

T.C.
Mersin Üniversitesi
Sosyal Bilimler Enstitüsü
Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı

SPOR LİSESİ VE GENEL LİSE 9. VE 10. SINIF ÖĞRENCİLERİNİN
SOSYAL YETKİNLİK BEKLENTİSİ VE ÖZSAYGI DÜZEYLERİNİN
İNCELENMESİ

Duygu ÇAKICI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Mersin,2010

T.C.
Mersin Üniversitesi
Sosyal Bilimler Enstitüsü
Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı

SPOR LİSESİ VE GENEL LİSE 9. VE 10. SINIF ÖĞRENCİLERİNİN
SOSYAL YETKİNLİK BEKLENTİSİ VE ÖZSAYGI DÜZEYLERİNİN
İNCELENMESİ

Duygu ÇAKICI

Danışman
Yrd. Doç. Dr. Mehmet GÜNDOĞDU

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Mersin,2010

Mersin Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğüne,

Duygu ÇAKICI tarafından hazırlanan Spor Lisesi ve Genel Lise 9. ve 10. Sınıf Öğrencilerinin Sosyal Yetkinlik Beklentisi ve Özsaygı Düzeylerinin İncelenmesi, başlıklı bu çalışma, jürimiz tarafından Eğitim Bilimleri Anabilim Dalında YÜKSEK LİSANS TEZİ olarak kabul edilmiştir.

Başarılı

Başarısız



Başkan

Yrd. Doç. Dr. Mehmet GÜNDOĞDU
(Danışman)



Üye

Yrd. Doç. Dr. Ertuğrul GÖDELEK



Üye

Yrd. Doç. Dr. Nurgül GÖKÇAKAN

Onay

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim elemanlarına ait olduklarını onaylım.

... / ... / 20..

Prof. Dr. Mustafa AKSAN
Enstitü Müdürü

ÖNSÖZ

Bu çalışmanın planlanmasından gerçekleşmesine kadar geçen sürede birçok kişinin katkısı vardır. Öncelikle yapıcı eleştirileri ile beni destekleyen tez danışmanım Yrd. Doç. Dr. Mehmet GÜNDOĞDU' ya hoşgörüsü, sabrı ve anlayışı için sonsuz teşekkür ediyorum.

Değerli katkıları nedeni ile Yrd. Doç. Dr. Nurcan GÖKÇAKAN' a ve Yrd. Doç. Dr. Ertuğrul GÖDELEK' e, kütüphanesini açarak araştırmamın temelini oluşturan bilgilere ulaşmamı sağlayan Yrd. Doç. Dr. Öner ÇELİKKALELİ' ye, ölçeklerin uygulanmasında desteğini esirgemeyen sevgili arkadaşım Uzm. Psk. Dan. Gülmisal TURNALAR KURTARAN' a ve araştırmama katılan sevgili öğrencilere teşekkürü bir borç bilirim.

Tez çalışmamda pes ettiğim her anda yola devam etmem için cesaretlendiren ve değerli katkılar sağlayan sevgili arkadaşlarım Uzm. Psk. Dan. Başak TUFAN ÇETİN, Uzm. Psk. Dan. Aygül TUNÇ' a, özellikle sonsuz desteği ve olumlu bakış açısı için Uzm. Psk. Dan. Pınar SAĞLAM SAFÖZ' e teşekkür ederim.

Hayatımın her aşamasında mutluluğum ve huzurum için her türlü fedakarlığı yapan canım annem Fatma ÇETİNKAYA' ya, tez çalışmamı bitirmemdeki inadı için babam Durmuş DUMAN' a, yokluğunu her an derinden hissettiğim eniştem Arif Ali DEMİRÖZ' e ve beni sevgiyle kuşatan DEMİRÖZ, ÇETİNKAYA, ARIKAN ve ÇAKICI ailesinin tüm fertlerine çok teşekkür ederim.

Son olarak sevgili eşim Hakan Murat ÇAKICI' ya sadece çalışmam sırasında değil beraber geçirdiğimiz her an hissettiğim sevgisi, desteği, anlayışı ve tez çalışmam sırasında yaşamımı kolaylaştırmak için gösterdiği çaba nedeniyle sonsuz teşekkür ederim.

Bu çalışma annem Fatma ÇETİNKAYA' ya ithaf edilmiştir.

ÖZET

SPOR LİSESİ VE GENEL LİSE 9. VE 10. SINIF ÖĞRENCİLERİNİN SOSYAL YETKİNLİK BEKLENTİSİ VE ÖZSAYGI DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

Bu araştırma, spor lisesi ve genel lise 9. ve 10. sınıf öğrencilerinin Sosyal Yetkinlik Beklentisi ve Özsaygı düzeylerindeki farklılaşmayı incelemek amacıyla yapılmıştır.

Araştırmanın verileri, Mersin il merkezinden seçilen Mersin Spor Lisesi ve Pozcu Lisesi'nden seçilen dokuz ve onuncu sınıfta okumakta olan 327 öğrenciden elde edilmiştir. Sosyal Yetkinlik Beklentisi Düzeyine ilişkin verileri elde etmek için Bilgin (1996) tarafından geliştirilen Sosyal Yetkinlik Beklentisi Ölçeği; Özsaygıyı ölçmek için Coopersmith tarafından geliştirilmiş ve Tufan ve Turan (1987) tarafından Türkçeye uyarlanmış olan Coopersmith Özsaygı Envanteri kullanılmıştır.

Araştırmada elde edilen verilerin istatistiksel analizleri için SPSS 11.5 Paket Programı kullanılmıştır. Sosyal Yetkinlik Beklentisi Düzeyinin ve Özsaygının okul türleri, cinsiyet, sınıf düzeyleri açısından farklılaşıp farklılaşmadığını analiz etmek için t-testi yapılmıştır. Sosyal Yetkinlik Beklentisi Düzeyi ve Özsaygının sosyo-ekonomik durum açısından farklılaşıp farklılaşmadığını analiz etmek için varyans analizi (ANOVA) yapılmıştır. İstatistiklerin manidarlığı için hata düzeyi $\alpha \leq 0.05$ kabul edilmiştir.

Araştırma sonucunda elde edilen verilerin analizi sonucunda; spor lisesi ve genel lise 9 ve 10. sınıf öğrencilerinin Özsaygı ve Sosyal Yetkinlik Beklentisi düzeylerinin farklılaşmadığı görülmüştür. Özsaygı ve Sosyal Yetkinlik Beklentisi düzeyleri cinsiyet ve sınıf düzeyine göre farklılaşmamaktadır. Özsaygı sosyo-ekonomik duruma göre farklılaşma

göstermemektedir ancak Sosyal Yetkinlik Beklentisi düzeyi alt sosyo-ekonomik düzeyde olan öğrenciler ve üst sosyo-ekonomik durumda olan öğrenciler arasında alt sosyo-ekonomik durumda olan öğrenciler lehine anlamlı bir fark göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: Sosyal Yetkinlik Beklentisi, Özsaygı, Spor

SUMMARY

THE ANALYSIS OF SOCIAL SELF-EFFICACY AND SELF-ESTEEM LEVELS OF NINTH AND TENTH GRADE SPORTS AND GENERAL HIGH SCHOOLS STUDENTS.

The present research aimed to examine Social Self-efficiency and Self-Esteem levels of ninth and tenth grade Sports High School and General High School students.

The data have been gathered from 327 ninth and tenth grade students who attend Mersin Fine Arts and Sports High School and Pozcu High School in Mersin. In order to collect data about Social Self-Efficiency, Social Self-efficacy Scale developed by Bilgin (1996) was used. The self-esteem levels of the students were gathered by Coopersmith Self-Esteem Inventory developed by Coopersmith and adapted to Turkish by Turan and Tufan (1987).

SPSS 11.5 Software has been used for the statistical analysis of the data. t-test was used in order to investigate the school type, gender, and grade level difference of social self-efficacy and self-esteem. Analysis of Variance (ANOVA) was used in order to investigate the difference of social self-efficacy and self-esteem levels of the students according to socio-economic status

As a result, no gender and grade level difference was observed on the self-esteem and social self-efficacy levels of the ninth and tenth grade high school students. Additionally, no socio-economic status difference was observed on self-esteem scores of students while a

significant difference was observed on social self-efficacy levels between lower and higher socio-economic status students.

Keywords: Social self-efficacy, self-esteem, sports

İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ.....	i
ÖZET	ii
SUMMARY	iv
İÇİNDEKİLER	vi
TABLolar LİSTESİ	ix
GİRİŞ.....	1
Problem.....	5
Alt Problemler.....	5
Sayıtlar.....	6
Sınırlılıklar.....	6
Tanımlar.....	7
Araştırmanın Gerekçesi ve Önemi.....	7
I. BÖLÜM	
Kuramsal Çerçeve ve İlgili Araştırmalar.....	9
I. 1. Sosyal Öğrenme Kuramı.....	9
I. 1. 1. Sosyal Öğrenme Kuramının Dayandığı Temel İlkeler.....	10
I. 2. Yetkinlik Beklentisi.....	12

I. 3. Sosyal Yetkinlik Beklentisi.....	20
II. 3. 1. Sosyal Yetkinlik Beklentisi ve Spor.....	22
II. 3. 2. Sosyal Yetkinlik Beklentisi ile İlgili Araştırmalar.....	24
I. 4. Benlik Kavramı.....	27
I. 5. Özsaygı.....	29
I. 5. 1. Özsaygı ve Spor.....	31
I. 5. 2. Özsaygı ile İlgili Yapılan Çalışmalar.....	33
I. 6. Spor Lisesi.....	37
I. 6. 1. Spor Liseleri ile İlgili Yapılan Çalışmalar.....	38

II. BÖLÜM

Yöntem.....	40
II. 1. Araştırma Kapsamına Giren Bireyler.....	40
II. 2. Veri Toplama Araçları.....	40
II. 2. 1. Sosyal Yetkinlik Beklentisi Ölçeği.....	41
II. 2. 1. 1. Sosyal Yetkinlik Beklentisi Ölçeği'nin Geçerliği.....	42
II. 2. 1. 2. Sosyal Yetkinlik Beklentisi Ölçeği'nin Güvenirliği.....	42
II. 2. 2. Coopersmith Özsaygı Ölçeği.....	42
II. 2. 2. 1. Coopersmith Özsaygı Ölçeği'nin Geçerliği.....	43
II. 2. 2. 2. Coopersmith Özsaygı Ölçeği'nin Güvenirliği.....	44
II. 2. 3. Kişisel Bilgi Formu.....	44
II. 3. İşlem Yolu.....	44

II. 4. Verilen Analizi.....	45
III. BÖLÜM	
Bulgular.....	46
III. 1. Araştırmaya Katılan Spor Lisesi ve Genel Lise 9. ve 10. Sınıf	
Öğrencileriyle İlgili Betimsel İstatistikler.....	46
III. 2. Spor Lisesi ve Genel Lise 9 ve 10. Sınıf Öğrencileri Arasında	
Sosyal Yetkinlik Beklentisi ve Özsaygı Puanları Arasındaki	
Farka İlişkin Bulgular.....	48
III. 3. Cinsiyete, Sınıf Düzeyine ve Sosyo- ekonomik Düzeye	
Göre Spor Lisesi ile Genel Lise 9 ve 10. Sınıf Öğrencilerinin	
Sosyal Yetkinlik Beklentisi ve Özsaygı Puanları Arasındaki	
Farka İlişkin Bulgular.....	49
IV. BÖLÜM	
Tartışma ve Yorum.....	53
SONUÇ	
Vargı ve Öneriler.....	59
KAYNAKÇA.....	62
EKLER.....	73
EK-1 Kişisel Bilgi Formu.....	73
EK-2 Coopersmith Özsaygı Ölçeği.....	75
EK-3 Sosyal Yetkinlik Beklentisi Ölçeği.....	77

