonuç alınmadığı durumlarda sanatçının bu öz güven kaybına neden olan etkenlerinin

derinlemesine araştırılarak erken çocukluk dönemi sorunlarının araştırılması ve bu bağlamda psikolojik danışmanlık hizmeti verilmesi önerilir.

- **Sosyal Özyeterlilik Boyutundan** alınacak yüksek puanlar sorun olmadığını gösterirken, düşük puanlar bireyin bu yönde problemler yaşadığını ve sosyal iletişimsel danışman yardımının gerekli olduğu düşünülmeli ve ilgili kuramlar eşliğinde rehberlik ve danışmanlık hizmeti verilmesi önerilir.
- **Adaptasyon Gücü Boyutundan** düşük puan alan bale sanatçısına. diğer öz yeterlilik boyutlarının ele alınarak incelenmesi, ayrıca bu tür sorunların ana kaynağının bulunup varsa geçmişten gelen bir çocukluk dönemi kaynaklı öz güven yaratıcı travma örüntüsüne yönelik, kişiye özel psikolojik danışma hizmeti verilmesi önerilir.
- **Odaklanma Boyutundan** düşük puan alan böylece odaklanma ya dair öz yeterlilik sorunu yaşadığı tespit edilen sanatçının, bu yöndeki inancının gerçeğe örtüşüp örtüşmediğinin ve nedenlerinin araştırılması gerekir. İnanıldığı gibi gerçekten bir odaklanma problemi var ise, nedenleri bilişsel, bireysel, kaynaklı olabileceği gibi, aile, okul ve /veya özel hayat kaynaklı olabileceğinden sanatçıya, bu yönde öz yeterlilik geliştirici ve nedenlerin etkilerinden koruyucu, uygun kuramlar eşliğinde psikolojik danışmanlık ve gerekli görüldüğünde terapi hizmet sunulması önerilir.
- **Bale Öğrencileri Performans Kaygısı Danışmanlığı Önerileri**
- **Teknik Özgüven Boyutundan** alınan düşük puanda öğrencide teknik bir sıkıntının olmadığını gösterirken, yüksek puanlar, öğrencide teknik eksiklik doğrultusunda bir kaygı söz konusu olduğunu düşündürmelidir. Bu bağlamda diğer boyutlar da göz önüne alınarak teknik gelişme çalışmaları yapılmalıdır. Diğer boyutlarda herhangi bir kaygı sorunu görülmez ise sorun bale hocaları ve koreograflarla çözülebilecektir. Ancak buna rağmen sonuç alınamıyorsa bu noktada bir psikolojik danışmanlık hizmetinin verilmesi gerekli görülmelidir.
- Bu boyutla ilgili olarak bulgular bölümünde görülen yaş grupları değişkenleri arasındaki anlamlı farklılık terapi planlaması açısından göz önünde bulundurulması önerilir.
- **Adaptasyon Gücü boyutundan** yüksek puan alan öğrenciye öncelikle kostüm, aksesuar gibi sıkça sahnede problem yaratabilecek unsurların düzenlenmesi, olasılıkları önceden hesaplayarak riskleri azaltıcı bilgi ve öz düzenleme kapasitesi sağlanması önerilir. Ayrıca bu gibi durumlar karşısında psikolojik hazırlık ve alternatif

hızlı çözümler üretebilme kapasitesinin geliştirilmesi için eğitilmesi yönünde psikolojik danışmanlık hizmeti verilmesi önerilir.

- Bu boyutla ilgili olarak bulgular bölümünde görülen cinsiyet ve yaş ve sınıf değişkenleri arasındaki anlamlı farklılık terapi planlaması açısından göz önünde bulundurulması önerilir
- **Yüzleşme Boyutundan** alınan düşük puanlar sorun olmadığı yönünde yorumlanması gerekirken, yüksek puanlar öğrencinin bu yöndeki algısının düzeltilmesi gerektiği düşünülmelidir. Öğrencinin bulunduğu sınıf da göz önüne alındığında sahne dışında akademik öğretici konumunda olabileceği göz önünde bulundurulmalı aynı korkunun öğrencilerine de öğretilmemesi adına peşinen önlem alınmalı ve benzer geçmiş okul örüntülerine yönelik ilgili kuramlar doğrultusunda psikolojik danışmanlık stratejilerinin geliştirilmesi tavsiye edilir.
- **Dayanıklılık boyutu** maddelerinden yüksek puan alan öğrencinin dayanıklılığını zayıflatan nedenlerin araştırılması tespit edilerek ortadan kaldırılması, gerekli kuramlar eşliğinde problemin derinlemesine incelenmesi, ayrıca dayanma gücünü arttırıcı psikolojik danışmanlık, farkındalık terapileri verilmesi önerilir.
- **Bale Öğrenci Öz Yeterlilik Danışmanlığı Önerileri**
- **Teknik Öz yeterlilik Boyutundan** düşük puan alan öğrencilere, diğer boyut sonuçları da göz önüne alarak psikolojik destek verilmeli ve bu dala ilgili motivasyonunu ve kendine dair öz yeterliliğini geliştirici terapi tekniklerinin kullanılarak sorunun giderilmesine çalışılması gerekir. Sonuç alınmadığı durumlarda bu kez öğrenciye mesleki psikolojik danışmanlık hizmeti önerilir.
- **Bilişsel Özyeterlilik boyutundan** alınacak düşük puanlar öğrencinin bu yöndeki öz yeterlilik inancının düşük olduğunu gösterirken yüksek puanların ise öz yeterlilik algısının yüksek olduğu sonucunu yansıtacaktır. Bu noktada önemli olan bu inancın başarı yani sonuç ile uyumlu olup olmadığı hususudur. Zira öz yeterlilik inancının yüksek olması sadece bir algı olduğu bu algının her zaman başarılı bir performansı değerlendirmede kaçınılmaz bir gerçektir. Önemli olan öz yeterlilik algısı ile sonuç arasında bir uyumsuzluk olduğunda doğru psikolojik danışmanlık stratejileri kullanılarak öğrencinin doğru hedeflere yönlendirilmesi olacaktır. Bu bağlamda odaklanma, öğrenme ve hatırlama sorunları giderilmesi yönünde çalışma yapılması sonuç alınmadığında nöro-psikolojik açıdan incelenmesi için yönlendirilmesi önerilir.

- **Sosyal Özyeterlilik Boyutundan** alınacak yüksek puanlar sorun olmadığını gösterirken, düşük puanlar bireyin bu yönde problemler yaşadığını, bunların nedenlerinin araştırılıp, sosyal iletişimsel danışman yardımının gerekli olduğu düşünülmeli ve ilgili kuramlar eşliğinde rehberlik ve danışmanlık hizmeti verilmesi önerilir.
- Bu boyutla ilgili olarak bulgular bölümünde görülen cinsiyet değişkenleri arasındaki anlamlı farklılık terapi planlaması açısından göz önünde bulundurulması önerilir
- **Kararlılık Boyutundan** alınan düşük puanlar alarak kararlılık problemi yaşayan bir öğrenciye öncelikle diğer boyutların sonuçlarının da incelenmesi, ardından öğrencinin kararlılığını olumsuz etkileyen faktörleri belirlenmesi ve yok etme bağlamında danışmanlık desteğinin verilmesi önerilir.
- **Tiyatro Sanatçı Performans Kaygısı Danışmanlığı Önerileri**
- **Yüzleşme Boyutundan** alınan düşük puanlar sanatçıda sorun olmadığı yönünde yorumlanması gerekirken, yüksek puanlar bireyin bu yöndeki algısının düzeltilmesi gerektiği düşünülmelidir. Sanatçının yaş, hizmet süresi ve cinsiyet farklılığı da göz önünde bulundurularak, bu kaygı sorununun nedenlerinin araştırılması ortadan kaldırılması, ayrıca sahne dışında akademik öğretici konumunda olabileceği göz önünde bulundurularak, aynı korkunun öğrencilerine de öğretilmemesi adına, önlem alınması ve benzer geçmiş okul örüntülerine yönelik ilgili kuramlar doğrultusunda psikolojik danışmanlık stratejilerinin geliştirilmesi önerilir.
- Bu boyutla ilgili olarak bulgular bölümünde görülen cinsiyet değişkenleri arasındaki anlamlı farklılık terapi planlaması açısından göz önünde bulundurulması önerilir
- **Adaptasyon Gücü Boyutundan** yüksek puan alan tiyatro sanatçısının öncelikle, yaş, hizmet süresi ve cinsiyeti göz önüne alarak karar verilmeli boyuttaki en yüksek değerlerin hangi madde olduğuna dikkat edilmeli, varsa yönetim sorunu bu sorunların ortadan kaldırılmasına dair çalışmalar yapılmasının ardından, kostüm, aksesuar, teknik, gibi sıkça sahnede problem yaratabilecek unsurların düzenlenmesi, olasılıkları önceden hesaplayarak riskleri azaltıcı bilgi ve öz düzenleme kapasitesi sağlanması önerilir. Ayrıca bu gibi durumlar karşısında psikolojik hazırlık ve alternatif hızlı çözümler üretebilme kapasitesinin geliştirilmesi için gerekli adaptasyon eğitiminin verilmesi; ayrıca bu tür sorunların ana kaynağının bulunup varsa geçmişten gelen bir çocukluk dönemi travması veya bireysel/çevresel faktörler, belirlenerek psikolojik danışma hizmeti verilmesi önerilir.

- Bu boyutla ilgili olarak bulgular bölümünde görülen cinsiyet değişkenleri arasındaki anlamlı farklılık terapi planlaması açısından göz önünde bulundurulması önerilir
- **Özgüvensel Kaygı Boyutundan** yüksek puan alan bir tiyatro sanatçısının bu yönde ciddi kaygı sorunları yaşadığı, kendine ve yeteneklerine güvenmediği bu yönde korkularının olduğu düşünülmeli, kendine dair, değersizlik, başarısızlık şemaları oluşmuş olduğu ön görülerek, benzer geçmiş okul örüntülerine yönelik ilgili kuramlar doğrultusunda psikolojik danışmanlık verilmek sureti ile çözüm bulunması önerilir.
- **Değerlendirilme Kaygısı boyutundan** yüksek puan alan tiyatro sanatçısının özellikle otorite ile sorun yaşadığı düşünülmeli, bu yönde destek alması önerilir.
- Bu boyutla ilgili olarak bulgular bölümünde görülen cinsiyet değişkenleri arasındaki anlamlı farklılık terapi planlaması açısından göz önünde bulundurulması önerilir.
- **Somatik Belirtiler boyutunda** yüksek puanlar alıp diğer boyutlarda olumsuzluk yaşamayan sanatçıya klasik kaygı terapileri önerilmesi yeterli olacaktır ancak diğer boyutlarla birlikte olan durumlarda kombine ve kişiye özel tasarlanmış psikolojik danışmanlık stratejileri geliştirilmesi tavsiye edilir.
- Bu boyutla ilgili olarak bulgular bölümünde görülen cinsiyet ve yaş grupları ve çalışma süreleri değişkenleri açısından arasındaki anlamlı farklılık terapi planlaması açısından göz önünde bulundurulması önerilir
- **Tiyatro Sanatçı Öz Yeterlilik Danışmanlığı Önerileri**
- **Bilişsel Öz Yeterlilik Boyutunda** sanatçının aldığı yüksek puanlar repliklerini, sahne mizansenlerini öğrenme ve geri bul getir (hatırlama) ve diğer dikkat /bilişsel süreçlerinin, temporal lob ve prefrontal korteksle ilgili alanlarının iyi çalışması doğrultusundaki kendisine dair öz yeterliliğinin yüksek puanlarla ifade ediliyor olması başarısına paralel olmasını gösterecektir.

Aksi durumda düşük puanlar ise bu yöndeki bilişsel bir sıkıntının öncelikle bu yöndeki öz yeterlilik sorununun tespiti ve olası nedenleri üzerine odaklanması, sorun yaratan nedenlerin ortadan kaldırılması ve gerekli psikolojik danışmanlık stratejilerinin uygulanması, ancak sonuç alınmadığı durumlarda ise nöro-psikoloji alanına sevk edilmesi önerilir.

- **Temel Mesleki Öz Yeterlilik Boyutundan** düşük puan alan tiyatro sanatçılarına, geçmiş çalışmaları da göz önüne alınarak nedenlerinin belirlenmesi, tespit edilenlerin giderilmesi, diğer boyut sonuçları da göz önüne alarak psikolojik destek verilmesi ve bu yönde motivasyonunu ve kendine dair öz yeterliliğini geliştirici terapi tekniklerinin

kullanılarak sorunun giderilmesine yönelik çalışılması önerilir. Sonuç alınmadığı durumlarda ise bu kez sanatçı danışana diğer kuramlar ve geçmiş yaşam örüntüleri göz önüne alınarak psikolojik danışmanlık hizmeti verilmesi önerilir.

- Bu boyutla ilgili olarak bulgular bölümünde görülen yaş grupları değişkenleri arasındaki anlamlı farklılık terapi planlaması açısından göz önünde bulundurulması önerilir
- **Motivasyonel İnanç Boyutundan** alınan yüksek puanların yüksek motivasyonel bir inancı gösterirken, düşük puanlar sanatçının ciddi motivasyon düşüklüğüne sahip olduğu düşünülmelidir. Bu noktada öncelikle bireyin iç kaynaklı mı yoksa dış kaynaklı bir modele dayanan motivasyon inancına sahip olduğu anlaşılmalı, ikincil olarak motivasyonu düşüren nedenlerin araştırılması ve ortadan kaldırılması, diğer yandan ilgili telafi metotlar eşliğinde, motivasyonu arttırıcı psikolojik destek sağlanması önerilir.
- Bu boyutla ilgili olarak bulgular bölümünde görülen yaş grupları değişkenleri arasındaki anlamlı farklılık terapi planlaması açısından göz önünde bulundurulması önerilir
- **Tiyatro Öğrencileri Performans Kaygısı Danışmanlığı Önerileri**
- **Yüzleşme Boyutundan** alınan düşük puanlar sorun olmadığı yönünde yorumlanması gerekirken, yüksek puanlar bireyin bu yöndeki algısının düzeltilmesi gerektiği düşünülmelidir. Bireyin sahne dışında akademik öğretici konumunda olabileceği göz önünde bulundurulmalı aynı korkunun öğrencilerine de öğretilmemesi adına önlem alınmalı ve benzer geçmiş okul örüntülerine yönelik ilgili kuramlar doğrultusunda psikolojik danışmanlık stratejilerinin geliştirilmesi tavsiye edilir.
- Bu boyutla ilgili olarak bulgular bölümünde görülen cinsiyet e yaş ve sınıf farklılıkları değişkenleri arasındaki anlamlı farklılık terapi planlaması açısından göz önünde bulundurulması önerilir.
- **Somatik Belirtiler Boyutundan** yüksek puanlar alan ancak diğer boyutlarda sorun tespit edilmeyen bir öğrenciye klasik kaygı terapileri önerilmesi yeterli olacaktır ancak diğer boyutlarla birlikte olan durumlarda kombine psikolojik danışmanlık stratejileri geliştirilmesi tavsiye edilir.
- **Odaklanma Boyutundan** yüksek puan alan böylece odaklanma sorunu yaşadığı tespit edilen öğrencinin odaklanma nedenlerinin araştırılması gerekir. Odaklanma probleminin nedenleri bilişsel, bireysel, kaynaklı olabileceği gibi, aile, okul ve /veya

özel hayat kaynaklı olabileceğinden öğrenciye uygun kuramlar eşliğinde psikolojik danışmanlık ve gerekli görüldüğünde terapi hizmet sunulması önerilir.