TABLÖLAR LİSTESİ

<u>Tablo No</u>	<u>Sayfa</u>
1. Araştırmaya Katılan Spor Lisesi ve Genel Lise 9 ve 10. Sınıf Öğrencileri İle İlgili Betimsel İstatistikler.....	46
2. Spor Lisesi ve Genel Lise 9 ve 10. Sınıf Öğrencilerinin Sosyal Yetkinlik Beklentisi ve Özsaygı Puanları Arasındaki Farka İlişkin T-Testi Sonuçları.....	48
3. Cinsiyete Göre Sosyal Yetkinlik Beklentisi ve Özsaygı Puanları Arasındaki Farka İlişkin t-testi Sonuçları.....	49
4. Sınıf Düzeyine Göre Sosyal Yetkinlik Beklentisi ve Özsaygı Puanları Arasındaki Farka İlişkin t-testi Sonuçları.....	50
5. Öğrencilerin Sosyo-Ekonomik Düzeylerine Göre Sosyal Yetkinlik Beklentisi ve Özsaygı Puanlarının Betimsel Değerleri.....	50
6. Öğrencilerin Sosyo-Ekonomik Düzeylerine Göre Sosyal Yetkinlik Beklentisi ve Özsaygı Puanlarının Farklılaşp Farklılaşmadığına İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları.....	51

GİRİŞ

Spor, günümüzde tüm dünyada ilgi gören evrensel bir olgudur. Özellikle iş dünyasının zorlukları karşısında giderek yalnızlaşan ve sosyal aktivitelerden uzaklaşan bireyler, sosyalleşmek ve iş yaşamının yarattığı stresi azaltmak için hem izleyici hem de uygulayıcı olarak sporu tercih edebilmektedirler. Karapınar (2007)'a göre spor, bireyin tabii çevresini beşeri çevre haline çevirirken elde ettiği yetenekleri geliştiren, belirli kurallar altında araçlı veya araçsız, bireysel veya toplu olarak boş zaman faaliyetleri kapsamı içinde veya tam zamanını alacak şekilde meslekleştirerek yaptığı, sosyalleştirici, toplumla bütünleştirici, ruh ve fiziki geliştiren, rekabetçi, dayanışmacı ve kültürel bir olgudur.

Spor yapan bireyin, gün içinde yaşadığı stres ve kaygı düzeyi azalır, kendine güven ve haz alma duygusu gelişir, dayanıklılığı artar. Ayrıca spor yaparken sadece başarıma duygusuna odaklandığı için gün içerisinde kendisinde stres duygusu yaratan olaylardan kısa süreliğine uzaklaşır. Spor esnasında birey endorfin hormonu salgılar ve bu hormon, egzersizin yapılmaya başlamasıyla beraber artma gösterir ve çalışma sonucunda vücudun tamamen rahatlamasını ve stresin atılmasını sağlar (Kavak ve diğ., 2006). Spor yaparak yaşadığı stres düzeyini azaltan birey daha verimli çalışmaya başlar. Karapınar (2007)'a göre spor, çalışma yaşamında verimin artmasına katkıda bulunmaktadır. Canan ve Ataoğlu (2010) düzenli sporun kaygı belirtileri üzerinde olumlu etkisinin olduğunu, özellikle takım sporlarının depresyonu ve bireyin problem çözme becerisine olan güvenini olumlu etkilediğini belirtmişlerdir.

Bulgu (2005), spor kurumunun günümüzde eğitim kurumunun bir parçası olarak toplumsal değerleri iletmesinin yanı sıra bireyin kendi bedenini kontrol edebilme, takım ruhu kazanma, başarıya yönelme gibi beceriler kazanmasını sağlayarak toplumsal yaşam düzenini öğretecek biçimde bireyi donanımlı hale getirme görevini üstlendiğini belirtmektedir.

Bu anlamda spor, bireyin sosyalleşmesinde çok önemli bir faktördür. Özellikle toplu olarak yapılan sporlarda birey, bir toplumun parçası olmayı ve o topluma ait olmak için gereken kuralları yerine getirmeyi, sorumluluk duymayı, paylaşmayı, toplum içerisinde kendini ifade ederek kendi haklarını korumayı aynı zamanda o toplumun diğer fertlerinin haklarına saygı duymayı ve birlikte başarmayı da öğrenir. Yetim (2000)'e göre spor, bireyin dinamik sosyal çevrelere katılımını sağlayan bir sosyal etkinlik olması özelliği ile kişinin sosyalleşmesinde önemli bir role sahiptir. Modern toplumlarda sporun çoğunlukla kolektif bir etkinlik olduğu göz önünde bulundurulduğunda sportif faaliyetler aracılığıyla, sporla ilgilenen bireyler değişik insan gruplarıyla sosyal ilişkiye girmektedir. Spor bireyin kendi dar dünyasından kurtularak başka ortamlarda, başka kişilerden, inançlardan, düşüncelerden insanlarla diyalog içinde bulunmasını, onlardan etkilenmesini ve onları etkilemesini sağlamaktadır. Bu yönüyle sporun yeni dostlukların kurulmasına, pekiştirilmesine ve sosyal kaynaşmaya destek sağladığı söylenebilir.

İnsanların sosyalleşmesine etken olan spor; daha çok sosyal ilişkiler kurulmasında ve geliştirilmesinde büyük rol oynar. Nitekim yeni arkadaşlıkların oluşması, grup içinde yer edinme, yerini idrak edebilme ve diğer grup üyelerini tanıyabilme gibi çabalar, kişinin sosyal yaşantısını etkileyerek olgunlaşmasını ve toplum hayatına alışmasını sağlar. Spor sayesinde bu değerlere kavuşmuş toplumların yaşadığı bölgelerde sosyal yapılar (dernek, kulüp, tesis, vb.) artar ve ortak heves ve heyecanların paylaşıldığı bir ortamdaki kişiler gelişmiş sosyal ilişkiler kurar (Doğu, 2006).

Değişen ve gelişen eğitim anlayışı, çocukların ve ergenlerin zihinsel gelişimlerini amaçladığı kadar ruhsal ve bedensel gelişimlerini desteklemek gerektiğini de vurgulamaktadır (Nar, 2007). Demirhan (2005) da sporun salt beden eğitimi ya da spor dallarının ve her türlü egzersizin mekanik basamaklarını öğretmek değil, insanın bütünsel eğitimi için gerekli araç ve eylem olduğunu belirtmiştir. Yukarıda yer alan bilgiler ışığında sporun, bireylerin kişilik

gelişimlerine katkıda bulunduğu, sosyalleştirdiği ve bir gruba ait olma duygusunu yaşattığı, başarıma ve zevk alma duygularını tadararak özgüven düzeylerini arttırdığı, zihinsel etkinliği yükselttiği söylenebilir. Milli Eğitim Temel Kanununda hedeflenen ilke ve amaçlar doğrultusunda, beden ve ruh sağlığı yerinde bireyler yetiştirmek için sporun birey üzerindeki olumlu etkilerinden faydalanılmalıdır (1739 sayılı Milli Eğitim Temel Kanunu, 1973). Bu doğrultuda beden eğitimi ve spor dersleri genel eğitimin ayrılmaz bir parçasıdır (Nar, 2007). Sporun, ortaöğretim kurumları arasında daha spesifik bir yere sahip olması açısından açılan Spor liselerinde sporu geliştirecek ve temsil edebilecek başarılı gençleri yetiştirmek ve yüksek öğretim kurumlarına alt yapı oluşturmak hedeflenmektedir (Karapınar, 2007). Spor liseleri öğrencilerinin gelişimlerine yönelik olarak iş birliği içerisinde çalışan ve dayanışma alışkanlığını kazanarak takım ruhunu taşıyabilen, spor disiplini ve centilmenliğini özümseyen örnek bireyler olmaları amaçlanmaktadır (MEB spor liseleri yönetmeliği mad.6, 2007).

Spor liselerinde okuyan öğrenciler buldukları gelişim dönemi açısından ergenlik dönemi içerisindeyler (Steinberg, 2007). Çocukluktan yetişkinliğe geçişte fiziksel ve cinsel değişimler, değer ve tutumlardaki değişimler, meslek seçimi, bir yaşam felsefesi oluşturma gibi amaçlar bu dönem içerisinde olan ergene belirsizliklerle ve kararsızlıklarla dolu bir süreç yaşatmaktadır. Ergen için zorlu geçen bu dönemde, ergenin çok çeşitli kararlar alması ve toplumsal yaşama yeni uyum biçimleri geliştirmesi gerekmektedir (Geçtan,1998). Ergen, bu gelişim döneminde kimlik arayışı içerisinde olmakla beraber, bir gruba ait olma, bir grup içerisinde birlikte olma duygusu, işbirliği, kendi başına karar verme, aile desteği, kendini değerli hissetme, kendine yönelik olumlu bakış açısı, sosyal yetkinlik beklentisini ve sosyal becerilerini geliştirme gereksinimi duymaktadır (Yeşilyaprak, 2000; Akkapulu, 2005; Gün, 2006; Kılıççı, 2000).

Ergenlik döneminde gereksinim duyulan ve kazanılmaya çalışılan bu gelişim görevlerine sporun da katkı sağlayacağı yapılan literatür taramasında görülmüştür. Yaman ve

diğerleri (2008) tarafından yapılan araştırmada genel ve özel benlik algılarının geliştirilmesi, öz benlikleri gelişmiş, toplumla barışık, haklarına riayet eden beden ve ruhsal açıdan sağlıklı bireyler yetiştirilmesi amacıyla sporun özsaygı üzerinde yarattığı olumlu etkiden faydalanılması gerektiğini ifade edilmiştir. Kuru (2003), bireyin kendini tanınması, yeteneklerini ve yeterliliklerini fark etmesi ve sağlıklı davranışlar geliştirebilmesi amacıyla sportif etkinliklere katılımının gerekliliğini vurgulamıştır. Öztürk ve diğerleri (2007), kız ergenler üzerinde yaptıkları araştırmada, 9 aylık hentbol eğitiminin kızların sosyal yetkinlik beklentisi ve atılganlık düzeylerini arttırdığını tespit etmişlerdir. Efe ve diğerleri (2008) ise, erkek öğrencilere verilen 9 aylık voleybol eğitiminin sosyal yetkinlik beklentisi ve atılganlık üzerindeki etkisini araştırdıkları çalışmasında verilen voleybol eğitiminin sosyal yetkinlik beklentisi ve atılganlık düzeylerini arttırmada olumlu bir etkisi olduğunu tespit etmişlerdir. Yeşilyaprak (2000), ergenin bir grup içerisinde birlikte olma duygusunu sportif faaliyetlerin yapıldığı okul takımında yer alarak yaşayabileceğini ifade etmiştir. Vondracek ve Porfeli (2003), başarı ile amaca ulaşma ve ulaşılan amaçtan tatmin olma duygusunun psikososyal gelişimde önemli bir araç olduğunu söyleyerek sporun amaca ulaşmada, hedeflenen amacın, somut, kısa sürede elde edilebilir ve kolay ölçülebilir olmasının ergenlerin amaç oluşturmayı öğrenme ve başarıyı deneyimlemesine yardımcı olacağını belirtmişlerdir. Richard (2007), yaptığı çalışmada, sportif başarının özsaygıyı arttıran faktörlerden biri olduğu bulgusuna ulaşmıştır. Bauer'e göre (2003), spor; eğitimsel, sosyal, duygusal ve fiziksel gelişimi arttıran bir araçtır. Spora katılımda azalma, özsaygı düzeyinde düşüşe neden olduğu için bir problem oluşturmaktadır. Spor öğrencilere bir spor dalında başarı sağlama fırsatı vererek özsaygı düzeylerini arttıran bir faktördür.

Yapılan literatür taraması sonucunda ulaşılan bilgiler işığında, sporla uğraşmak ile sosyal yetkinlik beklentisi ve özsaygı arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Bu doğrultuda; Spor liselerinde, spor uygulamaları ve bunlarla ilgili etkinlikler planlı, öğrencilerin ilgi, istek ve yetenekleri doğrultusunda, bireysel veya takım sporlarına yönelik

öğretmen gözetiminde yapılmaktadır. Aynı zamanda programların uygulanabilmesi amacıyla öğrencilerin aktif kullanımına sunulan kapalı spor salonu, spor sahası, futbol sahası, fizikî alt yapısı ve diğer spor alanları ile yeterli spor araç-gereci bulunmaktadır. Ayrıca öğrencilerin, öğretmenlerinin gözetim, rehberlik ve sorumluluğunda uygulama çalışmalarına, spor yarışmalarına, konferans, panel ve diğer etkinliklere katılımının sağlandığı spor liselerinde öğrenim gören öğrencilerin Sosyal Yetkinlik Beklentisi ve Özsaygı Düzeyinin belirlenmesine yönelik bir çalışmanın literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir (MEB spor liseleri yönetmeliği mad.13, 2007; Nar, 2007).

Problem

Spor lisesi 9. ve 10. sınıf öğrencileri ile genel lise 9. ve 10. sınıf öğrencilerinin Sosyal Yetkinlik Beklentisi ve Özsaygı Düzeyleri arasında fark var mıdır?

Alt Problemler

1. Spor lisesi 9. ve 10. sınıf öğrencileri ile genel lise 9 ve 10. sınıf öğrencileri arasında Sosyal Yetkinlik Beklentisi Düzeyleri açısından fark var mıdır?

2. Spor lisesi 9. ve 10. sınıf öğrencileri ile genel lise 9. ve 10. sınıf öğrencilerinin Sosyal Yetkinlik Beklentisi Düzeylerinde cinsiyet açısından fark var mıdır?

3. Spor lisesi 9. ve 10. sınıf öğrencileri ile genel lise 9. ve 10. sınıf öğrencilerinin Sosyal Yetkinlik Beklentisi Düzeylerinde sınıf düzeyi açısından fark var mıdır?

4. Spor lisesi 9. ve 10. sınıf öğrencileri ile genel lise 9. ve 10. sınıf öğrencilerinin Sosyal Yetkinlik Beklentisi Düzeylerinde sosyo-ekonomik durum açısından fark var mıdır?

5. Spor lisesi 9. ve 10. sınıf öğrencileri ile genel lise 9. ve 10. sınıf öğrencileri arasında Özsaygı Düzeyleri açısından fark var mıdır?

6. Spor lisesi 9. ve 10. sınıf öğrencileri ile genel lise 9. ve 10. sınıf öğrencilerinin Özsaygı Düzeylerinde cinsiyet açısından fark var mıdır?

7. Spor lisesi 9. ve 10. sınıf öğrencileri ile genel lise 9. ve 10. sınıf öğrencilerinin Özsaygı Düzeylerinde sınıf düzeyi açısından fark var mıdır?

8. Spor lisesi 9. ve 10. sınıf öğrencileri ile genel lise 9. ve 10. sınıf öğrencilerinin Özsaygı Düzeylerinde sosyo-ekonomik durum açısından fark var mıdır?

Sayıtlar

Bu araştırmanın temel sayıtları şunlardır:

1. Araştırmada kullanılacak ölçekler, Sosyal Yetkinlik Beklentisi ve Özsaygı düzeyini ölçmektedir.

Sınırlılıklar

1. Araştırma Mersin Spor Lisesi'nden ve Mersin İl Merkezi Büyükşehir Belediyesi sınırları içindeki bir genelden seçilen 9. ve 10. sınıf öğrencileri ile sınırlıdır.

2. Araştırma verileri kullanılacak ölçme araçlarının ölçtüğü nitelikler ile sınırlıdır.

Tanımlar

Yetkinlik Beklentisi: Kişinin belirli bir davranışı başarılı bir şekilde gerçekleştirebileceğine ilişkin yeteneği hakkındaki inancıdır (Bandura, 1977).

Sosyal Yetkinlik Beklentisi: Bireylerin kişilerarası etkileşim durumlarında kendi yetenekleri ile ilgili benlik algısıdır (Bandura,1997)

Özsaygı: Benlik kavramı ve benlik imgesinin beğenilip benimsenmesinin özsaygıyı oluştur (Yörükoğlu, 2007).

Araştırmanın Gerekçesi ve Önemi

Bu araştırmanın amacı, spor liselerinde okumakta olan öğrenciler ile genel liselerde okuyan öğrencilerin Sosyal Yetkinlik Beklentisi ve Özsaygı düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından farklılaşıp farklılaşmadığını araştırmaktır.

Lise dönemi ergenin benlik algısını oluşturduğu ve özellikle arkadaş ilişkilerinin ve akranları tarafından kabul görülme beklentisinin en yoğun olduğu dönemdir. Bu nedenle sosyal yetkinlik beklentisinin en yüksek kaygıyla yaşandığı dönemlerin ergenlik dönemi olduğu söylenebilir. Efe (2007) değişen ve gelişim gösteren toplumsal değerler içinde ergenin, eğitim yaşamında başarılı olmak, ekonomik etkinlik kazanmak, toplumun ve arkadaş çevresinin onayını almak gibi konularda kaygı duyduğunu ifade etmektedir. Ergen, toplumda saygınlık kazanmaya ve statü sahibi olmaya gereksinim duyar. Toplumsal uyum geniş ölçüde bu gereksinimin karşılanmasına bağlıdır. Ergenlik yılları bir anlamda, toplumsal gelişim ve uyum yılları olarak da nitelenebilir. Bireyler sosyal algılarını içinde buldukları çevreyle

etkileşime girerek geliştirir, bu etkileşim sonucunda kendisi ve sosyal çevredeki yeri hakkında kişisel şemalar oluşturmaktadır (Yörükoğlu, 2007).

Spor, her dönemde bireyler arasında hem fiziksel hem de ruhsal sağlığı korumak, hem de sosyalleşmek adına kullanılan önemli bir aktivitedir. Sporun bir toplumsallaşma aracı olduğunu belirten İnel (1996), spor aktivitelerinde gerçekleştirilen davranışların toplumda gerçekleştirilen davranışların bir yansıması olduğunu ifade etmiştir. Örneğin pas vermek, toplumsal yaşamda iletişimin karşılığı, boş alan yaratmak için gösterilen çaba toplumsal yaşamda ihtiyaç duyulan işbirliği ve uyumun karşılığıdır. Yine taktik oluşturmak toplumsal yaşamda küçük grupların amaç ve simge birlikteliği, yedeğe alınmak eleştiriye açık olmayı simgelemektedir. Bu açıdan bakıldığında spor bireyin toplumsal yaşamı öğrenirken o toplum içerisinde kendine bir rol belirleyerek kimlik geliştirmesinde etkili bir faktördür.

Özsaygı kazanma ve sahip olduğu yeterlilikleri değerlendirme sürecinde olan ergenler için benlik imajı önemli bir faktördür. Fiziksel özelliklerinin çevresi tarafından beğenilen bireyin kendisi hakkında memnuniyeti artmaktadır. DeBate ve diğerleri (2009) fiziksel aktivitenin benlik saygısı ve vücut ölçüsünden memnuniyet düzeyini arttırdığını belirtmişlerdir. Kız ergenler üzerinde yapılan bir çalışmada egzersizin fiziksel benlik algısını olumlu etkilediği görülmüştür (Burgess ve diğ., 2006).

Spor liseleri, öğrencilerin akademik olarak spora yönlendirildiği liselerdir. Ülkemizde çok yeni olan bu liselerle ilgili yapılan literatür taramasında çok az çalışmaya rastlanmıştır. Yukarıda verilen bilgiler ışığında bu araştırmada spor lisesi ve genel lise dokuz ve onuncu sınıf öğrencilerinin sosyal yetkinlik beklentisi ve özsaygı düzeylerindeki farklılaşmaya bakılmıştır.

I. BÖLÜM

KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

I.1. Sosyal Öğrenme Kuramı

Sosyal bir çevrede yaşayan bireyler, sürekli bir etkileşim içindedir ve dolaylı ya da dolaysız olarak birbirlerinden bir şey öğrenirler. Bandura'ya (1977) göre sosyal etkileşim insan davranışının şekillenmesi ve değişmesinde temel etkenlerden biridir. Gündelik yaşamın her safhasında bireyler birbirlerini gözlemleyerek yeni davranışlar öğrenir, gözlemlediği davranışın pekiştirildiğini gördüğünde bu davranışı sergilemeye başlayabilir. Gözleme davranışı bireyin bilinçli olarak yaptığı bir davranış değildir ve günlük hayatın içerisinde kendiliğinden oluşur.

Bu süreçte birey çevresiyle sürekli bir etkileşim içindedir. Birey, bireyin davranışı ve çevre birbirini etkilemektedir. Birey, çevresinden gelen bilgileri alır ve önemli olanları algılar ve bu algılar davranışlarını belirler.

Bireyin öğrenmesini etkileyen ve gözlemlediği modelden edinilen dolaylı yaşantılar aşağıda açıklanmıştır:

1. Dolaylı pekiştirme: Diğerlerinin davranışlarının olumlu sonuçlanması gözlemcinin aynı davranışı gerçekleştirme olasılığını artırır (Bandura,1962; akt; Bandura, 1986). Ancak gözlemlenen davranışın sonucunun birey için anlamlı olması gerekmektedir. Diğerlerinin başarısı ya da başarısızlığı bireyin kendi kapasitesini gözden geçirmesini sağlar. Modelin davranışı zor olsa bile modelin davranışı sonucunda ödüllendirilmesi gözlemcinin o davranışı taklit etme eğilimini arttıracaktır (Korkmaz, 2009).

2. Dolaylı ceza: Modelin davranışı sonucunda karşılaştığı caydırıcı sonuçlar gözlemcinin aynı şekilde ya da benzer şekilde davranma eğilimini azaltır (Bandura, 1986). Dolaylı ceza gözlemciyi modelin davranışına benzer bir davranış sergilemesinden alıkoymaz (Senemoğlu, 2001).

3. Dolaylı güdülenme: Modelin davranışı gözlemleyen kişi değer verdiği bir ürünle ödüllendirilirse birey o davranışı tekrar gerçekleştirmeye istek duyar (Senemoğlu, 2001).

4. Dolaylı duygu: Modeller onu gözlemleyen kişiye davranışları sonucunda hissettikleri duygularla ilgili sözlü ya da sözsüz mesaj verirler. Gözlemleyen kişi dolaylı yaşantı sonucunda bu duygulara sahip olabilir (Senemoğlu,2001).

5. Model özellikleri: Modelin özellikleri de model almayı etkilemektedir. Modelin özellikleri gözlemleyen kişinin özelliklerine ne kadar benzerse model alma o kadar güçlenir. Ayrıca güçlü ve yüksek statüye sahip olmak gibi özellikler de modelin gözlemci üzerindeki etkisini artırır (Senemoğlu,2001). Bireyler, kendi yaşlarına yakın, iyi karaktere sahip, kendilerine daha uygun ve benzer, saygı duydukları ve yüksek statüde olan bireyleri kendilerine model seçerler (Korkmaz,2009).

I. 1. 1. Sosyal Öğrenme Kuramının Dayandığı Temel İlkeler

Sosyal öğrenme kuramı, insan davranışı konusunda bazı temel sayılıtlara dayanmaktadır. Kuram, bireyin davranışlarının ortaya çıkmasında hem çevrenin-diğer bireylerin etkisini hem de bireyin kendi davranış kapasitesinin önemini ve belirleyiciliğini vurgulamaktadır.

1. Karşılıklı Belirleyicilik: Bireyin bilişsel, duygusal ve fizyolojik özellikleri, davranış ve çevre etkileşim içerisinde olan faktörlerdir ve birbirlerini sürekli olarak etkilemektedirler. Bu üç faktör her zaman aynı etkileme gücüne sahip değildir. Farklı

koşullar altında ve olaylar karşısında etkileri değişiklik gösterir (Bandura, 1997). Öğrenmeyi bu üç faktör birlikte oluşturur. Birey kendi davranışları ile kendi kararlarını etkilerken diğerlerinin de bireye göstereceği tepkilere neden olmaktadır. Çevresel faktörler de bireyin kararlarını etkilerken diğer yanda yine çevrede olan olaylar bireye davranışları konusunda yol gösterici olabilmektedir (Korkmaz, 2009).