- Bu boyutla ilgili olarak bulgular bölümünde cinsiyet ve yaş grupları değişkenleri arasındaki anlamlı farklılık terapi planlaması açısından göz önünde bulundurulması önerilir.
- **Otomatik Düşünce Boyutundan** alınan yüksek puanlar öğrencinin geçmiş dönem kaynaklı negatif şema örüntülerine sahip olduğu düşünülmelidir. Bu durumda öncelikle bireyde başka şemaların olup olmadığının anlaşılması sonradan planlanacak terapinin ilk adımı olması gerekir. Ayrıca genellenmiş bir kaygı durumu olup olmadığını anlamak üzere diğer boyut puanlarına bakılması ve yorumlanması tavsiye edilir.
- **Dayanıklılık Boyutu** maddelerinden yüksek puan alan öğrencinin dayanıklılığını düşürücü etkenlerin araştırılması tespit edilerek yok edilmesi çalışmalarının yanı sıra dayanıklılığın artırılması yönünde psikolojik danışmanlık verilmesi ve gerekli kuramlar eşliğinde problemin, kişiye özel, bireysel ve çevresel faktörler de ele alınarak derinlemesine incelenmesi önerilir..
- **Tiyatro Öğrencileri Öz Yeterlilik Danışmanlığı Önerileri**
- **Donanımsal Özyeterlilik boyutundan** yüksek puan alan tiyatro öğrencilerinin kendisini sürekli yenilemeye açık, bu bağlamda donanımsal olarak kendini geliştiren profillere sahip ve başarı endeksi yüksek yapıya sahip oldukları düşünülmelidir. Aksine düşük puanlar alan bir öğrencinin bu yönde kendini geliştirmesi ve donanımsal olarak geliştirmesi için rehberliğe ve motivasyona ihtiyacı olduğu düşünülmeli diğer boyutlardaki cevapları da göz önüne alınarak kendisini geliştirebilmesi yönünde yöreklendirilmesi önerilir. Öte yandan verilmekte olan eğitimin öğrenciye uygunluğunun da araştırılması önerilir.
- Bu boyutla ilgili olarak bulgular bölümünde görülen yaş ve sınıf grupları değişkenleri arasındaki anlamlı farklılık terapi planlaması açısından göz önünde bulundurulması önerilir
- **Ana Derslere İlişkin Öz yeterlilik boyutundan** düşük puanlar alan tiyatro öğrencilerinin yanı sıra eşlik eden diğer faktörler ele alınarak sorunların ortadan kaldırılması hedeflenmeli, bu yöndeki nedenlerin araştırılması, tespit edilerek dışsal sıkıntıların giderilmesi veya mesleki psikolojik danışmanlık stratejileri doğrultusunda hizmet verilmesi önerilir.

- **Bilişsel Öz Yeterlilik Boyutunda** öğrencinin aldığı yüksek puanlar repliklerini, sahne mizansenlerini öğrenme ve geri bul getir (hatırlama) ve diğer dikkat /bilişsel süreçlerinin, temporal lob ve prefrontal korteksle ilgili alanlarının iyi çalışması doğrultusundaki öğrencinin kendisine dair öz yeterliliğinin yüksek puanlarla ifade ediliyor olması başarısına paralel olmasını gösterecektir.

Aksi durumda düşük puanlar ise bu yöndeki bilişsel bir sıkıntının öncelikle bu yöndeki öz yeterlilik sorununun tespiti ve olası nedenleri üzerine yoğunlaşmak, gerekli psikolojik danışmanlık stratejilerinin uygulanması, ancak sonuç alınamadığı durumlarda ise inceleme amacı ile nöro- psikoloji alanına yönlendirilmesi önerilir.

- **Motivasyonel İnanç Boyutundan** alınan yüksek puanların yüksek motivasyonel bir inancı gösterirken, düşük puanlar öğrencinin ciddi motivasyon düşüklüğüne sahip olduğu düşünülmelidir. Bu noktada motivasyonu düşüren bireysel, çevresel ve özel hayat kaynaklı olabilecek nedenlerin tespiti ve ortadan kaldırılması, diğer yandan ilgili telafi metotlar eşliğinde, motivasyonu artırıcı psikolojik danışmanlık desteği sağlanması önerilir.
- **Yan Derslerle İlgili Öz yeterlilik Boyutundan** elde edilecek yüksek puanlar ilgili ders başarısı ile kıyaslanmalıdır. Düşük puan görülen öğrencilerde diğer faktörler de göz önünde bulundurularak, nedenlerin araştırılıp çözümlenmesi ayrıca ilgili kuramlar doğrultusunda, öz yeterlilik geliştirici ve kişiye özel terapi stratejiler düşünülerek psikolojik danışmanlık/terapi uygulanması önerilir.

KAYNAKLAR

Ada, E. N. (2011). Beden eğitimi derslerinde güdusel iklim ve güdülenmenin optimal performans duygu durumu üzerindeki etkisinin incelenmesi. Doktora Tezi. T.C. Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. İzmir.

Akarçeşme, C., Koruç, Z. ve Yılmaz, V. (2004). Voleybol genç bayan milli takımının yarışma öncesi ve sonrası kaygı düzeylerinin karşılaştırılması. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi (Gazi BESBD)*, IX, 3, 3 – 12.

Akın, E. (2013). Bankacılık sisteminde insan kaynakları yönetimi ve performans değerlendirme. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Atılım Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Atılım Üniversitesi, Ankara.

Akcarpat, İ. (2014). Farklı yaş gruplarında basketbolda imgelemenin serbest atış performansı, özgüven ve kaygı üzerine etkisi. *Yüksek Lisans Tezi*. T.C. Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Ankara.

Alisinanoğlu, F. ve Ulutaş, İ. (2003). Çocukların kaygı düzeyleri ile annelerin kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Eğitim ve Bilim Dergisi*, 28(128), 65-71.

Alptekin, A. G. (2012). Müzik performans anksiyetesi. *Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 14(1), 137-148.

Altar, C. M. (2000). *Opera tarihi* (Cilt 1). İstanbul: Pan Yayıncılık.

Altıntaş, A. (2015). Sporcuların zihinsel dayanıklılıklarının belirlenmesinde optimal performans duygu durumu, güdülenme düzeyi ve hedef yöneliminin rolü. *Doktora Tezi*. T.C. Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Ankara.

Altıntaş, A. ve Akalan, C. (2008). Zihinsel antrenman ve yüksek performans. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, VI (1), 39-43.

Altunkol, F. (2011). Üniversite öğrencilerinin bilişsel esneklikleri ile algılanan stres düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. T.C. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı. Adana,

Amerikan Psikiyatri Birliği (DSM-5) (2013). *Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal Elkitabı*. (E. Köroğlu, Çev.) Ankara: Hekimler Yayın Birliği.

And, M. (2014). *Başlangıcından 1983'e Türk tiyatro tarihi*. İstanbul: İletişim Yayınları.

Andrews, N. (2009). An investigation into the choral singer's experience of music performance anxiety. *Journal of Research in Music Education*, Volume 57, Number 2, July, 108-126.

Aral, N. ve Başar, F. (1998). Çocukların kaygı düzeylerinin yaş, cinsiyet, sosyo ekonomik düzey ve ailenin parçalanma durumuna göre incelenmesi, *Eğitim ve Bilim Dergisi*, 22(110), 7-11

Arıcı, E. (2001). *Ahmet Adnan Saygun, Doğu-batı arası müzik köprüsü*. İstanbul: Yapı Kredi Yayınları.

Aslan, A. Esra. (2002). *Örgütte kişisel gelişim*. Ankara: Nobel Yayıncılık.

Aşçı, F. H. ve Gökmen, H. (1995). Bayan hentbolcülerde yarışma kaygısı, başarı, spor deneyimi ve atletik yeterlilik ilişkisi. *Spor Bilimleri Dergisi (SBD)*, (6) 2, 38 – 47.

Atkinson, R. L., Atkinson, R. C., Smith, E. E., Bem, D. J. ve Hoeksema, S. N. (2006). *Psikolojiye giriş*. Ankara: Arkadaş Yayınevi.

Aydın Konya, H. (2008). Ergenlerin kişilik özelliklerinin stresle başa çıkma ve bazı özlük niteliklerine göre karşılaştırmalı olarak incelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bilim Dalı. Konya.

Aydın, B. (1990). Üniversite öğrencilerinin kaygı düzeyleri ile ders çalışma tutum ve alışkanlıklarının incelenmesi, *Psikoloji Dergisi*, 7(25), 33-40.

Aydın, H. (2000). Öğrenme ve öğretme kuramlarının eğitim iletişime katkısı, *Kurgu Dergisi*, 17, 183-197.

Aydoğan, D. ve Özbay, Y. (2012). Akademik erteleme davranışının benlik saygısı, durumluluk kaygı, öz-yeterlilik açısından açıklanabilirliğinin incelenmesi. *Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi*, Cilt: 2, Sayı: 3, 2-9.

Aydoğdu, B. (2013). Üniversite öğrencilerinin sosyal kaygı, kaygı duyarlılığı ve madde kullanımı. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Karadeniz Teknik Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Trabzon.

Aypay, A. (2010). The adaptation study of general self-efficacy (GSE) scale to Turkish. *Inonu University Journal of the Faculty of Education*, August, Volume 11, Issue. 2, pp. 113-131.

Ayseven, A. (2016). Öz yeterlilik: Bir kavram analizi, *International Periodical for Languages, Literature and History of Turkish or Turkic*, 11, 63-80.

Aytemur, S. (1988). *Tiyatro işletmeciliği ve yönetimi*. Ankara: Kültür ve Turizm Bakanlığı Yayınları.

Azimkhani, A. (2014). Genç ve yetişkin kayakçılarda zihinsel beceri, duygusal zeka ve yarışma kaygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Doktora Tezi*. T.C. Atatürk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Erzurum.

Bacanlı, F. ve Sürücü, M. (2006). İlköğretim 8. sınıf öğrencilerinin sınav kaygıları ve karar verme stilleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi, Kış, Sayı 45*, ss: 7-35.

Bahadır, N. ve Özbek, Ö. (2016). Ergenlerin müzikal performans kaygıları ile ailelerinin beklentileri arasındaki ilişki. *Sanat Eğitimi Dergisi (sed), Cilt 4, Sayı 2*, DOI: 10.7816/sed-04-02-08, s.223-244.

Bahar Gürey, B. ve Adıgüzel, Ö. (2013). Yaratıcı drama ile dans devinim becerisi ve beden farkındalığının geliştirilmesi. *Yaratıcı Drama Dergisi, Cilt 8, Sayı 15*, 1-27.

Bakıoğlu, Ç. (2012). Müzik öğretmenliği programı öğrencileri ile devlet konservatuvarı müzik bölümü öğrencilerinin piyano çalgısına yönelik tutumlarının karşılaştırılması. *Yüksek Lisans Tezi*. Karadeniz Teknik Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Güzel Sanatlar Eğitimi Anabilim Dalı Müzik Öğretmenliği Programı. Trabzon.

Bal, E. Y. (2015). Spor yapmanın ergenlerin benlik saygısı ve öz yeterliliklerine etkisi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Mersin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Mersin Üniversitesi, Mersin.

Bal, U. (2010). Anksiyete bozukluklarında cinsiyete göre semptom farklılıkları. *Uzmanlık Tezi*, Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı, Çukurova Üniversitesi, Adana.

Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change, *Psychological Review*, 84(2), 191-215.

Bandura, A. (2001). Social cognitive theory: An agentic perspective, *Annual Review of Psychology*, 52, 1-26.

Bandura, A. (2009). *Self-efficacy*. In D. Carr (Ed.). *Encyclopedia of the life course and human development*. Boston: Gale Cengage.

Basmacı, G., Tektaş, M., Tektaş, N. ve Özceviz, N. (2017). Kaygı düzeylerini etkileyen faktörler: Ön lisans öğrencileri ve mezunları üzerine bir araştırma. *İstanbul Sosyal Bilimler Dergisi*, 18, 69-85.

- Başaran, M. H., Taşgın, Ö., Sanioğlu, A. ve Taşkın, A. K. (2009). Sporcularda durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 21, 534-542.
- Baykul, Y. ve Güzeller, C.O. (2016). *Sosyal bilimler için istatistik*. Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.
- Bayrakçı, M. (2007). Sosyal öğrenme kuramı ve eğitimde uygulanması. *Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 14, 198-210.
- Bıkmaz, F. (2002). Fen öğretiminde öz yeterlilik inancı ölçeği. *Eğitim Bilimleri ve Uygulama*, 1(2), 197-210.
- Bingöl, H. Çoban, B., Bingöl, Ş. ve Gündoğdu, C. (2012). Üniversitelerde öğrenim gören taekwondo milli takım sporcularının maç öncesi kaygı düzeylerinin belirlenmesi. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 14 (1), 121-125.
- Birkan, İ. (2014). Müzikle tedavi, tarihi gelişimi ve uygulamaları. *Ankara Akupunktur ve Tamamlayıcı Tıp Dergisi* 14 (1), 37-49
- Bolat Aydoğan, K. E. (2008). Sanatta Disiplinlerarası Bir Yaklaşım: Performans Sanatı. *Süleyman Demirel Üniversitesi, Güzel Sanatlar Fakültesi Hakemli Dergisi, ART-E*, 2008-01, 1-17.
- Bozkurt, N. (2004). *Sanat ve estetik kuramları*. Bursa: Asa Kitabevi.
- Brockett, O. C. (2013). *Tiyatro tarihi* (İnönü Bayramoğlu Ed.). Ankara: Dost Kitabevi.
- Budak, S. (2000). *Psikoloji Sözlüğü*. Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları.
- Burger, J.M. (2006). *Kişilik*. (Erguvan Sarıoğlu Çev.) İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Canbay, A. ve Nacakcı, Z. (2015). *Müzik eğitimi anabilim dalı öğrencilerinin stüdyo kayıt performansına yönelik kaygı ve görüşleri*. International Journal of Science Culture and Sport (IntJSCS), July, Special Issue 3, ISSN: 2148-1148, Doi: 10.14486/IJSCS287, Erişim tarihi: 15 Nisan 2017, www.iscsjournal.com
- Carlson, Neil R. (2014). *Fizyolojik psikoloji davranışın nörolojik temelleri*. (Muzaffer Şahin. Çev.). Arel Üniversitesi. İstanbul: Nobel Yayınları.
- Cerit, E., Gümüldağ, H., Evli, F., Şahin, S., ve Bastık, C. (2013). Elit kadın basketbol oyuncularının yarışma öncesi kaygı düzeyleri ile performansları arasındaki ilişki. *E-Journal of New World Sciences Academy NWSA-Sports Sciences*, 2B0092, 8, (1), 16-34.
- Cevizci, A. (2012). *Felsefe*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Basımevi.