2. Sembolleştirme Kapasitesi: Bandura (1986), insanların dünyayı bilişsel temsilciler yoluyla sembolik olarak gördüklerini savunmaktadır. İnsan düşünebilen bir varlık olarak geçmişini zihninde tutmakta ve geleceği tasarlayabilmektedir. Bu durumda, geçmiş ve geleceğe yönelik olan düşünceler, bireylerin buldukları ya da bulunacakları davranışları etkileyen ya da bu davranışlara yol açan materyallerdir. Sözlü ve hayali semboller yoluyla bireyler gelecekteki davranışlarına yol gösterecek temsili şekillerle eylemlerini gerçekleştirir. Semboller vasıtasıyla birey problemlerini olası tüm çözüm yollarını denemek zorunda kalmadan çözebilir ve çeşitli davranışların olası sonuçlarını tahmin ederek kendi davranışlarını buna göre düzenleyebilir. Sembolleştirme kapasitesi olmadan bireyler sistematik düşünceden yoksun kalırlar.

3. Öngörü Kapasitesi: İnsanlar geçmişte yaşadıkları olaylara dayanarak gelecek için de planlar yapma kapasitesine sahiptir. Bireyler, beklentilerini karşılama durumlarını dikkate alarak geleceğe yönelik hedefler koyar ve plan yapar. Ayrıca gelecekte başkalarının kendilerine nasıl davranacağı hakkında tahmin yaparak davranışlarını ona göre belirleyip planlar yapmalıdır. Kısacası düşünce davranıştan önce gelir (Senemoğlu, 2001; Korkmaz, 2009).

4. Dolaylı Öğrenme Kapasitesi: İnsanlar başkalarının davranışlarını ve davranışları sonucunda edindikleri deneyimlerini gözlemleyerek çok şey öğrenirler. Bireyler kendi davranışları sonuçlarını görerek de çok şey öğrenseler de bu onların öğrenme kapasitelerini kısıtlar (Senemoğlu,2001; Korkmaz, 2009).

5. Öz Düzenleme Kapasitesi: Bireyler kendilerini biçimlendirme potansiyeline sahiptirler. Ne kadar çalışacakları, ne yiyecekleri, dinlenme ve eğlenme biçimleri, toplumda yaşayış biçimleri, gibi kişisel işlerde yaşantılarını kendileri düzenleyebilirler. Çünkü insanlar kendi hayatlarını kontrol etme ve düzenleme gücüne sahiptirler. İnsanların davranışları başkalarının tepkilerinden etkilense de davranışlarının sorumluluğu bireye aittir (Senemoğlu,2001; Korkmaz, 2009).

6. Öz Yargılama Kapasitesi: İnsanlar kendileri hakkında düşünme ve düşündüklerini açıklama ve yargıda bulunma yetisine sahiptirler. Bireyler davranışları sonucunda sahip oldukları düşünceleri kaydeder ve bu düşüncelerin yeterliği hakkında yargıda bulunurlar. Bütün bu yargılar bireyin üstlendiği bir işi yerine getirmekte ne derece başarılı olabileceği ve kendi kapasitesinin ne derece yeterli olduğuna ilişkin bir görüş sahibi olmasını sağlar. Bireyin bu yargısı sosyal öğrenme kuramında yetkinlik beklentisi olarak tanımlanmıştır (Senemoğlu,2001; Korkmaz, 2009).

I. 2. Yetkinlik Beklentisi

Bireyler, herhangi bir işe başladıkları zaman bu işi başarıp başaramayacaklarını düşünürler. Bazı bireyler bu işi başaracak yetenek ve beceriye sahip olduklarını düşünürken bazı bireyler bu yetenek ve beceriye sahip olmadıklarını düşünerek umutsuzluğa kapılırlar. Böylelikle işi başarma yeteneğine sahip olduklarını düşünen bireyler o işe başlama ve sürdürmede daha başarılı olurken, sahip olmadıklarını düşünenler o işi başlatma ve devam ettirmede problem yaşar ve başarısız olurlar. Bu durum “yetkinlik beklentisi” olarak açıklanabilir.

Yetkinlik beklentisi, çevresel talepler ve güçlükler karşısında baş etme davranışları gerçekleştirme ve amaçlarını belirlemede gücü kanıtlanmış bir kavramdır (Schwarzer, 1999).

Bandura (1997) yetkinlik beklentisini bireyin belirli bir davranışı gerçekleştirmek için gerekli olan etkinlikleri organize etmede ihtiyaç duyduğu becerilere sahip olduğuna dair inançları olarak tanımlamıştır.

Schwarzer (1999) yetkinlik beklentisini belirli bir durum karşısında bireyin gerekli olan davranışı ne kadar başarıyla gerçekleştirebileceğine olan inancı olarak tanımlamıştır.

Luszczynska ve diğerleri (2005) genel yetkinlik beklentisini, bireylerin farklı görevleri çözmeye çalışma ve çeşitli derecelerdeki stresli ve zorlu mücadelelerin zorlukları ile baş edebilmelerine olan inançları olarak tanımlamışlardır. Yetkinlik beklentisi ise bireyin farklı görevlerin ve çaba gerektiren belirli durumların zorlukları ile baş etmeleri ve çözmeye çalışmasında yeterliklerine olan inancı olarak tanımlamışlardır.

Senemoğlu (2001), yetkinlik beklentisini bireyin gelecekte karşısına çıkabilecek güç durumların üstesinden gelmede ne derecede başarılı olabileceğine ilişkin kendisi hakkındaki yargıları olarak tanımlamıştır.

Korkmaz'a (2009) göre ise yetkinlik beklentisi kişinin kendinin farkında olmasıdır. Birey yapması gereken performans ile kendi kapasitesini karşılaştırıp duruma göre hareket geçer. Yetkinlik beklentisi, bireyin karşısına çıkan güçlükler karşısında nasıl başarılı olabileceğine dair kendisi hakkındaki inançlarıdır. Kısaca yetkinlik beklentisi, bireyin kendini bilmesidir.

Yüksek yetkinlik beklentisine sahip bireyler davranışı gerçekleştirirken izlediği yolda daha odaklanmış, daha planlı ve ısrarcıdırlar (Bandura,1997). Yüksek yetkinlik beklentisine sahip bireyler karşılarına çıkan engelleri aşmada, yeni stratejiler yaratarak, daha çok çaba sarf ederek ve davranışı gerçekleştirmede daha uzun süre ısrarcı olarak düşük yetkinlik beklentisine sahip olanlara göre daha başarılıdırlar (Schwarzer, 1999) .

Yetkinlik beklentisinin dört bilgi kaynağı vardır:

Tamamlanmış Performanslar (Accomplished Performances): Daha önce başarıyla sonuçlanan deneyimler yetkinlik beklentisini etkileyen en önemli kaynaktır çünkü bunlar bireyin başarılı deneyimlerine dayanır (Bandura, 1997). Bireyin daha önce başarıyla tamamladığı deneyimleri daha sonraki performanslarında kendine ilişkin değerlendirmelerini etkiler. Eğer kişi, geçmiş yaşantılarında kendini başarılı olarak değerlendirirse yetkinlik beklentisi inancı artar ancak başarısızlıkla sonuçlanan deneyimler yetkinlik beklentisi inancını düşürür. Ancak birey yeni davranışlar sergilerken daha önceki başarılı performanslarına güvenerek yeni davranış için de çaba sarf etmek gerektiğini göz ardı etmemelidir (Feltz ve diğ., 2008).

Görevin zorluk derecesi, yardım almaksızın gerçekleştirmek, az hata ile sonlandırmak da bireyin yetkinlik beklentisi inancını güçlendirir (Bandura, 1997).

Tekrarlanan başarılarla gelişen yetkinlik beklentisinde, ara sıra yaşanan başarısızlıkların fazla bir etkisi olmaz (Bandura, 1977; akt: Akkapulu, 2005).

Dolaylı Öğrenme (Vicarious Experience): Bireyler yetkinlik düzeylerine ilişkin inançlarını gözlem yoluyla ve kendilerini başkalarıyla kıyaslayarak arttırabilir (Feltz ve diğ.,2008). Kişiler, sosyal karşılaştırmalar sonucunda kendisine benzeyen modellerin başarılarını gözlemleyerek kendi kapasitesi hakkında bir fikir sahibi olur. Böylece, bireyler, başkalarının başarılarını gözlemleyerek aynı eylemi kendisinin başarıyla gerçekleştirebileceğine dair yetkinlik beklentisini düzeyini yükseltir (Bandura, 1997). Aynı şekilde model gözlenen davranışı başarısızlıkla sonuçlanırsa bu durum gözlemcinin kendi kapasitesine olan inancını olumsuz etkiler (Brown ve Inouye, 1978; akt, Bandura, 1997)

Bireyin kendisi ve model arasındaki benzerliğe olan inancı ne kadar yüksekse modelin karşılaştığı başarı ve başarısızlık durumlarını kendisinin de yaşayacağına dair inancı

o kadar çok etkilenir. Eğer birey modelin kendisinden çok farklı olduğunu düşünürse modelin başarıyla ya da başarısızlıkla tamamladığı davranışları bireyin aynı davranışı gerçekleştirme ve sonuçlandırmada kendi kapasitesi ve yetkinliğine olan inancını çok fazla etkilemez (Bandura, 1997).

Bıkmaz (2002) da birey, model aldığı kişinin kendisine ne kadar çok benzediğini düşünüyorsa, modelin başarısı ya da başarısızlığının da o derece ikna edici olacağını belirtmiştir. Diğer taraftan birey, model aldığı kişinin kendisine pek benzemediğini düşünüyorsa yetkinlik inancı modelin başarı ya da başarısızlıklarından çok da fazla etkilenmeyecektir.

Dolaylı öğrenmenin bireye, yetkinlik beklentisini arttırmanın dışında bireye gözlemlendiği davranışı en iyi nasıl gerçekleştirebileceğine dair bir fikir vermesi açısından bir katkısı daha vardır (Bandura, 1997).

Bireyler kendi deneyimleri sonucunda yetkinlik kapasiteleri hakkında fikir sahibi olurlar ancak bu durum bireyin kapasitesini sınırlar. Bu nedenle başkalarının gözlemlenmesi insanların öğrenme kapasitesi ve hızını arttırır (Korkmaz, 2009)

Sözel İkna (Verbal Persuasion): Bireylerin başarabileceğine ya da başaramayacağına ilişkin teşvikler, nasihatler, öğütler değişik ölçülerde yetkinlik beklentisini etkiler (Korkmaz, 2009).

Sözel ikna bireye performansı ile ilgili verilen geribildirimlerdir. Bu geribildirimler bireyin yetkinlik beklentisini arttırmak ya da azaltmak için verilebilir. Kendisine gerçekleştireceği etkinliği tamamlayabilme kapasitesine sahip olduğu ile ilgili olumlu geribildirimler verilen kişi harekete geçmek ve devam etmek konusunda daha fazla çaba gösterir.

Sözel ikna, bireylerin yetkinlik beklentisini en çok bireyin ikna eden kişiye güvendiği ve saygı duyduğu durumlarda artar (Maddux, 1995). Feltz ve diğerleri (2008) de

ikna etme etkisinin gücünün ikna eden kişinin saygınlığı, inanırlığı, güvenilirliği ve deneyimine bağlı olarak değiştiğini ifade ederek özellikle spor aktivitelerinde antrenörlerin, sporcularına onlar hakkındaki değerlendirmeleri, özellikleri, beklentileri ile ilgili geribildirim vererek yetkinlik beklentilerini arttırabileceğini belirtmektedirler.

Fizyolojik Durum (Physiological State): Bireylerin yetkinlik düzeyleri ile ilgili diğer kaynak da fizyolojik tepkilerdir. Bireyler kapasitelerini değerlendirirken fiziksel ve duygusal durumları tarafından nakledilen fizyolojik bilgilerini de dikkate alırlar. Bireyler genellikle fizyolojik durumlarını kaygılı olarak değerlendirme eğilimindedirler. Bireylerin başarı beklentileri genellikle gergin ve kaygılı oldukları zamanlarda değil bu caydırıcı durumların olmadığı zamanlarda artar (Bandura,1997).

Stres ve zorlamalı durumlar fizyolojik olarak da gözlemlenebilmektedir. Zorlanma anında görülen yetkinlik algısındaki zayıflama fizyolojik belirtileri de ortaya çıkarabilmektedir. İnsanlar yaşadıkları stres ve kaygı durumlarında başarılı olamayacağını düşünür, bu da stres ve kaygı durumunu iyice yükseltir ve birey bu durumun etkisiyle gerçek dışı bir başarısızlıkla yüz yüze kalabilmektedir (Bandura, 1977).

Zeldin ve Pajares (2000) bireyde oluşan stres ve gerilimin genellikle başarısızlık işareti olarak yorumlandığını ve bireyin duygu durumunun yetkinlik beklentisi inançlarını belirgin şekilde etkilediğini belirtmektedirler. Buna göre, olumlu ruh halinin ve iyimserlik yetkinlik beklentisi inancını güçlendirilirken depresyon ve umutsuzluk ve moral bozukluğu duygularının bireyin yetkinlik inancını azaltmaktadır

Bandura'ya (1997) göre yetkinlik algısı bireyin bir işi gerçekleştirmede ne düzeyde yeterli olduğuna ilişkin inancıdır. Yetkinlik algısı bireyin bir eylemi gerçekleştirmedeki gerçek yeterlilik düzeyinden çok, bireyin o işle ilgili kendine yönelik yargılarını yansıtır. Bu ayırım önemlidir çünkü bireyler yeterliliklerini kimi zaman

olduğundan fazla görürler ya da var olandan daha az yeterliliği olduğuna inanırlar (Kaşık, 2009).

Algılanmış yetkinlik beklentisi, kişinin ne kadar yeteneğe sahip olduğu konusunda değil, sahip olduğu yeteneği ile ne yapabileceği konusundaki inancını tanımlar. Yetkinlik beklentisi, sürekli değişen ve farklı uyaranlar içeren stresli şartlara uyum sağlamaya yardım eder. Yetkinlik beklentisi, kişinin belirli bir davranışa teşebbüs edip etmeyeceğini, engellerle karşılaştığında ısrar edip etmeyeceğini, güç kullanıp kullanmayacağını ve başarısızlıklarını kendine veya diğer insanlara yükleyip yüklemeyeceğini de etkiler. Yetkinlik inançları, sadece davranış üzerindeki kontrolle ilgili değildir, aynı zamanda düşünce işlemleri, motivasyon ve etkili psikolojik durumlarla da ilgilidir (Bandura, 1997).

Bandura 'ya (1997) göre yetkinlik beklentisinin üç boyutu vardır:

Düzyey (magnitude): Algılanan yetkinlik beklentisi farklı bireyler tarafından işin zor ya da kolay olmasına göre değişir. Mücadelenin ya da engelin zorluk derecesi bireyin kapasitesine olan inancı etkiler. Örneğin yüksek atlama yapan bir atletin yetkinlik inancı atlama çubuğunun yükseklik derecesinden etkilenir.

Genelleme (generality): Bireyler kendilerini çok çeşitli alanlarda ya da belirli bir alanda yetkin hissedebilirler. Genelleme, yetkinlik beklentisini bireyin belli bir alan ya da çeşitli alanlara yöneltilebilmesidir. Aktivitelerin benzerlik oranları, bireyin sahip olduğu kapasitenin tarzı, durumun niteliksel özellikleri ve davranışın yönlendirildiği kişinin özellikleri gibi çeşitli boyutlar genellemeyi değiştirebilir.

Dayanıklılık (strength): Bireyin düşük ya da yüksek yetkinlik beklentisi algısına sahip olmasıdır. Zayıf yetkinlik inancı kolaylıkla daha önceki başarısız deneyimlerden etkilenir. Ancak kapasitelerine olan inançları daha kuvvetli olan bireyler karşılarına çıkan zorluklara ve engellere rağmen davranışı tamamlamaya azimle devam ederler ve zorluklardan kolayca bunalmazlar.

Bandura (1986) yetkinlik beklentisinin bireyin davranışlarını doğrudan etkilemediğini, bireyin belirli bir alanda kendisini yetkin olarak görmesinin, kendilerini yetersiz olarak algılayan kişilerden farklı olarak düşünmesine böylece davranışı gerçekleştirmesi sağladığını ifade etmektedir.

Yetkinlik beklentisi bireylerin bazı önemli davranışlarını etkilemektedir (Bandura, 1986.). Bu davranışlar:

Seçme davranışı: Bireyler yaşamları boyunca hangi davranışı gerçekleştirecekleri ve davranışı ne kadar süreyle devam edecekleri hakkında karar vermek durumundadırlar. Bu seçim bireylerin yetkinlik inançlarından etkilenmektedir.

Bireyin kapasitesine ilişkin doğru kararların verilmesi başarılı bir davranışın gerçekleşmesi için gereklidir. Yanlış değerlendirmeler bireyin yetkinlik inancını olumsuz etkiler. Kapasitelerini olduğundan fazla değerlendiren bireyler başarabileceklerinin çok üstünde amaçları gerçekleştirmeye çalışabilirler ve bu durum onların birçok zorlukla karşı karşıya kalmalarına, güvenilirliklerine zarar vermelerine ve gereği olmayan bir başarısızlık yaşamalarına neden olur. Aynı şekilde yüksek yetkinlik beklentisine sahip olan bireyler başa çıkabileceklerinden daha düşük görevler alırlarsa bu durum da onların potansiyellerini arttırmalarını engeller. Her iki durumda bireyler üzerinde onarılması imkansız istenmeyen sonuçlara neden olur.

Çaba gösterme ve ısrar etme davranışı: Yetkinlik beklentisi inancı ne kadar güçlüyse davranışı gerçekleştirmek için gösterilen ısrar ve gayret o kadar artar. Bireyin yüksek bir yetkinlik algısı varsa yaşadığı sorunları çözmek ve değişik çözüm yolları bulabilmek için daha gayretli olacaktır.

Yüksek çaba gerektiren eylemlerde azimli olmak gerekmektedir çünkü bilgi ve yeterliliğe sahip olmanın yolu sürekli çaba göstermekten geçmektedir. Yetkinlik inancının düşük olması bireyin çabuk pes etmesine neden olarak bireyin gelişimini kısıtlar.

Düşünce kalıpları ve duygusal tepkilerle ilgili davranışlar: Düşük yetkinlik beklentisi olan bireyler çevrelerindeki olaylara olduklarından daha fazla inanma eğilimindedirler. Bu durum, bireyin karşılaştığı problemlerle ilgili çözüm yolları bulmasında ve araştırmasında stres yaratır. Yüksek yetkinlik beklentisi olan bireyler ise karşılaştıkları problemleri çözmek için daha ısrarlı olur, değişik çözüm yolları bulur ve bu sorundan kurtulmayı başarabilirler.

Üretici olma davranışı: Kendilerini yetkin olarak nitelendiren kişiler, ilgilerini ve amaca ulaşma isteklerini attıran bir mücadeleye girerler. Bu kişiler amaçlarından uzaklaştıklarını fark ettiklerinde çabalarını yoğunlaştırırlar, endişe verici durumlar karşısında kaygı yaşamamaya çalışırlar ve başarısızlıklarının nedenini bularak amaca ulaşmada yeni girişimlere girerler. Bu insanlar geleceğini basitçe öngörmekten çok kendi geleceğini yaratırlar (Bandura,1997). Aksine yetkinlik inançları düşük olanlar, zor görevlerden kaçarlar, zorluklar karşısında çabuk pes ederler, yetersizliklerinin üstünü örtmeye çalışırlar ve çok fazla kaygı ve stres yaşarlar.

Bireyin kendisi ile ilgili oluşturduğu yetkinlik beklentisi inancı bireyin gerçekleştirdiği performansların sonuçları ile doğrudan etkilidir. Birey yüksek bir yetkinlik inancına sahip ise yaptığı işin sonucuna ilişkin beklentisi de yüksek olacaktır; eğer düşük bir yetkinlik inancına sahip ise sonuç ile ilgili beklentisi de düşük olacaktır. Bu durum “sonuç beklentisi” olarak tanımlanmaktadır. Sonuç beklentisi, kişinin yaptığı bir davranışın hangi sonuçları doğurabileceğini yaklaşık olarak tahmin edebilmesidir. Yetkinlik inancı ise kişinin istediği bir sonucu yaratabilmek için gerekli davranışları başarıyla gösterip gösteremeyeceğine ilişkin inancıdır (Akbaş ve Çelikkaleli, 2006).

Sonuç beklentisi, davranışın sonuca ulaşma düzeyi ile ilgili bireyin öngörüsüdür ve davranışın bir sonuca yönelik olduğuna inanmayı, bireyin davranışı başlatmasını ve davranışı yapabilme konusundaki ısrarını içerir. Yetkinlik beklentisi ise bireyi sonuca götürecektir

davranışı yapabilme kapasitesine olan inancıdır. Bu iki kavram farklıdır çünkü bireyler yapılan bir davranışın mutlaka bir sonucu olacaktır ancak burada önemli olan nokta bireyin bu davranışı gerçekleştirip gerçekleştiremeyeceğidir (Bandura, 1977).

I. 3. Sosyal Yetkinlik Beklentisi

Sosyal yetkinlik beklentisi yetkinlik beklentisinin en önemli boyutlarından birisidir ve bireyin toplumsal ilişkilerde sergilediği davranışları önemli ölçüde etkilemektedir. Sosyal yetkinlik beklentisi Bandura (1997) tarafından, bireylerin kişilerarası etkileşim durumlarında kendi yetenekleri ile ilgili benlik algısı olarak tanımlanmıştır. Sosyal yetkinlik beklentisinin gelişiminde, bireyin kişilerarası iletişim sürecinde sergileyebileceği sosyal davranışlarla ilgili gerekli bilgiye sahip olması, davranışlarını kontrol altına alabileceği konusunda kendisi ile ilgili güven geliştirebilmesi ve bireyin sosyal çevresinin birey bir davranışı yapmaya çalışırken kendisine destek olacağı inancı belirleyici olmaktadır (Bandura,1986). Sosyal becerilere sahip olma ve etkili iletişim gibi alanlardaki yetenekler, bireyin üzerindeki olumlu sosyal algıyı işaret etmektedir ve bireylerin sahip oldukları problem çözme becerileri çevrelerini gözlemlene ve taklit yoluyla kazanılmaktadır (Bandura, 1986).

Schunk'a (1983) göre ise, sosyal yetkinlik beklentisinin gelişiminde dolaylı yaşantılar ve sosyal karşılaştırmalar önemli iki faktör olarak yer almaktadır. Sosyal karşılaştırmalar, akran modelleri dahilinde, yeteneklerimize dair bireysel algılarımızın gelişmesini etkilemektedir. Burada önemli nokta, bireylerin kendilerine verilen bir görevi yapıp yapamayacaklarına dair herhangi bir yargıları yoksa ya da bu konudaki deneyimleri sınırlıysa bu durumda dolaylı yaşantılara daha duyarlı olmalarıdır. Yani, sosyal ilişkilerinde ailelerinden, arkadaşlarından, öğretmenlerinden edindikleri sosyal yaşantı örnekleri onların

kendileri ile ilgili olarak sosyal yetkinlik düzeyi geliştirmelerinde önemli bir rol oynayacaktır (Akt; Çelikkaleli, 2004).