Civan, A., Arı, R., Görücü, A., Özdemir, M., (2010), Bireysel ve takım sporcularının müsabaka öncesi ve sonrası durumluluk ve sürekli kaygı düzeylerinin karşılaştırılması. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi, Cilt:7, Sayı:1*, 193-206.

Civan, A., Özdemir, İ., Taş, İ. ve Çelik, A. (2012). Bedensel engelli ve engelli olmayan tenis sporcularının durumluluk ve sürekli kaygı düzeylerinin karşılaştırılması. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi, 14 (1)*, 83-87.

Coçkun, K., Şahan, A. ve Erman, K. A. (2011). Üniversiteöğrencilerinin durumluluk kaygı düzeyinin tenis sınav performansı üzerine etkisinin incelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi, Cilt: 8, Sayı:1*, 1121-1130.

Corey, G. (2008). *Psikolojik danışma psikoterapi kuram ve uygulamaları*. Tuncay Ergene, Çev.). Ankara: Mentis Yayıncılık.

Cüceloğlu, D. (1997). *İnsan ve Davranışı*. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Cüceloğlu, D. (1997). *Yeniden insan insana*. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Cüceloğlu, D. (2014). *İnsan ve davranış*. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Çakmak, C., Yıldız, N. ve Uslu, S. (2012). *İlk Çağ Felsefesi*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Basımevi.

Çakmak, C., Yıldız, N. ve Uslu, S. (2012). *İlkçağ felsefesi*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Basımevi.

Çakmak, Ö. ve Hevedanlı, M. (2005). Eğitim ve fen edebiyat fakülteleri biyoloji bölümü öğrencilerinin kaygı düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi, 14(4)*, 115-127.

Çetinkalp, C.O. (2011). Optimal performans duygu durumu ve fiziksel benlik algısı: dansçılar üzerine bir çalışma. *Yüksek Lisans Tezi*. T.C. Ege Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü Devlet Türk Musikisi Konservatuvarı Anabilim Dalları Türk Halk Oyunları Anabilim Dalı. İzmir.

Çevik, H. H. (2000). Polis teşkilatında performans yönetimi. *Polis Bilimleri Dergisi, 3(7-8)*, 233-243.

Çırakoğlu, C. Ç. (2013). Sahnedeki düşman: müzisyenlerde performans kaygısı üzerine bir gözden geçirme. *Türk Psikoloji Yazıları, 16(32)*, s. 95-104.

Çırakoğlu, O. C. (2013). Sahnedeki düşman: Müzisyenlerde performans kaygısı üzerine bir gözden geçirme, *Türk Psikoloji Yazıları Dergisi, 16(32)*, 95-104.

- Çimen, G. (2001). Konser kaygısı. *Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi, Cilt 21, Sayı 2*, 125-133, Ankara.
- Çubukçu, Z. ve Girmen, P. (2007). Öğretmenadaylarının öz yeterlik algılarının belirlenmesi. *Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 8(1)*, 57-74.
- Dalkıran, E. Baltacı, Ş.H., Karataş, Z. ve Nacakçı, Z. (2014). Developing of individual instrument performance anxiety scale: validity-reliability study. *International Journal of Assessment Tools in Education (IJATE), 1(1)*, 13-25.
- Demirdöken, Ç. (2017). Gençlik ve spor bakanlığında örgüt ikliminin işgören performansına etkisi: Alan araştırması. *Doktora Tezi*, Hitit Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Hitit Üniversitesi, Çorum.
- Dilbaz, N. (2000). Sosyal anksiyete bozukluğu: Tanı, epidemiyoloji, etiyoloji, klinik ve ayırıcı tanı. *Klinik Psikiyatri, 2*, 3-21.
- Dilmaç, O. (2010). Görsel sanatlar öğretmeni adaylarının kaygı düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Güzel Sanatlar Enstitüsü Dergisi, 24*, 49-65.
- Doğan, T. (2013). Beş faktör kişilik özellikleri ve öznel iyi oluş. *Doğuş Üniversitesi Dergisi, 14 (1)*, 56-64.
- Doğan, U. ve İskender, M. (2015). Güzel sanatlar lisesi öğrencilerindeki müzik performans kaygısını azaltmaya yönelik psiko-eğitim programının işlevselliği. *Kastamonu Eğitim Dergisi, Ocak, Cilt:23, no:1*, 311-328.
- Doğan, U. ve İskender, M. (2015). Güzel sanatlar lisesi öğrencilerindeki müzik performans kaygısını azaltmaya yönelik psiko-eğitim programının işlevselliği. *Kastamonu Eğitim Dergisi, Ocak, Cilt:23, No:1*, 311-328.
- Dökmen, Ü. (2008). *Sanatta ve Günlük Yşamda iletişim çatışmaları ve empati*. İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Durmuş, B., Yurtkoru, E. S. ve Çinko, M. (2016). *Sosyal bilimlerde SPSS'le veri analizi (6. Baskı)*. İstanbul: Beta Yayıncılık.
- Ekinci, H. (2013). Müzik öğretmeni adaylarının solo sahne performansına ilişkin özgüven algılarının bazı değişkenler bakımından incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Dergisi, 2*, 52-64.

Erbaş, M. K. ve Küçük, V. (2012). Üst düzey basketbolcularda durumluk kaygı düzeylerinin farklı değişkenlere göre karşılaştırılması. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Bilim Dergisi*, 14 (2), 257-261.

Erinç, S. M. (2004). *Sanat psikolojisine giriş*. Ankara: Ütopya Yayınları.

Erinç, S. M. (2004). *Sanatın boyutları*. Ankara: Ütopya Yayınevi.

Ersoy, A. (2002). *Sanat kavramlarına giriş*. İstanbul: Yorum-Sanat Yayıncılık.

Ersöz, G. (2011). Egzersize katılım güdüsü, sürekli optimal performans duygu durumu ve sosyal fizik kaygı düzeyinin egzersiz davranış basamağına ve fiziksel aktivite düzeyine göre irdelenmesi, *Doktora Tezi*, T.C. Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.

Ertuğrul, İ. (2006). Akademik performans değerlendirmede bulanık mantık yaklaşımı. *İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 20(1), 159-171.

Farago, F. (2006). *Sanat* (Özcan Doğan, Çev.). Ankara: Doğu Batı Yayınları.

Fenmen, B. (1986). *Bale tarihi*. Ankara: Sevda-Cenap And Müzik Vakfı Yayınları.

Fischer, E. (2005). *Sanatın gerekliliği* (Cevat Çapan, Çev.). İstanbul: Payel Yayınevi.

Freud, S. (2007). *Sanat ve sanatçılar üzerine* (Kamuran Sıpal, Çev.) İstanbul: YKY.

Geçtan, E. (2006). *Psikodinamik psikiyatri ve normal dışı davranışlar*. İstanbul: MetisYayınları.

Goldstein. E. Bruce. (2013). Bilişsel psikoloji. (Okan Gündüz, Çev.). İstanbul: Kaknüs Yayınları.

Gökberk, M. (1974). *Felsefe tarihi*. Ankara: BilgiYayınevi.

Gümüş, A. E. (2000). Üniversite öğrencilerinin sosyal kaygı düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 33(1), 99-108.

Gürey, B. ve Adıgüzel, Ö. (2013). Yaratıcı drama ile dans devinim becerisi ve beden farkındalığının geliştirilmesi. *Yaratıcı Drama Dergisi, Cilt 8, Sayı 15*, s. 1-27.

Gürkök, T. (2005). *Sanat ve yaratıcı sanat, Özkan Eroğlu ile görüşme*. İstanbul: NelliSanatevi.

Gürten, E. (2009). Sahnesanatlarındayönetimveetkiliiletişim. *YüksekLisansTezi*. T.C. İstanbul KültürÜniversitesiSosyalBilimlerEnstitüsü. İstanbul.

Hacıcaferoğlu, S., Hacıcaferoğlu, B. ve Seçer, M. (2015). Halk Oyunları Branşına Katılan Sporcuların Yarışma Öncesi Kaygı Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *International Journal of Science Culture and Sport (IntJSCS)*, August, Special, Issue 4, ISSN: 2148-1148, Doi: 10.14486/IJSCS390288-297.

Hamarta, E. (2009). Examining the social anxiety of adolescents with regards to interpersonal problem solving and perfectionism. *Elementary Education Online*, 8(3), 729-740, <http://ilkogretim-online.org.tr>

Heidegger, M. (2007). *Sanat eserinin kökeni* (Fatih Tepebasılı, Çev.). Ankara: De Ki Basım Yayım.

Işık, A. (2001). Öz-yeterlilik inancı yönetici rolleri açısından bir inceleme. *Doktora Tezi*. T.C. Marmara Üniversitesi İşletme Anabilim Dalı Organizational Behavior Bilim Dalı, İstanbul.

İlhan, A. (2017). Egzersiz katılımcılarının psikolojik dayanıklılık, optimal performans duygu durumu ve güdülenme ilişkisi. *Doktora Tezi*. T.C. Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. İzmir.

Jelen, B. (2017). Müzik öğretmeni adaylarının müzik performans kaygısı ve piyano performans öz yeterlilik düzeylerinin incelenmesi. *İdil Dergisi*, 6(9), 3389-3402.

Kabakçı, C. (2016). Sahne performansı kaygısında farkındalık ve mücadele. *Sahne ve Müzik Araştırma Araştırma e-Dergisi*, 3, 86-96.

Kabakçı, C. (2016). *Sahne performansı kaygısında farkındalık ve mücadele*. Sahne ve Müzik Eğitim-Araştırma e-Dergisi, 3.Sayı, Temmuz, Erişim tarihi: 18 Nisan 2017, sahnevemuzik@hacettepe.edu.tr

Kafadar, A. (2009). Piyanistler örneğinde müzisyenlere göre performans anksiyetesi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Dokuz Eylül Üniversitesi Güzel Sanatlar Enstitüsü, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.

Karabulut, E. O., Atasoy, M., Kaya, K. ve Karabulut, A. (2013). 13-15 Yaş arası erkek futbolcuların durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin farklı değişkenler bakımından incelenmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi (KEFAD)*, Cilt 14, Sayı 1, Sayfa 243-253

Karakaş, T. (2017). Sporcularda algılanan optimal performans duygu durumu ve sürekli sportif kendine güven duygusu ile sportif kimlik algısı arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. T.C. Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Muğla.

Kasatura, İ. (1998). *Kişilik ve özgüven*. İstanbul: Evrim Yayıncılık.

- Kasatura, İ. (1998). *Okul başarısından hayat başarısına*. İstanbul: Altın Kitaplar.
- Kavcar, C. (1983). *Güzel sanatlar eğitimi, cumhuriyet döneminde eğitim*. İstanbul: Milli Eğitim Basımevi. ss. 505-533.
- Kaya, M. ve Varol, K. (2004). İlahiyat Fakültesi öğrencilerinin durumluk-sürekli kaygı düzeyleri ve kaygı nedenleri (Samsun örneği). *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 17, 31-63.
- Kelecek, S. (2013). Sporcuların tutkunluk düzeylerinin; optimal performans duygu durumu, güdül y önelim ve hedef y önelimini belirlemedeki rolü. Yüksek Lisans Tezi. T.C. Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Egzersiz Ve Sportif Performans Anabilim Dalı. Ankara.
- Kenny, D. T. (2006). Music performance anxiety: Origins, phenomenology, assessment and treatment. *Context: A Journal of Music Research*. 31, 51-64
- Kenny, D. T. ve Osborne, M. S. (2006). Music performance anxiety: New insights from young musicians. *Advances in Cognitive Psychology, Cilt 2, Sayı 2-3*, 103-112.
- Kenny, D. T. ve Osborne, M. S. (2006). Music performance anxiety: New insights from young musicians Article in *Advances in Cognitive Psychology. Source: DOAJ, January, Volume 2, No: 2-3*, DOI: 10.2478/v10053-008-0049-5, 103-112.
- Kenny, T. A., Davis, P. ve Oates, J. (2004). Music performance anxiety and occupational stress among opera chorus artist anxiety and their relationship with state and trait anxiety and perfectionism. *Journal of Anxiety Disorders*, 18, 6, 757-777.
- Koç, V. (2016). Üniversite öğrencilerinde sosyal kaygı belirtilerini azaltmaya yönelik birleştirilmiş bilişsel yanlılık değişimleme çalışması: Deneysel bir araştırma. *Doktora Tezi*, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Korkmaz, M. (1996). Yetişkin örneklem için bir benlik saygısı ölçeğinin güvenilirlik ve geçerlilik çalışması. *Yüksek Lisans Tezi*. T.C. Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı. İzmir.
- Korkulu, N., Çoban, A. E., Barut, Y., Taylı, A., Güven, S., Yaycı, L., Arıkan, M. ve Köksalan, B. (2015). *Psikolojik danışmanlık ve rehberlik*. Güven, M. (Ed.). Ankara: Anı Yayıncılık.
- Köknel, Ö. (2005). *İnsanı anlamak*. İstanbul: Altın Kitaplar.
- Kurtoğlu, S. (2017). İlkokul ve ortaokul öğretmenlerinin denetim kaygı düzeyleri. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun.

Kurtuldu, M. K. (2009). Piyanoeğitimidensınavkaygısıvesınavkaygısıölçeğiningeliştirilmesi. *Bildiriler – 8. UlusalMüzikEğitimiSempozyumu*, 23–25 Eylül, OMÜ.

Kuspit, D. (2006). *Sanatın sonu* (Yasemin Tezgiden, Çev.). İstanbul: Metis Yayınları.

Kuzgun, Y. (2011). *Mesleki rehberlik ve kariyer danışmanlığına giriş*. Ankara: Nobel Yayıncılık.

Le Gall, A. (2012). *Anksiyete ve kaygı*. Ankara: Dost Kitabevi Yayınları.

Leana-Taşcılar, M. Z., Özyaprak, M., Gücyeter, Ş., Kanlı, E. ve Camcı-Erdoğan, S. (2014). Üstün zekâlı ve yetenekli çocuklarda mükemmeliyetçiliğin değerlendirilmesi. *Hasan Ali Yücel Eğitim Fakültesi Dergisi, Cilt: 11-1, Sayı: 21, 1, S.31-45*.

Macila, E. (2013). Basketbol oyuncularının durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin belirlenmesi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Yakındoğu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yakındoğu Üniversitesi, Lefkoşa.

Manav, F. (2011). Kaygı kavramı, *Toplum Bilimleri Dergisi*,5(9), 201-211.

Mcginis, A. M. ve Milling, L. S. (2005). Psychological treatment of musical performance anxiety: current status and future directions. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training Copyright 2005 by the Educational Publishing Foundation, Vol. 42, No. 3, 357–373, 0033-3204/05/\$12.00 DOI: 10.1037/0033-3204.42.3.357*.

Metin, H. (2017). Ortaokul 8. Sınıf öğrencilerinin sınav kaygısı düzeyleri ve stresle başa çıkma tarzlarının karşılaştırılması. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Okan Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Okan Üniversitesi, İstanbul.