Sosyal yetkinlik beklentisi ergenlerin ruh sağlığında da önemli bir yere sahiptir. Ergen için sosyal olmak; çevresi tarafından birey olarak kabul edilmeyi ve birlikte olmaktan hoşlanılmayı içerir Sosyal etkinliklere katılmak, kendisini arkadaş gruplarının bir parçası olarak görmek, ergenin sosyal gelişimi için gerekli unsurlardır (Akkapulu, 2005). Bununla birlikte birçok ergen, arkadaş ilişkileri kurmada güçlük, karşı cinsle ilişkiye girmede çekingenlik, duygularını ifade etmede yoğun zorluklar yaşadığından, kişiler arası ilişkilere girmede sosyal becerilerini geliştirmeye yönlendirilme gereksinimindedir (Uzamaz, 2000).

Erken ve orta ergenlik dönemindeki arkadaşlık grubu ve diğerleri genç için gittikçe artan bir önem kazanmaktadır. Çünkü arkadaş edinmek, ergen için önemli bir sosyal başarı ve sosyal yeterliliğin belirleyicisidir. Aynı zamanda bu dönemdeki arkadaşlık, karşılıklı olarak, özel paylaşım ve kendini ifade etmekle şekillenmektedir. Kendini olumlu olarak değerlendirmeyi geliştiren bir ergen; yakın arkadaşlıklar kurmaya ve başkalarına açık olmaya, düşüncelerini, duygularını açıklamaya, kendine daha az değer veren bir ergenden daha fazla hazırdır (Akkapulu, 2005). Diğer bir ifadeyle, kendine değer verme duygusu, akranlarla olan ilişkinin tatminkârlılığının gelişmesini arttırabilmektedir (Decovic ve Meeus,1997).

Ergenlerin stres yaşamalarında, sosyal yetkinlik beklentisinin önemli bir etkisi bulunmaktadır (Çelikkaleli, 2004). Bireyin kendini sosyal yetkinliği olan birisi olarak yorumlaması ve algılaması, etkileşimlerinde daha istikrarlı ve güvenli olmasını ve uygun yönlendiricilerle daha verimli sonuç almasını sağlayabilecektir. Ancak bireyin kendini sosyal açıdan yetersiz görmesi, pasif davranışlar sergilemek, plansızlık, motivasyonun azalması, akademik olarak başarısızlık, sosyal ilişkilerde yetersizlik gibi belirtileri ortaya çıkarabilmektedir. Bu açıdan, bireylerin sosyal yetkinlik beklentilerinin, aile ve arkadaş

ilişkileri, ders çalışma becerileri, akademik başarı, stres, kaygı gibi birçok davranış üzerinde etkili olduğu görülmektedir (Bilgin, 1996).

Sosyal yetkinlik beklentisi özellikle bireylerin yakın çevresi ile ilgili yaşantılarından etkilenmektedir. Ebeveynleriyle ilk yıllarda kurulan güvenli bağlılık, çocukların sosyal yetkinlik düzeyleri, akranları tarafından kabulü ve arkadaş çevresi içerisinde sevilen biri olma ile ilişkilidir. Önemli görülen bir nokta da çocuğun baba ile olan ilişkisi ve bağlılığı sosyal yetkinlik beklentisi düzeyini arttırmaktadır (Coleman, 2003).

I. 3. 1. Sosyal Yetkinlik Beklentisi ve Spor

Literatürde spor ve fiziksel egzersiz ile yetkinlik beklentisi arasındaki ilişkiyi inceleyen birçok çalışma vardır. Bu çalışmalarda spor ve fiziksel egzersizin bireyin sosyal yetkinlik beklentisi düzeyini arttırdığı vurgulanmaktadır (Öztürk ve diğ., 2007; Hoffster ve diğ., 1990; Spence ve Blanchard, 2001; Kwan ve Bryan, 2010).

Bandura (1997) spor karşılaştırmalarında sporcuların fiziksel yetenekten daha fazlasına ihtiyaç duyduklarını belirterek sportif becerilerin gelişmesinde bilişsel faktörlerin de etkili rol aldığını ifade etmiştir. Bandura'ya göre bireyin hangi spor aktivitesini seçeceği ve sürdüreceği ile antrenmanlardan kazandıkları bireyin yetkinlik inancından etkilenmektedir.

Spora yönelik sosyal yetkinlik inancının varlığı, kişinin sağlık amaçlı bir fiziksel egzersize başlama ve bunu uygulama ihtimalini arttıracaktır. Söz konusu inancın gücü ne kadar yüksekse, bir egzersiz programına katılma niyeti de o kadar güçlü olacaktır. Bireyin aktif bir yaşam tarzına sahip olup daha fazla aktiviteye katılımını sağlamada; çevresel faktörler arasında aile desteği, arkadaş ortamı, öğretmen ve antrenörlerin yardım ve teşvikleri destekleyici rol oynamaktadır (İkizler, 2000)

Özellikle antrenörlerin sporcular yetkinlik beklentileri üzerindeki etkisi de önemli bir faktördür. Armstrong ve diğerleri (2007), antrenörlerin sporcuların yetkinlik düzeylerini arttırmada en önemli faktör olduğunu belirtmişlerdir. Özellikle sporcularla iletişim kurmak, becerilerin geliştirilmesi konusunda bilgi ve geri bildirim vermek sporcuların yetkinlik inançlarını olumlu etkiler (Feltz ve diğ.,2008; Armstrong ve diğ., 2007).

Bandura (1997) model almanın bireyin sportif yetkinliğini attırdığını belirtmiştir. Model aldığı kişinin performansını gözlemleyen birey aynı davranışı gerçekleştirmede hangi becerilere sahip olması gerektiği hakkında bir fikir edinir. Örneğin futbol oynamaya başlayan çocuklara edinmesi gereken örnek beceriler sahada ya da televizyonda izletilerek onların bu beceriler hakkında bilgi sahibi olmaları sağlanır. Spor psikolojisinde de model alma psikolojik ve davranışsal değişimler sağlamak için kullanılan bir unsurdur (Feltz ve diğ., 2008).

Spor çalışmaları içerisinde yer alma, bireyin kendi yeteneklerini geliştirmelerine, kendilerini ifade edebilmelerine, yeni beceriler kazanmalarına, yeni ilişkiler geliştirmelerine ve başarı duygusu yaşamalarına ortam sağlamaları nedeni ile bireyin sosyal yetkinlik beklentisini geliştirmektedir (Öztürk ve diğ., 2007).

Bireyler için performanslarına yönelik geribildirimler de yetkinlik beklentileri açısından önemlidir. Sporculara verilen geribildirimler onların yetkinlik beklentilerini arttırabileceği gibi azaltabilir de (Bandura, 1997). Sporcuya başarılı olduğuna çevresinden verilen olumlu geribildirimler onların yetkinlik inançlarını arttır ancak olumsuz geribildirimler yetkinlik inancını düşürür (Feltz ve diğ., 2008).

Sporcuların çevrelerinden gelen geribildirimler kadar kendisi ile ilgili gözlemleri de yetkinliğini etkilemektedir. Bandura (1997) bireyin kapasitesini doğru şekilde kullanmayı daha önceki yanlış deneyimleri ve çeşitli denemelerle öğrenebileceğini ifade etmiştir. Davranışlarını değiştirerek ve karşılaştığı sonuçları gözlemleyerek aktiviteyi en iyi hangi şekilde yapabileceği hakkında fikir sahibi olur. Ancak Kuruç ve Bayar (2006) sporcunun

kendisini dışarıdan birisinin gözüyle görmesinin iyi bir strateji olduğunu belirtseler de sporcunun bu durumu abartarak kendisi ile ilgili kıyaslamaları abartması ya da gözlemcilere fazla önem vermesinin sporcuyu tüketebileceğini belirtmektedirler. Bireyin hedeflediği amaca ulaşmada müsabaka sırasında gösterdiği performansın kalitesinin de bireyin olumsuz içedönük konuşmalar yapma düzeyini arttırdığı görülmektedir (Hatzigeorgiadis ve diğ., 2008).

I. 3. 2. Sosyal Yetkinlik Beklentisi ile İlgili Araştırmalar

Yurtiçi ve yurtdışında yapılan çalışmalara bakıldığında sporun sosyal yetkinlik beklentisi düzeyi üzerindeki etkisine yönelik yapılan literatür çalışmaları aşağıda yer almaktadır.

Hoffstetter ve diğerleri (1990), yaptıkları çalışmada erken yaşta spora başlayan bireyler üzerinde yaptıkları çalışmada; ilköğretim 6-14 yaş, orta öğretim 15-18 yaş ve yüksek öğrenimde spora başlayanlar bireyleri incelemiştir. 15-18 yaş ve yüksek öğrenim görenlerin düzenli olarak yaptıkları egzersizle, sosyal öğrenme ve spor faaliyetlerinin sosyal yetkinlik beklentisiyle ilişkili olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Labbe ve Welsch (1993) yaptıkları çalışmada uyguladıkları aerobik egzersiz programının 4. ve 5. sınıfta devam eden öğrencilerin yetkinlik beklentileri düzeylerine etkisini araştırmışlardır. Araştırma sonucunda programa devam eden öğrencilerin yetkinlik beklentisi düzeylerinde anlamlı bir farklılaşma olmadığı görülmüştür.

Spence ve Blanchard (2001), egzersizde sosyal yetkinlik beklentisi ve anlık duyguların ön test sonuçlarına etkisini belirlemek amacıyla yaptıkları çalışmada egzersiz yaptırılan grubun sosyal yetkinlik beklentisi son test puanları ile ön test puanları arasında

anamlı bir farklılaşma olduğunu göstererek, fiziksel aktivitenin sosyal yetkinlik beklentisi üzerinde olumlu etkisi olduğunu belirlemişlerdir.

Gençlerle ilgili yapılan bir çalışmada Ryan ve Dzewaltowski (2002), gençlerde farklı fiziksel aktivite ve kişisel yetkinlik tipleri arasındaki ilişkiyi karşılaştırmışlardır. 6. ve 7. sınıf öğrencileri üzerinde yapılan bu çalışmada, gençler fiziksel aktivite yoluyla kendilerine olan güvenlerinin arttığı, fiziksel aktivitedeki engellerin üstesinden geldikleri, aktif olmak, kendilerine çevre bulmak ve oluşturmak için diğer arkadaşlarıyla sosyal ortamlara katıldıklarını belirtmişlerdir.

Rovniak ve diğerleri (2002) fiziksel aktivite ile sosyal destek, yetkinlik beklentisi, sonuç beklentisi ve öz düzenleme kapasitesinin ilişkisini 277 üniversite öğrencisi ile yaptıkları çalışmalarında incelemişlerdir. Sonuçta yetkinlik beklentisinin fiziksel aktiviteyi en fazla etkileyen değişken olduğu görülmüştür. Sosyal desteğin fiziksel aktiviteyi yetkinlik beklentisine etkisi üzerinden etkilediği bulunan bir başka sonuçtur.

Mazurkiewicz ve diğerleri (2005) yaşları 15 ile 60 arasında olan 139 kişiye uyguladıkları çalışmalarında yetkinlik beklentisinin 2 yıl süren bir çalışmada koşma sporunun devamlılığını öngörüp öngörmeyeceğini araştırmışlardır. Çalışma sonucunda yetkinlik beklentisinin koşma davranışının sürekliliğini öngörmediği bulunmuştur.

Utku ve diğerleri (2006) 8 hafta süren fitness programının kadınların beden imgesi ve öz-yeterlilik inançları arasındaki ilişkiyi inceledikleri araştırmalarını rastgele seçtikleri 7 spor salonuna yeni başlayan 58 kadın üzerinde uygulamışlardır. Araştırmada Çok Boyutlu Beden İmgesi Ölçeği ve Riggs tarafından geliştirilen ve Öcel tarafından Türkçeye uyarlanan Öz-yeterlilik Ölçeği kullanılmışlardır. Araştırma sonucunda çalışmanın beden memnuniyeti düzeyini yükselttiği görülürken katılımcıların öz-yeterlilik inançlarında olumlu bir değişim olmadığı bulunmuştur.

Şenışık'ın (2006) ilköğretim okullarında uygulanan beden eğitimi ve spor derslerinde kullanılan farklı yöntemlerin sosyal yetkinlik beklentisi üzerine etkisini araştırdığı çalışmasında komut yöntemi ve eşli çalışma yöntemlerini 166 öğrenci üzerinde 10 hafta süren bir çalışmayla uygulamıştır. Çalışma sonucunda öğrencilerin sosyal yetkinlik beklentisi düzeylerinin yükseldiği görülmüştür.

Efe (2007)'nin sosyal yetkinlik beklentisi ve atılganlık düzeyini araştırdığı çalışmasında daha önce benzeri sosyal etkinliklere katılmamış olan 60 kız, 65 erkekten oluşan deney grubuna 9 ay boyunca badminton, judo ve atletizm branşlarına özgü temel spor çalışmaları eğitimi verilmiştir. Çalışmanın sonucunda 9 ay boyunca uygulanan temel spor çalışmalarının 14-16 yaş grubu bireylerin sosyal yetkinlik beklentilerini ve atılganlık düzeylerini arttırmada etkili olduğu görülmüştür.

Öztürk ve diğerleri (2007), bu çalışmada, 14-16 yaş grubu kızlarda hentbol çalışmalarının sosyal yetkinlik beklentisi ve atılganlık üzerine olan etkisini araştırmışlardır. Çalışmada deney ve kontrol grupları 20'şer kızıdan oluşturulmuştur. Deney grubu haftada iki gün 36 hafta (9 ay) branşa özgü temel hentbol çalışmalarına katılırken, kontrol grubundaki 20 öğrenci herhangi bir antrenman programına katılmamıştır. Belirlenen deney ve kontrol grubuna kişisel bilgi formu, Sosyal Yetkinlik Beklentisi Ölçeği ve Rathus Atılganlık Envanteri ön ve son test olarak uygulanmıştır. Sonuç olarak, 9 ay boyunca uygulanan branşa özgü temel hentbol çalışmalarının, 14-16 yaş grubu kızların sosyal yetkinlik beklentisi ve atılganlık düzeylerini arttırmada olumlu bir faktör olduğu tespit edilmiştir.

Öztürk ve Şahin'in (2007) 9-13 yaş arası bireysel spor yapan, takım sporlarına katılan ve spor yapmayan bireylerin sosyal yetkinlik beklentisi düzeylerini karşılaştırdıkları çalışmada takım sporu yapan bireylerin sosyal yetkinlik beklentisi düzeylerinin spor yapmayan bireylerden daha yüksek olduğu görülmüştür. Ayrıca spor yapan öğrencilerin antrenman yaşı arttıkça sosyal yetkinlik beklentisi düzeyinin de arttığı yapılan çalışmanın sonuçları arasındadır.

Efe ve diğeri (2008), 14-16 yaş grubu bireylerde voleybol çalışmalarının sosyal yetkinlik beklentisi ve atılmanlık üzerine olan etkisini araştırmışlardır. Çalışmada deney ve kontrol grupları için 20'şer erkek ğrenci grubu oluşturulmuştur. Deney grubu haftada iki gün 36 hafta (9 ay) branşa özgü temel voleybol çalışmalarına alınmıştır. Kontrol grubundaki 20 ğrenci herhangi bir antrenman programına katılmamıştır. Belirlenen deney ve kontrol grubuna kişisel bilgi formu, Sosyal Yetkinlik Beklentisi leği ve Rathus Atılmanlık Envanteri n ve son test olarak uygulanmıştır. Sonuç olarak, 9 ay boyunca uygulanan branşa özgü temel voleybol çalışmalarının, 14-16 yaş grubu bireylerin sosyal yetkinlik beklentisi ve atılmanlık düzeylerini arttırmada olumlu bir faktör olduğu tespit edilmiştir.

Lee ve diğeri (2009) fiziksel aktiviteye katılımın belirleyicilerini araştırdıkları çalışmalarında yetkinlik beklentisi, fiziksel aktivitenin eğlenceli olması, aile desteği ve okul spor programı içerisinde yer almanın fiziksel aktiviteye katılımı hem erkek hem de kız ergenlerde arttırdığı sonucuna ulaşmışlardır.

I. 4. Benlik Kavramı

Benlik kavramı, bireyin benliğini algılayış ve kavrayış biçimi olarak tanımlanır. Kişinin kendisini nasıl gördüğü ve nasıl değer verdiğini anlatır. Ancak bu değerlendirme gerçeklere uymayabilir. Kişi kimi alanda kendini yüceltirken kimi alanlarda da kltebilir (Yörükoğlu, 2007).

Öztürk (1992) benlik kavramını bireyin kendini algılamasına ve değerlendirmesine ilişkin geliştirdiği düşünceler olarak tanımlamıştır. Diğer yandan, Ekşi ve zğurlu (1992) benlik kavramını bireyin "algıladığı benlik", başkalarının onu nasıl değerlendirdiğine ilişkin inanışlarını içeren "başkalarının gözündeki benliği" ve gelecekte olmak istediği "ideal benliği" olarak üç ayrı biçimde dşnlebilediğini belirtmişlerdir.

Pişkin (2000) de benlik kavramının üç ögesi olduğunu ifade etmiştir; benlik imgesi, ideal benlik ve özsaygı. Benlik imgesi, bireyin sahip olduğu fiziksel ve zihinsel özelliklerinin farkında olmasıdır. İdeal benlik, bireyde olması gereken toplum tarafından değerli kabul edilen standartlara sahip olmaya çalışmayı ifade eder. Özsaygı ise bireyin benlik imgesi ile ideal benliği arasındaki farkı görebilmesidir. Daha farklı bir ifadeyle bireyin kendisini nasıl algıladığı ile olmak istediği benlik arasındaki fark bireyin özsaygı düzeyini ortaya çıkarır.

Benlik kavramı genellikle süreklilik ve tutarlılık gösterse de belli bir esnekliğe sahiptir. Katı bir benlik kavramına sahip olmak bireyin özellikle zorlu yaşantılar karşısında tökezleyip hayal kırıklığı yaşamasına neden olur. Esnek benlik kavramına sahip bireyler gelişime ve değişime açıktırlar (Yörükoğlu, 2007).

Benlik kavramının gelişimi özellikle ergenlik ve ilk yetişkinlikte çok önemli olan dinamik ve yaşam boyu süren bir süreçtir. Çevreyle etkileşimden ya da iç diyalogumuzdan çıkar. Disiplin ve sevgi aracılığıyla ebeveynlerden, uygun davranışı gösterme baskısıyla akranlardan, başarı ve başarısızlıkla okul yaşantılarından ve bir çok başka olaylardan etkilenir. Öte yandan benlik, ruh ve beden sağlığını, çevreyle ilişkileri, akademik başarıyı ve meslek seğimini etkiler (Gander ve Gardiner,1998).

Özellikle ergenlik dönemi benlik kavramının öne geçtiği bir dönemdir. Bu dönemde birey içe dönerek duygularını ve bedenini incelemeye, nasıl bir kişi olduğu ve ne olmak isteği konusunda düşünmeye başlar. Bireyin bu içe dönük düşünceleri benlik arayışının belirtileridir. Bu dönemde gencin baş uğraşı benliğidir. Kendisi ile ilgilenmeye başladığça bazı özelliklerini kimi gün beğerirken başka bir gün beğermemeye başlar. Bu durum bu çağda benlik kavramının sürekli olarak iniş çıkışlar ve dalgalanmalar göstermesiyle açıklanabilir. Çünkü ergen, kendisine yakışan bir kimlik aramaktadır (Yörükoğlu,2007).

I. 5. Özsaygı

Çeşitli araştırmacı ve yazarlar özsaygı kavramını çeşitli şekillerde tanımlamışlardır.

Rosenberg'e (1965) göre özsaygı bir nesne olarak kişinin kendisine atfettiği düşünce ve duyguların toplamıdır. Benlik saygısı düzeyi yüksek olan birey kendisini sayar ve değerli olarak görür ancak düşük özsaygıya sahip olan birey benliğini reddeder, küçümser ve ondan hoşnut olmaz (Akt; Aksaray, 2003).

Bireyde gelişen benlik kavramına ilişkin bireyin geliştirmiş olduğu tutum bireyin özsaygı düzeyini belirlemektedir. Benlik kavramı bireyin kendini algılayış tarzı, yaşamında yerine getirdiği rollere ilişkin kendini nasıl gördüğünü ifade ederken, özsaygı, kişinin kendisi ile ilgili olarak duygu ve düşüncelerini içermektedir (İnanç, 1997).

Coopersmith, özsaygının, bireyin kendisi hakkında sürekliliği olan bir dizi değerlendirici tutumdan oluştuğunu belirtmektedir (Akt; Dilek, 2007). McMahon'a (1997) göre ise özsaygı, kendini sevmek, kendine öncelik vermek, kendi ihtiyaçlarını karşılamak ve kendini büyük ölçüde itibarlı bir konuma getirmektir. Özsaygı bir durum değil, süreçtir ve kesinlikle bencillik demek değildir.

Sanford ve Donovan'a (1999) göre iki tür özsaygı vardır; genel ve özel. Genel özsaygı, algıladığımız benliğimizi bir bütün olarak ne kadar sevdiğimiz ve onayladığımızın bir ölçüsüyken özel özsaygı, kendimizin belli bir parçasını ne kadar sevdiğimiz ve onayladığımızın bir ölçüsüdür.

Yörükoğlu (2007) benlik kavramı ve benlik imgesinin beğenilip benimsenmesinin özsaygıyı oluşturduğunu belirtmektedir. Özsaygı, kişinin kendini değerlendirmesi sonucunda ulaştığı benlik kavramını onaylamasından doğan beğeni durumudur. Bireyin kendini

beğenmesi ve saygı duyması için üstün nitelikleri olması gerekmez çünkü özsaygı kendini olduğundan eksik ya da fazla görmeksizin olduğu gibi kabul etme ve kendinden memnun olma durumudur.

Özsaygı düzeyi yüksek olan bireyler, kendilerinin iyi ve kötü yönlerini bilir, kendine saygı duyar ve kendi değerinin bilincinde olur. İyi özelliklere sahip olduğunu bilir ancak mükemmel olduğunu düşünüp kibirlenmez. Eksikliklerinin ve hatalarının, bir insan olarak kendi değersizliğini değil, insan olduğu gerçeğini gösterdiğine inanır (Sanford ve Donovan, 1999).

Bandura (1997) özsaygı ve yetkinlik beklentisinin ayırımını yapmıştır. Bu ayırımı göre hissedilen yetkinlik beklentisi bireyin kendi kapasitesine dair kararlarıdır ancak özsaygı kendi değeri hakkındaki yargılardır. Bireyin kapasitesine ilişkin inancı ile kendisini sevip sevmemesi arasında bir ilişki yoktur. Bireyler verilen herhangi bir görev karşısında kendilerini umutsuzca yetersiz hissedebilirler ancak bu durum kendilerini sevmemelerine neden olmaz. Tam tersi birey kendisini herhangi bir konuda oldukça yüksek düzeyde yetkin hissederken bu performansı başarıyla tamamlamasıyla gurur duymayabilir.

Ergenlikte, ebeveynlerden ve arkadaşlardan alınan sosyal destek özsaygının gelişiminde önemli bir rol oynamaktadır. Ergenin kimlik gelişiminde bu sosyal destek onun olumsuz kimlik geliştirmesine neden olacak kişilerden koruyan bir kalkan oluşturarak destek olmaktadır. Ergen arkadaşlarından ve ebeveynlerinden aldığı destekle özsaygısını geliştirir (Huurre ve diğ.,1999). Arslan (2009) da ergenlerin benlik saygısının gelişiminde aile, akran ve öğretmenlerinden alınan desteğin önemli olduğunu belirtmiştir.