Mırak, Ö. E. (2006). Anksiyete bozukluğu ve/veya depresif bozukluk tanısı alan hastalarda çok boyutlu mükemmeliyetçilik ölçeği uyarlama çalışması. *Yüksek Lisans Tezi*. T.C. Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimler Enstitüsü. Ankara.

Mimaroglu, İ. (1999). Müzik tarihi. İstanbul: Varlık Yayınları.

Multon, K., Brown, S. ve Lnet, R. (1991). Relation of self-efficacybeliefstoacademicoutcomes: A meta analyticinvestigation, *Journal of Counseling Psychology*,38(1), 30-38.

Mülayim, S. (1994). *Sanata giriş*. İstanbul: Bilim Teknik Yayınları.

Nacakcı, Z. ve Dalkıran, E. (2011). Müzik eğitimi anabilim dalı öğrencilerinin bireysel çalgı sınavına yönelik kaygıları. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilgiler Enstitüsü Dergisi*, yıl: 3, Sayı: 5, sy. 46-56.

Nagel J. J. (2010). Treatment of music performance anxiety via psychological approaches: A review of selected CBT and psychodynamic literature *Medical Problems of Performing Artists*, 25(4), s.141-148.

Nagel, J. J., Himle, D. P. ve Papsdorf, J. D. (1989). Cognitive-behavioural treatment of musical performance anxiety. *Psychology of Music and Music Education*, 17, 12-21.

Neşe Grançer Okay, N. (2010). Piyano performansının değerlendirilmesi. *Doktora Tezi*, T.C. Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Güzel Sanatlar Eğitimi Anabilim Dalı Müzik Öğretmenliği Bilim Dalı. İstanbul.

Neyzi, Ali H. (2004). *Tiyatrodan gösteri sanatlarına*. İstanbul: Mitos-Boyut Yayınları.

Nutku, Ö. (2001). *Dram sanatı*. İstanbul: Kabalcı Yayınevi.

Nutku, Ö. (2002). *Sahne bilgisi*. İstanbul: Kabalcı Yayınevi.

Ök, M. (1990). 13-15 yaş grubu ortaöğretim öğrencilerinde kaygı düzeyi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.

Özçelik, Z. (2017). Çalışanların mesai içi ve dışı boş zaman davranışlarının iş performansı ve ruhsal sağlıkları üzerine etkisi. *Doktora Tezi*, Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erciyes Üniversitesi, Kayseri.

Özerkan, K. N. (2003). Üniversiteli basketbolcularda yarışma öncesi kaygı düzeyi ile performans arasındaki ilişki. *İstanbul Üniversitesi Spor Bilim Dergisi*, 11;3 (ÖS), 4-6.

Özmenteş, S. (2013.). Çalgı eğitiminde öğrenci motivasyonu ve performans. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, Mayıs, Cilt:2, Sayı:2, Makale No:35, ISSN: 2146-9199.

Özmutaf, N. M. (2007). Örgütlerde bireysel performans unsurları ve çatışma. *Cumhuriyet Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 8(2), 41-49.

Öztürk, A. (2014). Sosyal kaygıyı açıklayan yaklaşımlar. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 13(48), 15-26.

Pajares, F. (1996). Self-efficacy beliefs in academic settings. *Review of Educational Research*, 66(4), 543-578.

Peker, N. (2012). Özdenetimin sporcuların performans ve kaygı düzeylerindeki rolü. *İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, Yıl: 11, Sayı: 21, Bahar, 1*, s.39-48.

Piji Küçük, D. (2010). Müzik öğretmeni adaylarının sınav kaygısı, benlik saygısı ve çalgı başarıları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, Cilt 11, sayı 3, Aralık, sayfa 37-50*.

Piji Küçük, D. (2010). Müzik öğretmeni adaylarının sınav kaygısı, benlik saygısı ve çalgı başarıları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, Cilt 11, Sayı 3, Aralık, Sayfa 37-50*.

Pirlibeylioğlu, B. (2015). Müzik eğitimi 3. ve 4. sınıf öğrencilerinin piyano performansı öz yeterlilik algıları ile piyano öğretim elemanlarının öğrencilerin piyano performansları hakkındaki görüşleri (Ege Bölgesi Örneği). *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Pamukkale Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Pamukkale Üniversitesi, Denizli.

Pirlibeylioğlu, B. (2015). Müzik eğitimi anabilim dalı 3. ve 4. sınıf öğrencilerinin piyano performansı öz yeterlilik algıları ile piyano öğretim elemanlarının öğrencilerin piyano performansı hakkındaki görüşleri (ege bölgesi örneği). *Yüksek Lisans Tezi*. T.C. Pamukkale üniversitesi eğitim bilimleri enstitüsü güzel sanatlar eğitimi anabilim dalı müzik eğitimi bilim dalı. Denizli.

Roth, W.T. ve Yalom, I.D. (2014). *Anksiyete terapisi*. (Bengü Büyükdere, Çev.) İstanbul: Prestij.

Rumley, J. (1984). An examination of the role of state arts managers in a total system perspective. *A Dissertation submitted in PhD Psychology*, University Microfilms International.

Santroc, J.W. (2012). *Yaşam boyu gelişim*. (Galip Yüksel, Çev.). Ankara: Nobel Yayınları.

Savaş, H. (2012). *Güzel sanatlar*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları.

Say, A. (1997). *Müzik tarihi*. Ankara: Müzik Ansiklopedisi Yayınları.

SaylamKırcıoğlu, Ç. (2009). Sınıf öğretmenlerinin müzik dersi öğretimine ilişkin bilgi düzeyleri, öz yeterlilik algıları ile tutumlarının belirlenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. T.C. Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İlköğretim Anabilim Dalı Sınıf Öğretmenliği Bilim Dalı. Çanakkale.

Sertelin Mercan, Ç. (2007). Bilişsel davranışçı yaklaşımla bütünleştirilmiş sosyal beceri eğitiminin ergenlerin sosyal kaygı düzeyine etkisi. *Doktora Tezi*, İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitimde Psikolojik Hizmetler Bilim Dalı, İstanbul.

Snyder, S. R. ve Lopez, S. J. (2002). *Handbook of positive psychology*. New York: Oxford University Press.

- Spielberger, C. (1972). *Theory and research in anxiety*. New York: Academic Press.
- Stadjkovic, A. D., Luthans, F. (1998). Social cognitive theory and self-efficacy: Going beyond traditional motivational and behavioral approaches. *Organizational Dynamics*, 26(4), 62-75.
- Steinberg, L. (2013). Ergenlik. (Figen Çok, Kollektif Çev.). Ankara-İstanbul: İmge Kitapevi.
- Storr, A. (1992). *Yaratma dürtüsü* (İpek Babacan, Çev.). İstanbul: Yayınevi Yayıncılık.
- Şahin, M. ve Duman, R. (2008/Bahar-Güz). Cumhuriyetin yapılanma sürecinde müzik eğitimi. *ÇTTAD*, VII, 16-17, ss. 259-272.
- Şahin, T. (2015). Sadece otistik çocuğu olan annelerin kaygı ve depresyon düzeyi ile sağlıklı kardeş/kardeşlere sahip ve otistik çocuğu olan annelerin kaygı ve depresyon oranlarının karşılaştırılması. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beykent Üniversitesi, İstanbul.
- Şahin, T. (2015). Sadece otistik çocuğu olan annelerin kaygı ve depresyon düzeyi ile sağlıklı kardeş/kardeşlere sahip ve otistik çocuğu olan annelerin kaygı ve depresyon oranlarının karşılaştırılması. *Yüksek Lisans Tezi*. T.C. Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Bilim Dalı. İstanbul.
- Şener, S. (2003). *Dram sanatı*. İstanbul: Mitos- Boyut Yayınları.
- Şener, S. (2006). *Dünden bugüne tiyatro düşüncesi*. Ankara: Dost Kitabevi.
- Şirin, E. F. ve Bayraktar, G. (2006). Bayan güreşçilerin umutsuzluk ve kaygı düzeylerinin müsabaka başarılarına olan etkisinin araştırılması. *Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi (mabesbd)*, 34-42.
- Şişman, A. (2006). *Sanata ve sanat kavramlarına giriş*. İstanbul: Yaz Yayınları.
- Tamborrino, R. A. (2001). An examination of performance anxiety associated with solo performance of college-level music majors. *Yayımlanmamış Doktora Tezi*. ABD: Indiana University.
- Tankız, K. D. (2016). Flüt öğretiminde birlikte çalma öğrenme biçiminin performans kaygısı ve motivasyon düzeyine etkisi. *Yayımlanmamış Doktora Tezi*. İnönü Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Güzel Sanatlar Eğitimi Anabilim Dalı Müzik Öğretmenliği Bilim Dalı.
- Taşdelen, D. ve Yazıcı A. (2016). *Estetik ve sanat felsefesi*. Eskişehir Anadolu Üniversitesi Yayınları.

Taşdemir, Ö. M. (2003). Üstün yetenekli çocuklarda mükemmeliyetçilik, sınav kaygısı, benlik kaygısı, kontrol odağı, öz yeterlik ve problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. T.C. Karadeniz Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı. Trabzon.

Tazegül, Ü. (2016). Elit güreşçilerin tartı öncesi ve sonrası durumluk kaygı düzeylerinin karşılaştırılması. *The Journal of Academic Social Science Studies, International Journal of Social Science*, Doinumber:<http://dx.doi.org/10.9761/JASSS3302>, Number: 46, Spring IV, p. 373-377.

TC. Kültür Bakanlığı Devlet Opera ve Balesi Genel Müdürlüğü Konuşmalar, Bildiriler, Tartışmalar, 1.Opera ve Bale Kongresi Tutanakları. (Mayıs 1989). Ankara: Tisamat Yayınevi.

TDK. (2018). Türk Dil Kurumu Güncel Türkçe Sözlük. Erişim tarihi: 28.04.2018, www.tdk.gov.tr

Temiz, M. (2009). Halk eğitimi merkezlerinde görevli mesleki-teknik ve sosyal - kültürel kursları öğretmenlerinin öz yeterlilik düzeylerinin incelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. T.C Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı Halk Eğitimi Bilim Dalı, İstanbul.

Teztel, G. ve Aşkın, C. (2007). Sahne heyecanının Türk müzisyenler arasındaki yaygınlığı ve çözüm yöntemleri. *İTÜ Dergisi, b Cilt 4(2)*.

Tınazcı, C., Burgul, N. ve Mirata, F. (2015) 14-21 Yaş yüzücülerinin kaygı durumlarının ölçülmesi ve değerlendirilmesi (KKTC Örneği). Yakın Doğu Üniversitesi

Tokinan, Ö.B. (2013). Kenny müzik performans kaygısı envanterini Türkçe'ye uyarlama çalışması. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi (KAEFAD), Cilt 14, Sayı 1*, s. 53-65.

Tokinan, Ö.B. (2014). Öğretmen adaylarının müzik performans kaygılarının bireysel özellikler bakımından incelenmesi. *E-Journal of New World SciencesAcademi, NWSA-FineArts* İSSN:1306-3111/1308-7290 NWSA, ID2014.9.2.DO 150, Erişim tarihi:18 Nisan 2017.

Tolstoy, L. N. (2007). *Sanat nedir?* (Mazlum Beyhan, Çev.). İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.

Topoğlu, O. (2012). Müzisyenlerde sahne korkusu, sahne korkusunun nedenleri ve sahne korkusuyla baş etmede kullanılacak stratejiler. *E-Journal of New World Sciences Academy NWSA, F Arts, D0116, 8(1)*, s. 43-55.

Topoğlu, O. (2013). Müzisyenlerde sahne korkusu, sahne korkusunun nedenleri ve sahne korkusuyla baş etmede kullanılacak stratejiler. *E-Journal of New World Sciences Academy NWSA-FineArts, D0116, 8, (1), January*, 43-55.

Tukuş, L. (2010). Türkçe güvenilirlik ve geçerlilik çalışması (benlik saygısı değerlendirme ölçeği-kısa formu). *Tıpta Uzmanlık Tezi* T.C. Kocaeli Üniversitesi Tıp Fakültesi. Kocaeli.

Tuncer, B. ve Voltan-Acar, N. 2006. Kaygı düzeyleri farklı üniversite hazırlık sınıfı öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özelliklerinin incelenmesi. *Kriz Dergisi*, 14 (2), 1-15.

Tuncer, N. (2017). Bir grup üniversite öğrencisinin belirlenen sosyal anksiyete düzeylerine göre bilinçli farkındalık ve yaşam doyumu düzeylerinin incelenmesi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Işık Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Işık Üniversitesi, İstanbul.

Turhan, Ç. (2017). Anne babası boşanmış 9-12 yaşlarındaki çocukların kaygı düzeyleri ile annelerin kaygı düzeyleri arasındaki ilişkisi. *Yüksek Lisans Tezi* T.C. Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı. İstanbul.

Türkçapar, Ü. (2012). Güreşçilerin farklı değişkenler açısından sürekli kaygı düzeylerinin incelenmesi. *GEFAD / GUJGEF*, 32 (1), 129-140.

Uygun, S. V. (2017). Kamu kuruluşlarında yöneticilerin uyguladıkları yönetim anlayışlarının performans değerlendirme sürecine etkileri: TÜİK örneği. *Doktora Tezi*, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Selçuk Üniversitesi, Konya.

Varol, Ş. (1990). Lise son sınıf öğrencilerinin kaygı düzeylerini etkileyen bazı etmenler. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun.

Yalom, I.D. ve Glick, I.D. (2012). *Depresyon terapisi*. (Yasemin Engin Çev.). İstanbul: Prestij Yayınları.

Yaloom, I. (2015). *Grup psikoterapisinin teori ve pratiği*. (Ataman Tangör-Özgür Karaçam, Çev.). İstanbul: Kabalıcı.

Yener, F. (1992). *100 Opera*. İstanbul: Bates Yayınları.

Yerlikaya Balyan, K. (2012). Bilişsel kaygı, fizyolojik uyarılmışlık ve performans ilişkisinde kişilik özelliklerinin rolü: catastrophe modeline farklı bir bakış. *Yüksek Lisans Tezi*. T.C. Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Sporda Psiko-Sosyal Alanlar Anabilim Dalı. İzmir.

Yeşilyaprak, B. (2016). Mesleki rehberlik ve kariyer danışmanlığı. Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.

Yeşilyaprak, B. (2017). *Eğitim psikolojisi, gelişim-öğrenme-öğretim*. Ankara: Pegem Yayınları.

Yeşim Çapa-Aydın, Y., Uzuntiryaki-Kondakçı, E., Temli, Y., ve Tarkın, A. (2013). Özyeterlik kaynakları ölçeği'ninTürkçe'ye uyarlanması. *İlköğretim Online*, 12(3), 749-758, <http://ilkogretim-online.org.tr>,

Yıldırım, F. ve İlhan, İ. Ö. (2010). Genel Özyeterlilik Ölçeği Türkçe formunun geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 21(4), 301-308.

Yıldırım, F. ve İlhan, İ. Ö. (2010). Genel özyeterlilik ölçeği Türkçe formunun geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 21(4), 301-8.

Yıldırım, T., Çırak, Y. ve Konan, N. (2011). Öğretmen adaylarında sosyal kaygı. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12(1), 85-100.

Yılmaz, M. (2004). *Sanatın felsefesi felsefenin sanatı*. (Nazım Özüaydın, Çev.). Ankara: Ütopya Yayınevi.

Young, Jeffrey E., Klosko, Janet S. ve Weishaar, M. E. (2013). *Şema terapi*. (Tuğrul Veli Soylu, Çev.). İstanbul: Litera Yayıncılık.

Yöndem, Z. D. (2012). Müzik öğrencilerinde algılanan performans kaygısının fiziksel, davranışsal ve bilişsel özellikleri: nitel bir çalışma, *Eğitim ve Bilim*, cilt 37, sayı 166, 181-194.

EKLER

EK-1: Opera Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği Örnek Maddeler

Alt Boyutlar	Madde No.	Toplam :27 Madde 4 boyut	Hiç Katılmıyorum	Biraz katılıyorum	Kararsızım	Oldukça Katılıyorum	Keslikle Katılıyorum
		1Çok Düşük;2Düşük;3Orta;4Yüksek; 5Çok Yüksek	1p	2p	3p	4p	5p
1.Boyut	18	<i>Temsil sırasında ağzın/boğazım kurur</i>					
2.Boyut	28	<i>Temsil sırasında doğru entonasyonu yakalayamamış olmaktan çekinirim.</i>					
3.Boyut	57	<i>Seyirci sayısı arttıkça kaygım artar</i>					
4.boyut	48	<i>Temsil sırasında iki antre arasında kostüm değiştirmek için sürenin az olması kaygımı arttırır.</i>					

EK-2: Opera Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeği Örnek Maddeler

İt Boyutlar	Madde No.	Toplam :22 Madde 3 boyut	Hiç Katılmıyorum	Biraz katılıyorum	Kararsızım	Oldukça Katılıyorum	Keslikle Katılıyorum
		1Çok Düşük; 2Düşük; 3Orta; 4Yüksek; 5Çok Yüksek	1.p	2p	3p	4p	5p
1.Boyut	1	<i>Sesimi kullanma becerime güvenirim</i>					
2.Boyut	27	<i>Seyirci üzerindeki etkime güvenirim</i>					
3.Boyut	23	<i>Eserleri kolay hatırlarım</i>					

EK-3: Opera Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği Örnek Maddeler

Alt Boyutlar	Madde No.	Toplam : 18 Madde 5 boyut	Hiç Katılmıyorum	Biraz katılıyorum	Kararsızım	Oldukça Katılıyorum	Keslikle Katılıyorum
		1Çok Düşük; 2Düşük; 3Orta; 4Yüksek; 5Çok Yüksek	1.p	2p	3p	4p	5p
1.Boyut	25	<i>Sahnenin aşırı ışıklandırılmış olması kaygımı artırır</i>					
2.Boyut	4	<i>Hocaların yorumumu beğenmeme ihtimali beni kaygılandırır</i>					
3.Boyut	15	<i>Performans öncesi kalbim dışarı fırlayacak gibi çarpar</i>					
4.Boyut	19	<i>Her sınavda bir önceki başarının gerisinde kalma kaygısı yaşarım</i>					
5.Boyut	22	<i>Sınav dönemlerinde sesimi korumak için özel hayatımı kısıtlarım.</i>					

EK-4: Opera Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeği Örnek Maddeler

Alt Boyutlar	Madde No.	Toplam : 24 Madde 6 Boyut	Hiç Katılmıyor	Biraz katılıyor	Kararsızım	Oldukça Katlıyorum	Keslikle Katlıyorum
		1Çok Düşük; 2Düşük; 3Orta; 4Yüksek; 5Çok Yüksek	1.p	2p	3p	4p	5p
1.Boyut	1	<i>Sesimin kapasitesine güveniyorum</i>					
2.Boyut	4	<i>Hassas ve doğru duyuşa sahibim</i>					
3.Boyut	17	<i>Sahne dersinde kendime güveniyorum</i>					
4.Boyut	27	<i>Sahne mizansenlerini düşünürken müziği karıştırırım.</i>					
5.Boyut	28	<i>Eserleri kolay ezberlerim</i>					
6.Boyut	32	<i>Başarılarım konusunda kendimle gurur duyarım.</i>					

EK-5: Bale Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği Madde Örnekleri

Alt Boyutlar	Madde No.	Toplam : 38 Madde 6 Boyut	Hiç Katılmıyorum	Biraz katılıyorum	Kararsızım	Oldukça Katılıyorum	Keslikle Katılıyorum
		1Çok Düşük; 2Düşük; 3Orta; 4Yüksek; 5Çok Yüksek	1.p	2p	3p	4p	5p
1.Boyut	6	<i>Koreografi zorlaştıkça kaygım artar</i>					
2.Boyut	71	<i>Dönümlü zıplamalı arabesque hareketlerde kaygım artar</i>					
3.Boyut	53	<i>Performans sırasında dizlerimin boşalma ihtimali beni kaygılandırır.</i>					
4.Boyut	27	<i>Şefin çalıştığımız tempoların aksine sürekli tempo değiştirmesi beni kaygılandırır.</i>					
5.Boyut	2	<i>Temsil başlangıcında midem kasılır (bulanır)</i>					
6.Boyut	32	<i>Sahnede kostüm/ayakkabı /peruk/takma kirpik ile ilgili sorun yaşama düşüncesi kaygılanmama neden olur</i>					

EK-6: Bale Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeği Örnek Maddeler

Alt Boyutlar	Madde No.	Toplam : 27 Madde 5 Boyut	Hiç Katılmıyorum	Biraz katılıyorum	Kararsızım	Oldukça Katılıyorum	Kesnikle Katılıyorum
		1Çok Düşük; 2Düşük; 3Orta; 4Yüksek; 5Çok Yüksek	1.p	2p	3p	4p	5p
1.Boyut	1	<i>Fiziksel kapasiteme güvenirim.</i>					
2.Boyut	19	<i>Teknik açıdan tüm hareketleri yapabilirim.</i>					
3.Boyut	27	<i>Birlikte çalıştığım herkesle kolay sahne uyumu sağlarım</i>					
4.Boyut	34	<i>Geçmişteki başarılı performanslarım güvenimi artırır.</i>					
5.Boyut	22	<i>Modern dansa sayarken konsantrasyon sağlamakta zorlanıyorum.</i>					

EK-7: Bale Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği Örnek Maddeler

Alt Boyutlar	Madde No.	Toplam : 21 Madde 4 Boyut	Hiç Katılmıyorum	Biraz katılıyorum	Kararsızım	Oldukça Katılıyorum	Keslikle Katılıyorum
		1Çok Düşük; 2Düşük; 3Orta; 4Yüksek; 5Çok Yüksek	1.p	2p	3p	4p	5p
1.Boyut	30	<i>Sınav sırasında ritim kaçırdığımda kaygım artar</i>					
2.Boyut	36	<i>Performans sırasında bileğimin burkulma ihtimali beni kaygılandırır.</i>					
3.Boyut	41	<i>İzleyici sayısı arttıkça kaygım artar.</i>					
4.Boyut	29	<i>En büyük korkum sınav günü sakatlanmak ve dans edememektir</i>					

EK-8: Bale Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeği Örnek Maddeler

Alt Boyutlar	Madde No.	Toplam :21 Madde 4 Boyut	Hiç Katılmıyorum	Biraz katılıyorum	Kararsızım	Oldukça Katılıyorum	Keslikle Katılıyorum
		1Çok Düşük; 2Düşük; 3Orta; 4Yüksek; 5Çok Yüksek	1.p	2p	3p	4p	5p
1.Boyut	3	<i>Egzersizlerde kendimi başarılı buluyorum</i>					
2.Boyut	20	<i>Hareket serilerini kolayca tekrar ederim</i>					
3.Boyut	18	<i>Hocalarımla olumlu geri bildirimleri özgüvenimi artırır.</i>					
4.Boyut	14	<i>Bana zor gelen eserleri çalışmaktan kaçınıyorum</i>					

EK-9: Tiyatro Sanatçıları Performans Kaygısı Ölçeği Örnek Maddeler

Alt Boyutlar	Madde No.	Toplam :30 Madde 5 Boyut	Hiç Katılmıyorum	Biraz katılıyorum	Kararsızım	Oldukça Katılıyorum	Keslikle Katılıyorum
		1Çok Düşük; 2Düşük; 3Orta; 4Yüksek; 5Çok Yüksek	1.p	2p	3p	4p	5p
1.Boyut	52	<i>Sahnenin aşırı ışıklandırılmış olması kaygımı arttırır.</i>					
2.Boyut	34	<i>Aksesuarlarımı zamanında elimde ve /veya sahnede bulmam gereken yerde bulamadığımda kaygılanırım</i>					
3.Boyut	36	<i>Kulis girişini kaçırma korkusu yaşarım</i>					
4.Boyut	25	Otoritelerin performansımı beğenmeme ihtimali beni kaygılandırır					
5.Boyut	3	<i>Temsil öncesi kalbimin daha çok çarptığını hissedirim.</i>					

EK-10: Tiyatro Sanatçıları Özyeterlilik Ölçeği Örnek Maddeler

Alt Boyutlar	Madde No.	Toplam :18 Madde 3 boyut	Hiç Katılmıyorum	Biraz katılıyorum	Kararsızım	Oldukça Katılıyorum	Keslikle Katılıyorum
		1Çok Düşük; 2Düşük; 3Orta; 4Yüksek; 5Çok Yüksek	1.p	2p	3p	4p	5p
1.Boyut	15	<i>Her döneme ait eseri kolay öğrenirim</i>					
2.Boyut	6	<i>Rol yeteneğime güvenirim</i>					
3.Boyut	24	<i>Başarılarımla gurur duyuyorum</i>					

EK-11: Tiyatro Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği Örnek Maddeler

Alt Boyutlar	Madde No.	Toplam : 19 Madde 5 boyut	Hiç Katılmıyorum	Biraz katılıyorum	Kararsızım	Oldukça Katılıyorum	Keslikle Katılıyorum
		1Çok Düşük; 2Düşük; 3Orta; 4Yüksek; 5Çok Yüksek	1.p	2p	3p	4p	5p
1.Boyut	26	<i>Sahnenin büyüklüğü kaygımı arttırır.</i>					
2.Boyut	21	<i>Sınav sırasında ağızım/ boğazım kurur.</i>					
3.Boyut	8	<i>Performans sırasında repliklerimi unutmaktan kaygılanırım</i>					
4.Boyut	23	<i>Her sınavda bir önceki başarının gerisinde kalma kaygısı yaşarım</i>					
5.Boyut	1	<i>Sınav dönemlerinde hastalanma ihtimali kaygımı arttırır</i>					

EK-12: Tiyatro Öğrencileri Özyeterlilik Ölçeği Örnek Maddeler

Alt Boyutlar	Madde No.	Toplam : 20 Madde 5 boyut	Hiç Katılmıyorum	Biraz katılıyorum	Kararsızım	Oldukça Katılıyorum	Keslikle Katılıyorum
		1Çok Düşük; 2Düşük; 3Orta; 4Yüksek; 5Çok Yüksek	1.p	2p	3p	4p	5p
1.Boyut	28	<i>Fiziğimin sahneye ve kameraya uygun olması güvenimi arttırır.</i>					
2.Boyut	7	<i>Mimik ve rol dersinde başarılıyım</i>					
3.Boyut	15	<i>Rolümü kolay ezberlerim.</i>					
4.Boyut	9	<i>Tiyatro/oyunculuk benim tek hayalim</i>					
5.Boyut	1	<i>Sesimin taklit kapasitesine güveniyorum</i>					

EK-13: Sanatçılar İçin Sosyo-Demografik Form

YÖNERGE:

İstanbul Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Yüksek Lisans Programında yapılan tez çalışması kapsamında, sadece bilimsel amaçla kullanılmak üzere aşağıdaki soruları yanıtlamanız rica edilmektedir. Size en uygun seçeneğin/seçeneklerin yanına (X) işareti koyunuz. Ad-Soyad bilgisi gerekmemektedir. Birden fazla seçenek işaretleyebilirsiniz.

İş birliğiniz için teşekkür ederiz

Yard.Doç.Dr. Çare Sertelin Mercan

Doç.Dr.Jaklin Çarkçı

KİŞİSEL BİLGİ FORMU

1. Çalıştığınız kurum:
2. Bölüm: Opera () Bale () Tiyatro ()
3. Görev (*)Opera ve bale için; Solist () Korist/Choire de balet ()
4. Yaş:.....
5. Cinsiyet: Kadın ()Erkek ()
6. Boyunuz:.....
7. Kilonuz:
8. Hizmet Süresi:.....
9. MedeniHaliniz: Evli () Bekar () Boşanmış () Dul ()
- 10.Ses Rengi (*):Opera bölümü için

Soprano ()	MezzoSoprano	Alto ()	Kontralto ()	Tenor ()	Bariton ()	Bas ()
Lirik ()	Koloratür ()	Leje ()	Dramatik ()	Spinto ()	Profondo ()	Buffo ()

11. Görev aldığınız Eserler ve Roller:

Eserler:
Roller:

12. İleriye dönük kariyer hedefleriniz nelerdir?Yazınız

1 ila 3 yıl içinde.....
5-10 yıl içinde.....
10 yıl ve üzeri.....

13. Ailenizde başka sanatçı var mı? Evet () Hayır ()

14. Evet ise yakınlık derecesi ve disiplini :.....

EK-14:Öğrenciler İçin Sosyo-Demografik Form

YÖNERGE:

İstanbul Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Yüksek Lisans Programında yapılan tez çalışması kapsamında, sadece bilimsel amaçla kullanılmak üzere aşağıdaki soruları yanıtlamanız rica edilmektedir. Size en uygun seçeneğin/seçeneklerin yanına (X) işareti koyunuz. Ad - Soyad bilgisi yazmanıza gerek yoktur. Birden fazla seçenek işaretleyebilirsiniz.

İş birliğiniz için teşekkür ederiz

Yard. Doç.Dr. Çare Sertelin Mercan

Doç. Dr. Jaklin Çarkçı

KİŞİSEL BİLGİ FORMU

1. Okuduğunuz üniversite/Konservatuar:.....
2. Bölüm:
3. Sınıf:.....
4. Yaş:.....
5. Cinsiyet: Bay () ; Bayan ()
6. Boyunuz:.....
7. Kilonuz:.....
8. Sanat eğitime kaç yaşında başladınız?.....
9. Hangi disiplinle.....
10. Ses Rengi (*):Opera bölümü için

Soprano ()	Mezzo-Soprano	Alto ()	Kontralto ()	Tenor ()	Bariton (),	Bas ()
Lirik ()	Koloratür ()	Leje()	Dramatik ()	Spinto ()	Profondo ()	Buffo ()

11. Bildiğiniz yabancı dil ve derecesini işaretleyiniz

1:Mükemmel	2:İyi	3:Orta	4:Az	5:Başlangıç seviyesinde		
İngilizce ()	Almanca (),	Fransızca(),	İtalyanca(),	Rusça ()		

12. Okumakta olduğunuz bölümü seçme nedeniniz?

Yetenekli olduğumdan ()	Çevrem/ailem teşvik etti ()
Kendim tercih ettim ()	Tesadüf oldu ()
Diğer Açıklayınız:	

13. Ailenizde sahne sanatları ile ilgilenen başka kimse var mı? Evet () Hayır ()

14. Evet ise yakınlık derecesi:.....

EK-15: Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği

Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği	1-yok 2-hafif 3-orta 4-şiddetli			
	1	2	3	4
1. Topuluk içerisinde telefon etmek				
2. Küçük bir grupta beraber bir aktiviteye katılmak				
3. Topulukta yemek yemek				
4. Topulukta içecek içmek				
5. Yönetici konumundaki biri ile konuşmak				
6. Seyirci önünde rol yapmak, oynamak ya da konuşmak				
7. Bir partiye / davete gitmek				
8. Biri ya da birileri tarafından izlenirken çalışmak				
9. Biri ya da birileri tarafından izlenirken yazı yazmak				
10. Çok iyi tanımadığınız birine telefon etmek				
11. Çok iyi tanımadığınız biri ile yüz yüze konuşmak				
12. Yabancılarla tanışmak				
13. Genel bir tuvalette idrar yapmak				
14. Başkalarının oturuyor olduğu bir odaya girmek				
15. İlgili merkezi olmak				
16. Ön hazırlık olmadan bir toplumda konuşmak				
17. Beceri, bilgi ya da yetenek ile ilgili bir sınavı girmek				
18. Çok iyi tanımadığınız birine karşı görüş bildirmek ya da onunla aynı fikirde olmadığınızı söylemek				
19. Çok iyi tanımadığınız birinin doğrudan gözlerinin içine bakmak				
20. Bir gruba sözlü rapor vermek				
21. Cinsel ya da romantik bir ilişki amacıyla biriyle yakınlaşmaya çalışmak				
22. Bir malı parası iade edilmek üzere geri götürmek				
23. Bir parti / davet vermek				
24. Israrlı bir sabıyı reddetmek				

EK-16:Doğan Kendini Sevme Ve Özyeterlilik Ölçeği

Lütfen aşağıdaki ifadelerden her biri için size en uygun seçeneği samimiyetle işaretleyiniz.	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Fikrim Yok	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
1. Kendimi değersiz görmeye eğilimliyim.					
2. Yaptığım işlerde oldukça yeterliyim.					
3. Kendimle oldukça barışığım.					
4. Uğranda çaba gösterdiğim her işi başarabilirim.					
5. Kendi değerimden eminim.					
6. Kendimle ilgili düşünmek kimi zaman hoşuma gitmez.					
7. Kendime karşı olumsuz tutum içindeyim.					
8. Bazen benim için önemli olan şeyleri başarmakta zorlanırım.					
9. Kendimden gayet memnunum.					
10. Zorluklarla başa çıkmada bazen yetersiz kalırım.					
11. Kendi kişisel değerimden asla şüpheli duymam.					
12. Birçok konuda oldukça başarılıyım.					
13. Hedeflerimi gerçekleştirmede bazen başarısız olurum.					
14. Çok yetenekliyim.					
15. Kendime yeterince saygım yoktur.					
16. Keşke yaptığım işlerde daha başarılı olsam.					

EK-17: Anket Araştırmaları İçin Aydınlatılmış Onam Formu

ANKET ARAŞTIRMALARI İÇİN AYDINLATILMIŞ ONAM FORMU

Araştırmacının amacını, araştırmaya katılmamanın gönüllülük esasına dayalı olduğunu, ad, soyad, okul numarası gibi kişiyi tanıtabil bilgilerin yazılmaması gerektiğini ve anketin doldurulma şeklini açıklayan bir metin, onam metni olarak araştırma vesilesinin toplanması için geliştirilen anket formunun başına konmuştur.

Sevgili Öğrenciler

Sahne Sanatları Opera Bale Tiyatro Sanatçıları ve Öğrencilerine Yönelik Performans Kaygısı ve Özyeterlilik Ölçeği Geliştirme Çalışması başlıklı bu araştırma, İstanbul Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü onayı ve Hacettepe Üniversitesi Etik Komisyonunun izni ile Dr. Öğretim Üyesi Çare Sertelin Mercan ve Doç.Dr.Jaldin Çarkçı tarafından yapılmaktadır. Araştırma ve Opera,Bale,Tiyatro öğrencileri ve sanatçıları için performans kaygısı ve öz yeterlilik ölçeği geliştirmek amacıyla planlanmıştır. Sizin katılımı, yanıtlarınızdan elde edilecek sonuçlarla sanatçı ve adaylarının sıkıntılarının daha iyi algılanabileceği,ölçülebileceği ve bu sıkıntılara karşılık önleme yolları üretilebileceği düşünölebilecek ve planlanabilecektir. Bu nedenle soruların tümüne ve içtenlikle cevap vermeniz büyük önem taşımaktadır.

Araştırmaya katılmamanın gönüllülük esasına dayalıdır. Bu form aracılığı ile elde edilecek bilgiler gizli kalacaktır ve sadece araştırma amacıyla (veya "bilimsel amaçlar için") kullanılacaktır. Çalışmaya katılmamayı tercih edebilirsiniz veya anketi doldururken istemezseniz son verebilirsiniz.

Anket formuna adınızı ve soyadınızı yazmayınız.

Anketimiz 5 bölümden oluşmaktadır.a)17 soruluk kişisel anket formu, b) geliştirmeye çalıştığımız opera, bale ve tiyatro öğrencileri için performans kaygısı ölçeği (opera 27 madde; bale 54 madde; tiyatro 30 madde) c) Benzer şekilde hazırladığımız öz yeterlilik ölçeği (opera 33 madde; bale 37 madde; tiyatro 31madde) d) Dış ölçüt geçerliliği için Liebowitz sosyal kaygı ölçeği Türkçe uyarlaması(24 madde) , e)Kendini sevmek ve öz yeterlilik ölçeği (16 madde), olarak toplam 20 dakika zamanınızı alacak bu çalışmada yanıtlarınızı, soruların altında yer alan seçenekler arasından uygun olanı işaretleyerek ya da açık uçlu sorularda sorunun altında bırakılan boşluğa yazarak belirtiniz. Birden fazla seçenek işaretleyebileceğiniz sorularda, size uygun gelen bütün seçenekleri işaretleyiniz. Eğer sorunun yanıtları arasında "diğer" seçeneği mevcutsa ve yanıtınız var olan seçenekler arasında yer almıyorsa, bu durumda yanıtınızı diğer seçeneğindeki boşluğa yazınız. Anketi yanıtladığınız için teşekkür ederiz.

Çalışma ile ilgili herhangi bir sorunuz olduğunda aşağıdaki kişi(ler) ile iletişim kurabilirsiniz:

Sorumlu Öğretim Üyesinin Doç.Dr.Türel Ezici

Hacettepe Üniversitesi devlet Konservatuarı Sahne sanatları Anabilim Dalı Başkanı

Araştırma Ekibi

Dr. Öğr.Üyesi Çare Sertelin Mercan

Doç.Dr.Jaldin Çarkçı

Çalışmaya katılmayı kabul ediyorsanız aşağıdaki kutucuğu X ile işaretleyiniz ve devam ediniz

Kabul ediyorum.

EK-18:Uygulama Yapılan Konservatuar Listesi Ve Öğrenci Sayısı Tablosu**Öğretim Yılı: 2017-2018 ve 2018-2019**

Üniversite /Konservatuarlar	Opera/Öğrenci sayısı	Bale/Öğrenci sayısı	Tiyatro/öğrenci sayısı
1-Ankara Üniversitesi Devlet Konservatuvarı:	60	Yok	Yok
2- Hacettepe Üniversitesi Ankara Devlet Konservatuvarı:	67	54	65
3-Mimar Sinan Güzel Sanatlar Üniversitesi Konservatuvarı	42	56	62
4- Selçuk Üniversitesi Dilek Sabancı Devlet Konservatuvarı	36	Yok	62
5- Bilkent Üniversitesi Müzik Ve Sahne Sanatları Fakültesi:	1	Yok	39
6-İstanbul Üniversitesi Devlet Konservatuvarı:	108	21	61
7- Anadolu Üniversitesi Devlet konservatuvarı	51	Yok	51
8- Çukurova Üniversitesi Devlet Konservatuvarı	25	26	34
9- Dokuz Eylül Üniversitesi Devlet Konservatuvarı:	67	18	53
10-Akdeniz ÜniversitesiAntalya Devlet Konservatuvarı	1	2	37
11- <i>Bülent Ecevit Üniversitesi</i> Devlet konservatuvarı	48	Yok	64
12- Haliç Üniversitesi, Devlet konservatuvarı	20	12	35
13- Başkent Üniversitesi Devlet konservatuvarı	35	Yok	Yok
14-Mersin Konservatuvarı	20	10	12
Toplam Öğrenci Sayısı	581	199	575

EK-19: Hacettepe Üniversitesi Etik Komisyonu Onay Yazısı

Tarih ve Sayı: 01/06/2018-60075



T.C.
HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ
Rektörlük

Sayı : 35853172-300
Konu : Doç. Dr. Jaklin Çarkçı Hk (Etik Komisyonu)

İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜNE

Üniversiteniz Eğitim Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık tezli yüksek lisans programı öğrencisi **Doç. Dr. Jaklin ÇARKCI**'nın **Dr. Öğr. Üyesi Dr. Çare SERTELEN MERCAN** danışmanlığında yürüttüğü "**Sahne Sanatları Opera Bale Tiyatro Sanatçıları ve Öğrencilerine Yönelik Performans Kaygısı ve Özyeterlilik Ölçeği Geliştirme Çalışması**" başlıklı tez çalışması, Üniversitemiz Senatosu Etik Komisyonunun **15 Mayıs 2018** tarihinde yapmış olduğu toplantıda incelenmiş olup, etik açıdan uygun bulunmuştur.

Gereğini bilgilerinize arz ederim.

e-imzalıdır
Prof. Dr. Rahime Meral NOHUTCU
Rektör Yardımcısı

EK-20:Ankara Devlet Konservatuvarı İzin Yazısı



T.C.
ANKARA DEVLET KONSERVATUVARI Sahne Sanatları Bölüm Başkanlığı

Sayı: 99000854-010/18
Konu: Jaklin ÇARKEÇİNİN Uygulama İzin Talebi hk.

13/03/2018

MÜDÜRLÜK MAKAMINA

İlgi : 07.02.2018 tarih-56300 sayılı ve 15.02.2018 tarih-72523 sayılı İstanbul Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü yazıları

İstanbul Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Tezli Yüksek Lisans Programı Öğrencisi 3110160206 numaralı Jaklin ÇARKEÇİNİN "Sahne Sanatları Opera, Bale, Tiyatro Sanatçıları ve Öğrencilerine Yönelik Performans Kaygısı, Özyeterlik Ölçeği Geliştirme Çalışması" konulu tez çalışması kapsamında yapmayı planladığı anket ve ölçek uygulamasının Opera, Bale ve Tiyatro Anasınıfı Dallarımızda yapılması Anasınıf Dalı Başkanlıklarından gelen olumlu görüşlerle birlikte Başkanlığımızca uygun bulunmuştur.

Gereğini bilgilerinize saygılarımla arz ederim.

Doç. Dr. TÜREL EZİCİ
Bölüm Başkanı

*Sn. Şafak,
Yazı hazırlanması rica,
14.03.18'
[Handwritten signature]*

DEVLET KONSERVATUVARI MÜDÜRLÜĞÜ	
No.	5.194
Tarih	13.3.2018
Kısım	
Dışiş No.	

Devletçe Derslikleri Ankara Devlet Konservatuvarı Sahne Sanatları Bölümü - Devletçe Yüksek Lisans Tezli Yüksek Lisans Programı/ANKARA



EK-21:Selçuk Üniversitesi İzin Yazısı

Evrak Tarih ve Sayısı: 20/02/2018-E.4267



T.C.
SELÇUK ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Dilek Sabancı Devlet Konservatuvarı Müdürlüğü

Sayı : 47233972-605.01/
Konu : Jaklin ÇARKÇI'nın uygulama izni talebi

İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜNE
(Eğitim Bilimleri Enstitüsü)

İlgi : 07/02/2018 tarihli, 56300 sayılı yazı

Jaklin ÇARKÇI'nın "Sahne Sanatları Opera, Bale, Tiyatro Sanatçıları ve Öğrencilerine Yönelik Performans Kaygısı, Özyeterlik Ölçeği Geliştirme Çalışması" konulu tez çalışması kapsamında doldurulan formlar yazımız ekinde sunulmuştur.
Bilgilerinizi ve gereğini arz/rica ederim.

e-İmzalıdır
Prof. Dr. Dilek ZERENLER
Devlet Kons. Müdürü V.



SAYI: 22571

22-02-2018

Evrak Doğrulama İçin : http://193.255.244.181/enVision-Sorgula/Validate_Doc.aspx?V=BE6LBT7JJ

Selçuk Üniversitesi Alaeddin Keykubat Yerleşkesi PK:42075 Selçuklu/KONYA

Bilgi için: Veli BİRTEK Tel:2410189 - 1275 Faks:3322410188

e-Posta :konservatuvar@selcuk.edu.tr Elektronik Ağ :www.selcuk.edu.tr

selcukuniversitesi@hs01.kep.tr



Bu belge, 5070 sayılı Elektronik İmza Kanununa göre Güvenli Elektronik İmza ile imzalanmıştır.

EK-22:Bülent Ecevit Üniversitesi İzin Yazısı

Evrak Tarih ve Sayısı: 08/03/2018-3763



T.C.
BÜLENT ECEVİT ÜNİVERSİTESİ
Genel Sekreterlik

Sayı : 39633678/605.01/
Konu : Jaklin ÇARKÇI'nın Uygulama İzin
Talebi

3110/60206

İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜNE
(Eğitim Bilimleri Enstitüsü)

İlgi: 15.02.2018 tarih, 55180510-605.01-72523 sayılı ve "Jaklin ÇARKÇI'nın Uygulama İzin Talebi Hk." konulu yazı,

İlgi yazınızda bahsi geçen "Jaklin ÇARKÇI'nın Uygulama İzin Talebi" konulu anket çalışmasının Üniversitemiz Devlet Konservatuvarı'nda yapılması Rektörlüğümüzce uygun görülmüştür.

Bilgilerinize arz ederim.

e-İmzalıdır
Prof.Dr.Ali AZAR
Rektör V.

SAYI: 31165

10.04.2018

Kuruluş Belgeleri İçin : 9725/11815/besun.edu.tr/enk/belge/02grn/1C455A6

Bülent Ecevit Üniversitesi İktisadi İdari Fakültesi, 67100 Zonguldak

Öğrenci İşleri İçin İletişim: 5.GÜNÜLÜK

Tel : (0472) 391 34 64-201 33 47

Faks : (0472) 257 23 48

E-Posta : geneli@besun.edu.tr

Elektronik İletişim : http://www.besun.edu.tr/

Web Adresi : besun@1933.koc.tl



Bu belge 5070 sayılı Elektronik İmza Kanununun 5. Maddesi gereğince güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

EK-23:Hacettepe Üniversitesi İzin Yazısı



T.C.
HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ
Rektörlük

Sayı : 56651/2018.1.4.0 - 7632

18/03/2018

İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜNE (Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürliğine)

Üniversitemiz Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rektörlük ve Pedagojik Denetimlik mezeli yüksek lisans programı öğrencisi Doç. Dr. Jaklin ÇARAKCI'nın Öğretim Üyesi Dr. Çare SERTELEN MERCAN danışmanlığında yer aldığı "Sahne Sanatları Opera Bale Tiyatro Sanatları ve Öğrencilerine Yönelik Performans Kaygısı ve Özyeterlilik Ölçeği Geliştirme Çalışması" başlıklı tez çalışması, Üniversitemiz Senatosu Etik Komisyonunun 03 Nisan 2018 tarihinde yapılan olağan toplantısında incelenmiş olup, etik beklentiler çalışmaları tamamlandıktan sonra başvuruların yeniden değerlendirilmesi mümkün olmaktadır.

Gereğini bilgilerinize arz ederim.

Prof. Dr. Bahadır M. NOHUTCU
Rektör a.
Rektör Yardımcısı

EK: 1 Sayfa

Hacettepe Üniversitesi Rektörlüğü, Etiket Sokakı - Ankara
Telefon: 0312 311 2000 - 2002 • Faks: 0312 311 2991
E-posta: post.mulo@hacettepe.edu.tr • www.hacettepe.edu.tr

Yayın ve Baskı Yeri:
Etiket Sokakı
01100 ANKARA

* 5460 sayılı ve 28.03.2018 tarihli yazıya istinaden hazırlanan yazıda etik beklentiler çalışmaları tespit edilmiştir.

1. Çalıştığı Kuruluş Formuna Hacettepe Üniversitesi Etik Komisyonundan izin alınmıştır.
2. Tez çalışması etik beklentiler çalışmaları, etik beklentiler ve yazılarında izin alınmıştır.
3. Araştırma hem öğrenci hem de danışman tarafından yapılmıştır bu nedenle Etiket Sokakı Kuruluş Formu hazırlanması gerekmektedir.

Bu çalışmaları güncel olarak komisyonumuz güncellemesi durumunda, başvuruların incelenmesi mümkün olacaktır.

EK-24:Çukurova Üniversitesi İzin Yazısı

Tarih ve Sayı : 13/02/2018/19374



T.C.
ÇUKUROVA ÜNİVERSİTESİ
Devlet Konservatuvarı Müdürlüğü

Sayı : 26781094-605.01/
Konu : Jaklin ÇARKÇI'nın Uygulama İzin
Talebi

İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜNE
Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü

İlgi : 15/02/2018 tarihli ve 72523 sayılı yazımız.

Enstitünüz Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık(Ücretli) Tezli Yüksek Lisans Programına 3110160206 numara ile kayıtlı Jaklin ÇARKÇI'nın "Sahne Sanatları Opera, Bale, Tiyatro Sanatçıları ve Öğrencilerine Yönelik Performans Kaygısı, Özyeterlik Ölçeği Geliştirme Çalışması" konulu tez çalışması kapsamında ölçme araçlarını, Konservatuvarımız Sahne Sanatları Bölümü Bale Anasanat Dalımızda henüz lisans programı açılmadığı için Sahne Sanatları Bölümü Opera-Şan ve Tiyatro-Oyunculuk Anasanat Dallarımızın Lisans Programında uygulanması uygun bulunmuştur.
Gereğini bilgilerinize arz ederim.

e-imzalıdır

Prof. Toğroul GANIOĞLU
Konservatuvar Müdürü

Evrakı Doğrulamak İçin : https://ebys.cu.edu.tr/Validate_Doc.aspx?V=BE845FKS9
Adres:Çukurova Üniversitesi Devlet Konservatuvar Müdürlüğü 01330 Balcalı, Sarıçam /
Adana
Telefon:0 (322) 338 62 64 Faks0 (322) 338 62 65
e-Posta:devletkonservatuvart@cu.edu.tr Elektronik Ağ:www.cu.edu.tr

Bilgi için: Esra SOYDUK (Hatice BÜLBÜL
Vekaletiyile)
Unvanı: Bilgisayar İşletmeni
Tel No: 0(322) 338 62 64
Kep Adresi: cukurovauniversitesi@hs01.kep.tr



Deprem öldürmez, hına öldürür.
Bu belge 5070 sayılı Elektronik İmza Kanununun 5. Maddesi gereğince güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

EK-25:Başkent Üniversitesi İzin Yazısı

KİMDEN: 18. Ü DEVLET KONSERVATUVARI

FAKS NO: 0312 2542720

14.02.2018 12:50 51



Sayı : 51583277-605.01/ 2905

14/02/2018

Konu : Jaklin Çarkçı, Tez Uygulama İzni Hk.

EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

T.C. İstanbul Üniversitesi Eski Esnaf Hastanesi Süleymaniye Takvîmhasa Cad. No:19 Kat:4
Süleymaniye/ Fatih/ İstanbul

İlgi : 07/02/2018 Tarih 56301 Sayılı Yazınız

3110160206 numaralı öğrenciniz Jaklin ÇARKÇI'nın "Performans Kaygısı, Özyeterlik
Ölçeği Geliştirme Çalışması" konulu tez çalışması kapsamında ölçme araştırmaları
Konservatuarımız Sahne Sanatları Bölümünde uygulanabilmesi uygun görülmektedir.
Bilgilerinizi ve gereğini arz ederim.

e-İmzalıdır

Prof. M. Ertuğrul BAYRAKTARKATAL
Müdür

14/02/2018 Sekreter

: Banu KEMALOĞLU

SAYI: 19720
14-02-2018

İnternet adresi: <http://www.baskent.edu.tr>

Başkent Üniversitesi Devlet Konservatuarı Fakülte Sekreterliği Süleymaniye Bölgesi Eski Esnaf Hastanesi
Başkent/ANKARA
E-posta: sekretar@baskent.edu.tr
Başkent Üniversitesi Devlet Konservatuarı Müdürlüğü

Prof. Dr. Banu KEMALOĞLU
Sekreter



Bu belge, 5070 sayılı Elektronik İmza Kanununa göre Güvenli Elektronik İmza ile imzalanmıştır

EK-26:Akdeniz Üniversitesi İzin Yazısı

Evrak Tarih ve Sayısı: 05/03/2018-7755



T.C.
AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Antalya Devlet Konservatuarı Müdürlüğü



Sayı : 77930823-010.07.02-7755
Konu : Jaklin ÇARKÇI'nın Uygulama İzin
Talebi

05/03/2018

İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜNE
(Eğitim Bilimleri Enstitüsü)

İlgi : 15.02.2018 tarih ve 72523 sayılı yazınız.

İlgi yazınız incelenmiş olup; Enstitünüz Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Tezli Yüksek Lisans Programına 3110160206 numara ile kayıtlı Jaklin Çarkçı'nın "Sahne Sanatları Opera, Bale, Tiyatro Sanatçıları ve Öğrencilerine Yönelik Performans Kaygısı, Özyeterlik Ölçeği Geliştirme Çalışması" konulu tez çalışmasını Konservatuvarımız Sahne Sanatları Bölümü öğrencileriyle yapılması Müdürlüğümüzce uygun görülmüştür.

Bilgilerinizi ve gereğini arz / rica ederim.


Prof. Dr. Nihan YAĞIŞAN
Müdür

Evrakın Doğrulama İşlemleri : <http://ebys.akdeniz.edu.tr/iceri/Visyon/Dogrula/94571149>

Adres: Akdeniz Üniversitesi Rektörlüğü Kampüsü / Antalya
Telefon: 0242 227 59 90 Faks: 0242 227 59 90
E-posta: Presidencisi@akdeniz.edu.tr Elektronik Adres: www.akdeniz.edu.tr Posta Kodu: 07051

Bilgi için: Zehra İZ
Ünvanı: Büro Personeli



EK-27:Devlet Tiyatroları Genel Müdürlüğü İzin Yazısı



T.C.
KÜLTÜR VE TURİZM BAKANLIĞI
Devlet Tiyatroları Genel Müdürlüğü
Strateji Geliştirme Müdürlüğü

Sayı : 61270844-044-E.5948

21.02.2018

Konu : Jaklin ÇARKÇI'nın Uygulama İzin Talebi


DAĞITIM YERLERİNE

İlgi : Araştırma ve Eğitim Genel Müdürlüğü (İdari İşler Şubesi Müdürlüğü)'nün 20.02.2018 tarihli ve 85697837-044-E.156000 sayılı yazısı.

Araştırma ve Eğitim Genel Müdürlüğü tarafından alınan İstanbul Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü'nün "Jaklin ÇARKÇI'nın Uygulama İzin Talebi" konulu ilgi sayılı yazısı ve ekinde yer alan formlar ilişikte gönderilmiştir.

İlgi sayılı yazı ekinde yer alan kişisel bilgi formu, tiyatro sanatçıları öz yeterlik ölçeği, tiyatro sanatçıları performans kaygı ölçeği ile kendimi sevme ve öz yeterlilik ölçeği formlarının tiyatro müdürlüklerinizde görev yapmakta olan sanatçılar tarafından fiziki olarak doldurularak Genel Müdürlüğüne gönderilmesi hususunda;

Bilgilerimi ve gereğince işlem ifasına rica ederim.

 e-İmza
Mustafa KURI
Genel Müdür V.

Ek : İlgi sayılı yazı ve ekleri. (18 sayfa)

Dağıtım:

Gereği:

ADANA DEVLET TİYATROSU
MÜDÜRLÜĞÜNE
ANKARA DEVLET TİYATROSU
MÜDÜRLÜĞÜNE
ANTALYA DEVLET TİYATROSU
MÜDÜRLÜĞÜNE
BURSA DEVLET TİYATROSU
MÜDÜRLÜĞÜNE

Not: 9079 sayılı Elektronik İmza Kanunu gereği bu belge elektronik imza ile imzalanmıştır.

İstiklal Caddesi Çirpan Sokak Evkap II Apt. No:3 Üsküdar/ANKARA
Tel:(312) 3122652-(312) 3109588 Fax:(312) 3114330
strateji@devlettiyatrosu.gov.tr

Bilgi için: Volkan KOÇAYACI
Bilgiye İşletme



EK-28:Devlet Opera Ve Balesi Genel Müdürlüğü İzin Yazısı



T.C.
KÜLTÜR VE TURİZM BAKANLIĞI
DEVLET OPERA VE BALESİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ
Ankara Devlet Opera ve Balesi Müdürlüğü, Personel Şube Müdürlüğü

Sayı : 15038085-900-E.9243

05/03/2018

Konu : Jaklin Çarkçı Tez Çalışması

MÜDÜRLÜK MAKAMINA

Genel Müdürlüğümüzden alınan ekteki yazıya istinaden, İstanbul Devlet Opera ve Balesi Müdürlüğü Solist Sanatçısı Jaklin ÇARKÇI'ya öğrenim gördüğü İstanbul Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsündeki tez çalışmalarında kullanılmak üzere Müdürlüğümüz sanatçılarıyla anket ve ölçek uygulamaları yapılabilmesi için gerekli iznin verilmesi hususunu olurlarınıza arz ederim.

 e-İmzalıdır

Hakan ÖZDEMİR
Şube Müdürü V.

Ek : Genel Müdürlüğümüzün 28/02/2018 tarihli 31159297-900-E.8770 sayılı yazısı. (1 sayfa)

Uygun görülse arz ederim.

05/03/2018

 e-İmzalıdır

Cengiz KARAAHMETOĞLU
Müdür Yardımcısı

OLUR

05/03/2018

 e-İmzalıdır

M. Çetin KIRANBAY
Müdür V.

Not: 3078 sayılı Elektronik İmza Kanunu gereği bu belge elektronik imza ile imzalanmıştır.

Analık Binası No:20 Ulus/ANKARA
Tel: 0312 324 22 14-18 Faks: 0312 324 45 29
www.dteoperabale.gov.tr

Bilgi için: Deniz VALÇINDAĞ
Bİre Yetkilisi



EK-29:İstanbul Üniversitesi Rektörlük İzin Talep Yazısı

Tarih ve Sayı: 15/02/2018-72523



T.C.
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ
Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü



Sayı :55180510-605.01-
Konu :Jaklin ÇARKIÇ'ın Uygulama İzin
Talebi

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜNE (Devlet Konservatuarı)

İlgi :07.02.2018 tarih ve 56300 sayılı yazınız.

Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık (Ücretli) Tezli Yüksek Lisans Programına 31 10160206 numara ile kayıtlı Jaklin ÇARKIÇ'ı, "Sahne Sanatları Opera, Bale, Tiyatro Sanatçıları ve Öğrencilerine Yönelik Performans Kaygısı, Özyeterlik Ölçeği Geliştirme Çalışması" konulu tez çalışması kapsamında ilgi yazınız ekinde gönderilen anket ve ölçek uygulaması formlarının ilişikte gönderilen genel haliyle dikkate alınması hususunda,

Gereğini bilgilerinize arz ve rica ederim.

e-İmza
Prof. Dr. Hasan AKGÜNDÜZ
Enstitü Müdürü

EK :
Anket ve Ölçek Uygulamaları (24 sayfa)

DAĞITIM

Ankara Üniversitesi Rektörlüğü » Devlet
Konservatuarı
Hacettepe Üniversitesi Rektörlüğü » Devlet
Konservatuarı
Mimar Sinan Güzel Sanatlar Üniversitesi Rektörlüğü »
Devlet Konservatuarı
Selçuk Üniversitesi Rektörlüğü » Devlet Konservatuarı
İsın Doğanmıcı Bilkent Üniversitesi Rektörlüğü »
Mizik ve Sahne Sanatları Fakültesi
Anadolu Üniversitesi Rektörlüğü » Devlet
Konservatuarı
Çankaya Üniversitesi Rektörlüğü » Devlet
Konservatuarı
Dokuz Eylül Üniversitesi Rektörlüğü » Devlet
Konservatuarı
Akdeniz Üniversitesi Rektörlüğü » Antalya Devlet
Konservatuarı
Bilgi Ecevit Üniversitesi Rektörlüğü » Devlet
Konservatuarı
Haliç Üniversitesi Rektörlüğü » Konservatuar

Doğrulensak için: http://194.27.128.88/envislon_sorgula/belge/ogrutlama.aspx?V=BENFZH50H1

Açıklama bilgisi için istihbarat: Duran ÖZCAN Dışarı : 13090

Eski Eşraf Hastanesi Süleymaniye Takvimehane Cđ. No: 19 Kat: 4 Süleymaniye/Fatih/İstanbul Posta K.
Tel : 02124400000-13090 Faks : 0212 440 18 05
e-posta : ibulgi@istanbul.edu.tr Elektronik Ağ : www.istanbul.edu.tr



EK-31:Dokuz Eylül Üniversitesi Semine Afişi



DOKUZ EYLÜL ÜNİVERSİTESİ
Devlet Konservatuvarı



SEMİNER



**SAHNE KAYGISI ve ÖZYETERLİLİK ALGISININ
SAHNE PERFORMANSINA ETKİLERİ**

DOÇ. DR. JAKLİN ÇARKÇI
mezzo soprano



Tarih: 5 Nisan 2018, Perşembe - Saat: 15.00
Yer: DEÜ Devlet Konservatuvarı Orhan Barlas Salonu


EK-32:Hacettepe Üniversitesi Seminer Afifi

 **HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ**
ANKARA DEVLET KONSERVATUARI
SAHNE SANATLARI BÖLÜMÜ
TİYATRO ANASANAT DALI 

SEMİNER

SAHNE KAYGISI DİNAMİKLERİ

Doç.Dr. Jaklin Çarkçı



Tarih : 25 Ekim 2018 Saat : 14.00
Yer: H.Ü.Ankara Devlet Konservatuari
Tiyatro Ana Sanat Dalı Sahnesi

EK-33:Selçuk Üniversitesi Seminer Afişİ



T.C.
SELÇUK ÜNİVERSİTESİ
DİLEK SABANCI DEVLET KONSERVATUVARI
SAHNE SANATLARI BÖLÜMÜ
OPERA ANASANAT DALI



*Seminer ve Masterclass
Sahne Performansında Rol Çatışmaları
Ve Kaygı Dinamikleri*

*Doç. Dr.
Jaklin Çarkçı*



27 Nisan 2018 Cuma saat 14.00

YER: S.Ü.Dilek Sabancı Devlet Konservatuvarı Küçük Sahne

EK-34:Başkent Üniversitesi Seminer Afifi

BAŞKENT 25. Yıl
ÜNİVERSİTESİ | bilim bizde toplanır
bizden yayılır

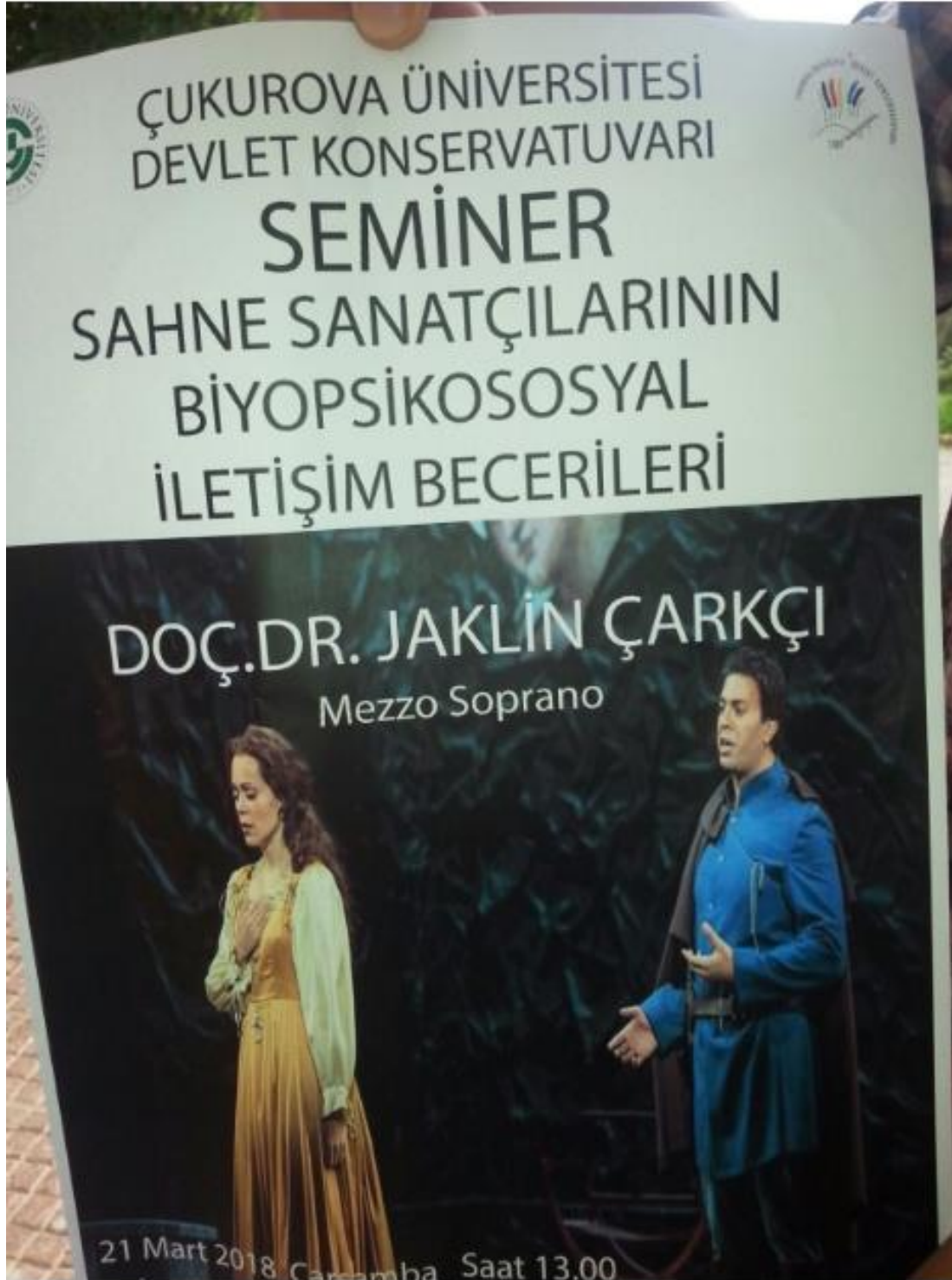
1993

**SANATÇI PSİKOLOJİSİ
DİNAMİKLERİ**

DOÇ. DR. JAKLİN ÇARKÇI

Tarih: 15.03.2018 Perşembe
Saat: 16.00
Yer: Başkent Üniversitesi Devlet Konservatuarı (Sahne)

EK-35:Çukurova Üniversitesi Seminer Afişi



EK-36:Mersin Üniversitesi Seminer Afışı



ÖZGEÇMİŞ

Doç.Dr. JAKLİN ÇARKÇI

Doçent: 2012, Sahne Sanatları Opera Ana Sanat Dalı: ÜAK - Yeditepe Üniversitesi

Doktora: 2011 YÖK Denklik ÜAK

2008-2010:Bologna Üniversitesi Alma Mater Studiorum

Vocologia Artistica/Artistik Vocoloji (Bologna-İtalia)

1988-1991:Chigiana Müzik Akademisi Siena/İtalia

Yüksek Lisans/Lisans:1985-1990 İstanbul Üniversitesi Devlet Konservatuvarı Opera Ana Sanat Dalı

1970-1978: İtalyan Orta Okulu ve Lisesi (İstanbul)

2.İkinci Üniversite:

2018-2019 Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Psikoloji Doktora Programı Devam

2015-2017İstanbul Üniversitesi/Cerrahpaşa Eğitim Bilimleri Fakültesi PDR Tezli Y. Lisans Programı Tez Aşamasında

2014-2015:Hasan Kalyoncu Üniversitesi. Bağımlılık Sertifika Programı

2013-2018: AÖF - Felsefe Lisans

2.Görevler:

2016-2018:ÖğretimÜyesi İstanbul Üniversitesi Devlet Konservatuvarı: Performans psikolojisi/Şan

1990-2018 Solist Sanatçı İstanbul Devlet Operası

1993-1994 Koro Sanatçısı La Scala Operası Milano

1990-1993 Öğretim Görevlisi-Mimar Sinan Güzel Sanatlar Üniversitesi Devlet Konservatuvarı

1985-1990 Korist Sanatçı İstanbul Devlet Operası

3. Sunulan Seminerler:

27.Nisan.2018 Selçuk Üniversitesi: *Sahne Performansında Rol Çatışmaları ve Kaygı Dinamikleri.*

5.Nisan.2018 9 Eylül Üniversitesi : *Sahne Kaygısı ve Öz Yeterlilik Algısının Sahne Performansına Etkileri*

22.Mart.2018 Mersin Üniversitesi: *Sahne Kaygısının Şan Performansına Etkileri*

21.Mart.2018 Çukurova Üniversitesi: *Sahne Sanatlılarının Biyo-Psiko-Sosyal İletişim Becerileri*

15.Mart.2018 Başkent Üniversitesi: *Sanatçı Psikolojisi Dinamikleri.*

17.Nisan.2013 Gedik Üniversitesi: *Tarihsel Süreçte Sanat Tıp ve Felsefe İlişkisi*

4.Ödüller:

2009 V.Nuri Candaş Vakfı Onur Ödülü **İstanbul**

2007 VII. Uluslararası R. Tebaldi Agro Opera Şan Yarışması Birincilik Ödülü **Angri-İtalya**

2005 11.Uluslararası Umberto Giordano Opera Şan Yarışması Birincilik Ödülü **Foggia-İtalya**

1993-1994 TC. Kültür Bakanlığı Bir Yıllık Bilgi Görgü Bursu

5.Yabancıdil: Türkçe, Ermenice, İtalyanca, İngilizce, İspanyolca ve Fransızca

6.Yayınlar

6.1.Yurt İçi ve Yurt Dışı Temsiller/Roller:

2017-2018 E. Demirel Ninatta *Arinna*
İstanbul ()**

2016-2017-2018İ.Stravinsky TheRake's
Progress *Baba TheTurk, İstanbul(*)*

2015 Offenbah Hofmanın Masalları *Giulietta.*
İstanbul

2011 Monteverdiİl RitornodiUlisse in Patria
Melanto cd **Almanya**

2007 Mascagni Cavalleria Rusticana *Sabtuza*
İtalya (Nocera)

2007 R.strauss Elektra
Elektra İstanbul ()*

2006 G.Verdi Aida
Amneris Aspendos

2006 GVerdiAida
AmnerisAnkara DOP

2005-2006 F. Atakoğlu Ağır Roman Balesi
Dansöz USA (LA)

2005-2006 F. Atakoğlu Ağır Roman Balesi
Dansöz İstanbul

2004 I.Janaçek Jenufa
Kostelnička İstanbul ()*

2004G.Verdi İl Trovatore *Azucena İstanbul*

2004 Bizet Carmen *Carmen.*
İstanbul

2003 Bizet. Carmen. *Carmen*
Sofya Nasional Opera

2003 Bizet Carmen *Carmen* **İsviçre**
(Solothurn)

2002 BizetCarmen. *Carmen* **Belarusya**
(Minsk)

2001-2002 BizetCarmen*Carmen*

İzmir

2000- Saint SaensSamson-Dalila.

DalilaAspendosAntalya

2000-2002 Saint SaensSamson- Dalila *Dalila*
İstanbul

2000-2002 Saint SaensSamson- Dalila *Dalila*
İstanbul (*)

1999-2000 Rossini İtalyada Bir Türk
Zaida İstanbul

1999-2000 Offenbah Hofmanın Masalları
Giulietta. Aspendos Antalya

1999-2000 Offenbah Hofmann'ın Masalları
Giulietta İstanbul

1999-2000 Mascagni. Cavalleria Rusticana.
Santuzza İstanbul

1998-1999 Bizet Carme *Carmen Danimarka*
(Alborg-Aarhus)

1998-1999 Bizet. Carmen *Carmen Aspendos*

1998-2000 Bizet. Carmen*CarmenAnkara*

1996-2001 Bizet. Carmen. *Carmenİstanbul*

1995-2000 G.Verdi Aida *Amneris Aspendos*

1995-2000 G.Verdi. Aida. *Amneris Ankara*

1994-1995 G.VerdiAida *Amneris İstanbul*

1994-1995 G.VerdiAida *Amneris İstanbul*

1993-1994 Giordano Andrea Chenier *Bersi*
İstanbul

1992 G. MenottiMedyum *Md.Flora İstanbul*

1991C. Monteverdi İl Ritorno di Ulise İn Patria
Melanto İtalya (Siena + cd 2002)

1991 G.Verdi Maskeli Balo *Ulricaİstanbul*

1991 A.A.Saygun Kerem ile Aslı
HanımSultan İstanbul

1989-1990 G.Verdi Otello *Emilia İstanbul*

1989-1990 G.Menotti Konsolos *Anneİstanbul*

1988-1990 G.Verdi İl
Trovatore*Azucenaİstanbul*

8.Yurt İçi ve Yurt Dışı Konserler:

2017 Anneler Günü Konseri **İstanbul**
2017Opera Günü Konseri **İstanbul**
2015 Leyla Gencer konseri **İstanbul**
2015 Fransız bestecileri Konseri **İstanbul**
2014 M.Kodallı Atatürk Oratoryosu **İstanbul**
2013 İDOB Verdi Gala Konseri Aya İrini **İstanbul**
2012 İDOB Açılış Gala Konseri **İstanbul**
2010İDOB 50. Yıl Konseri
2010 Concerto Inaugurazione di Puccini **Lucca İtalia**
2009 Concerto Inaugurazione di **Callas Ravenna İtalia**
2008 Ustalara Saygı Erol Uras Konseri **İstanbul**
2007 Aram Kaçaduryan Kültür Merkezi Solo Konser **Canada**
2007 VII. RenataTebaldi (Agro) Yarışması Birinciliği Gala Konseri **Angrİtalia**
2005 XI.U.Giordano Yarışması Gala Konseri Birinciliği (**Foggia-İtalia**)
2005 İDOB 45. Yıl Konseri **İstanbul**
2004 İDOB Sezon Açılış Gala Konseri **İstanbul Arkeoloji Müzesi**
2003 Beethoven Do Maj. Mess. **Almanya-Marl**
2002 Beethoven 9.Senfoni Dünya Başkanları Zirvesi **Yunanistan (Atina)**
2002 Beethoven 9.Senfoni İzmir operası ile **Almanya (Marl)**
1996 XIV. İstanbul Festivali Açılış Gala

Konseri Aya İrini **İstanbul**

1995 XV. Torroella de MongriFestivali Solo Konseri **İspanya**

1995 İstanbul Mozayığı Hoşgörü Konseri **İstanbul CRR.**

1995 Çağdaş Yaşam Yararına Konser **Antalya**

1995 Emlak Bankası 69.yılı Konseri **CRR**

1995 Jaklin Çarkçı Solo Konser **İstanbul CRR**

1995 YeniYıl ve Puccini Konseri **İstanbul CRR**

1994 Uluslararası Kadın Ressamlar Sergisi Açılışı Valenzia **İspanya**

1994 Jaklin Çarkçı Konseri Torroella de Mongri **Festivali İspanya**

1993 JanacekBramsve Scarlatti Konseri **Milano**

1993 UluslararasıKadın Ressamlar Derneği açılışı (**Nancy Fransa**)

1993 Yeni Yıl Konseri **İstanbul CRR**

1991 XIX İstanbul Müzik Festivali Foure Requiem

1988 Yapı ve Kredi Gençlik Festivali Açılış Gala Konseri

(*):*TürkiyePrömyeri*

(**):*DünyaPrömyeri*