Arkadaş çevresi tarafından kabul edilmesi, onlar tarafından aranmak, sevilme, beğenilmek ve benimsenmek ergenin benlik saygısını olumlu etkileyen faktörlerden biridir. Genç, akranlarıyla ilişkiye girerek zekâyla sanat ya da spor yetenekleriyle kendini kanıtlar. Arkadaş ilişkilerine girmek gencin benliğini tanımasına, denemesine ve geliştirmesine fırsat

verir. Arkadaş grubu içerisinde genç hem bir birey olarak var olur hem de topluluğun eşit bir üyesi haline gelerek toplumsal becerilerini geliştirir (Yörükoğlu,2007).

Bireyin fiziksel görünüşü ve beden imajına yönelik kaygıları da özsaygıyı olumsuz etkileyebilir. Vücut yapısı ve kişilik arasında, anlamlı bir ilişki vardır. Fiziksel bakımdan kuvvetli olma, çocuklar ve gençler için başarı ve onur kazandırır. Bu özellikleri taşıma, olumlu benlik kavramı geliştirme için bir avantajdır. Ancak bedensel gelişimi iyi olan ama okul başarısı düşük olan çocuk ve gençlerin, olumlu benlik kavramı geliştirmeleri güçtür. Okul başarıları çok iyi olan çocuklar, çelimsiz de olsa olumlu benlik kavramı geliştirebilirler (Yavuzer, 2002).

Doğan'a (1993) göre birey ergenlik döneminde bir iş ve meslek sahibi olur, aile kurar ve bağımsız bir kişi olur. Ancak yine de bu dönemde hastalıklar, kazalar, iş veya sevilen kişilerin kaybı, göç gibi olumsuz yaşam olaylarının olması, özsaygıyı etkileyebilir ve yeniden yapılanma ihtiyacı ortaya çıkabilir (Akt; Altunbaş, 2006). Kısaca, özsaygı bireyin yaşamında oldukça önemli bir yer tutmaktadır ve insan yaşamındaki diğer birçok değişkeni de olumlu ya da olumsuz yönde etkileyebilmektedir.

I. 5. 1. Özsaygı ve Spor

İnsan toplumsal bir varlık olarak yaşadığı ortamda kendisini onaylatması kimliğini tanımasıyla olasıdır. Bu süreçte sanat ve spor kimliğinin dışavurumunda önemli rol oynamaktadır. Özellikle spor toplumsal bir etkileşimi içermesi açısından kimlik edinmede önemli bir rol oynamaktadır (Bulgu,2005).

Kimlik oluşumu ve bireyin kendi benliğine sahip çıkarak özsaygısını artırma sürecinde sporun etkisi yadsınamaz. Gün (2006) spor yapma ve özsaygı arasında olumlu bir

ilişki olduğunu belirterek spora katılım ve özsaygının karşılıklı olarak birbirini etkilediğini ifade etmiştir. Buna göre spor etkinliklerinde bulunma özsaygı düzeyini arttırmakta aynı zamanda yüksek özsaygı düzeyine sahip olmak da bireyin spor etkinliklerine katılma ve başarılı olma düzeyini arttırmaktadır.

Spor takımları içerisinde bulunmak, özsaygının sosyal etkileşimlerin bir ürünü olması nedeniyle bireyin özsaygı düzeyini arttırmada önemli bir faktördür. Birey spor etkinliklerine katılarak bir gruba ait olma duygusunu yaşar ve yardımlaşma, işbirliği, takım ruhu kazanma gibi gelişimini olumlu etkileyecek özellikler kazanır. Bir sporu öğrenen ergenler kendini psikolojik olarak iyi hisseder, güvenli fiziksel görünümünden memnun ve disiplinli bireyler olmaya adım atarlar (Korkmaz,2007).

Şenışık'a (2006) göre özellikle ilköğretim çağında başlanan spor etkinlikleriyle birlikte bireyler birçok olumlu özellik kazanır. Başta sağlıklı bir fizik gelişimi ile beraber kendine güven, yardımlaşma, paylaşma, irade gücünün oluşumu bireyin olumlu bir kişilik gelişimi göstermesine katkı sağlar.

Karakaya ve diğerlerine (2006) göre sporun fiziksel, ruhsal ve zihinsel gelişime katkısının yanı sıra özsaygı ve liderlik özelliklerinin gelişimine de olumlu katkıları vardır.

Akıncı (2007) sporda kazanılan başarıların gencin kendisine olan güvenini arttırdığını belirterek aktif spor yapan öğrencilerin çevreleri tarafından takdir edilen davranışlar sergilediğini ifade etmiştir. Ayrıca sosyalleşme sürecine etkisini belirterek sporun fert-toplum bütünleşmesinde önemli bir rol oynadığına dikkat çekmiştir.

Beden imgesi ve fiziksel özellikler özsaygıyı olumlu ya da olumsuz etkileyebilir. Ergenlik dönemi bireyin fiziksel özelliklerini çevresiyle kıyasladığı ve zaman zaman memnuniyetsizlikler yaşadığı bir dönemdir. Ayrıca yine bu dönemde ergenin fiziksel özellikleri hızlı değişimler gösterir. Bu nedenle bireyin özsaygı algılamalarında değişiklikler görülebilir. Ancak ergenlere spor yapabilecekleri uygun ortamların hazırlanması ve spora

yönlendirilmeleri onların fiziksel güçlerini arttırarak olumlu beden imgesi kazanmalarını sağlayacaktır (Gün,2006). Fiziksel olarak kendini yeterli gören bireyin kendi vücudunu beğenmesi ve fiziksel açıdan kendine yeterli olabileceğinin yanı sıra algılanan fiziksel yeterliliğin üst seviyede olması bireyin özsaygısını olumlu etkilemektedir (Yentür, 2004).

Burgess ve diğerleri (2006) özellikle kız ergenlerin olumsuz benlik imajı geliştirme riski taşıdıklarına dikkat çekerek ergenlerin sağlıklı bir yaşam tarzı oluşturmaları ve olumlu bir psikolojik gelişim sağlamak için fiziksel aktivitenin gerekli olduğunu belirtmişlerdir. Yaman ve diğerleri (2008) yaptıkları çalışmada sporun fiziksel benlik algısını yükseltmesinin yanı sıra sporun fiziksel benlik algısına etkilerinin branşlara göre de farklılık gösterdiği sonucuna ulaşmışlardır.

Yörükoğlu (2007) arkadaş gruplarının dinamiklerini belirterek benzer sosyoekonomik özelliklere sahip gençlerin çoğunlukla aynı grupta yer aldıklarını ifade etmiştir. Ancak ona göre bu kuralı bozan tek grup spor takımlarıdır çünkü bu takımlarda ortak özellik spor becerisidir ve diğer özellikler alt sıralarda yer alır. Bu durum sporun ergenleri ortak paydada birleştirmesi açısından olumlu bir özelliğidir.

Tüm bu bilgiler ışığında spor yapan bireylerin hem bedenlerine yönelik benlik algılarının hem de özsaygı düzeylerinin yükselebileceği söylenebilir. Özellikle ergenlik kendisine sosyal bir çevre sağlayarak ihtiyaç duyduğu olumlu benlik algısına sporun kendisine katacağı olumlu özelliklerle ulaşabilir.

I. 5. 2. Özsaygı ile İlgili Yapılan Çalışmalar

Yurtiçi ve yurtdışında yapılan çalışmalara bakıldığında sporun özsaygı düzeyi üzerindeki etkisine yönelik yapılan literatür çalışmaları aşağıda yer almaktadır.

Özsaygı ve yetkinlik beklentisini beraber inceleyen Lane ve diğerleri (2002) gençler liginde oynayan 91 tenisçiyle yaptıkları çalışmada müsabaka yenilgilerinde özsaygı, baş etme stratejileri ve yetkinlik beklentisindeki değişiklikleri incelemişlerdir. Katılımcılar Rosenberg Özsaygı Ölçeği, revize edilmiş Başa Çıkma Tutumlarını Değerlendirme Ölçeği ve 6 maddelik Yetkinlik beklentisini müsabakalardan önce yanıtlamışlardır aynı zamanda katılımcılar yenilgi aldıkları maçtan sonra ve bir sonraki maçtan önce Yetkinlik Beklentisi Ölçeğini tekrar yanıtlamışlardır. Çalışmada düşük özsaygı düzeyine sahip sporcuların yüksek olanlara göre daha düşük yetkinlik beklentisi düzeyine sahip olduğu görülmüştür. Ayrıca özsaygı düzeyi yüksek olan sporcular yenilgi karşısında daha uygun baş etme stratejileri kullanmaktadır.

Bauer (2003) spor yapan lise öğrencilerinin kendileri tarafından ifade edilen spora katılım düzeyleri ile özsaygı düzeylerini araştırdığı çalışmada spora katılımın öğrencilerin yüksek özsaygı düzeyine sahip olmalarında bir yol olduğunu ifade etmiştir. Ancak yaptığı çalışma sonucunda spor yapan ve yapmayan öğrencilerin özsaygı düzeylerinde bir farklılaşma görülmemiştir.

Davis (2004) rekabete dayalı spor yapan ve spor yapmayan 8. sınıf öğrencilerinin özsaygı düzeylerini araştırmıştır. Araştırma sonuçları spor yapan öğrencilerin benlik saygısı düzeyinin yapmayanlardan daha yüksek olduğunu göstermektedir. Ayrıca araştırma sonuçlarına göre sporda kendilerini başarılı bulan öğrencilerin kendilerini başarısız bulan öğrencilere göre belirgin şekilde özsaygı düzeylerinin yüksek olduğu bulgular arasındadır.

Karakaya ve diğerleri (2006) yaptıkları çalışmada yüzücüler üzerinde çalışarak yüzücülerin özsaygı ve kaygı düzeylerini incelemişlerdir. Deney gruplarını Kocaeli’nde bir yüzme kulübüne devam eden yaşları 9-13 arasında olan 31 yüzücü oluşturmuştur. Yüzücülerin özsaygı ortalama puanları kontrol grubuna göre istatistiksel olarak anlamlı

düzeyde yüksek bulunurken depresyon puanları düşük bulunmuştur. Durumluluk ve sürekli kaygı düzeylerinin ise yüzücülerde daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Spor ve fiziksel aktivitenin özsaygı düzeyini arttırdığına ilişkin yurtiçinde yapılan çalışmada İçten ve diğerlerinin (2006) “6 Haftalık Egzersiz Öncesi ve Sonrası 12-15 Yaş Aralığındaki Çocukların Benlik Saygısındaki Değişim” isimli çalışmalarının sonucunda altı haftalık egzersizin çocukların özsaygısında bir iyileşme sağladığı yönünde sonuca ulaşmışlardır.

Gün (2006) spor yapan ve yapmayan ergenlerde özsaygıyı incelemiştir. Çalışmasında spor yapan ve yapmayan Diyarbakır ve Ankara yaşayan 12-14 yaş grubundaki ergenlerin özsaygıları arasındaki ilişkiyi ortaya koymayı amaçlamıştır. Araştırma sonucuna göre spor yapan ergenlerin özsaygı düzeyleri yapmayanlara göre anlamlı bir farklılaşma göstermektedir ancak iller açısından anlamlı bir farklılaşma bulunamamıştır.

Spor takımlarına katılan ve katılmayan görme engelli öğrencilerin özsaygı düzeylerini değerlendirdiği çalışmasında Türk (2007) görme engelliler okuluna devam eden 40 öğrenci ile çalışmıştır. Araştırma sonucuna göre spor takımlarına katılmanın görme engelli öğrencilerin özsaygı düzeylerinde olumlu bir etkisi yoktur.

Korkmaz (2007) çalışmasında 15 tam gün çeşitli spor branşlarını içeren yaz spor okulu ile haftada 3 gün 6 saat olan ve bir ay süren futbol okulunda gerçekleştirilen spor etkinliklerinin çocukların özsaygı düzeylerine etkisini incelemiştir. Çalışmaya katılan 132 kişiye Coopersmith Özsaygı Ölçeği ön test ve son test olarak uygulanmıştır. Yaz spor okulu öğrencilerinin ön test ve son testlerinden elde ettikleri genel özsaygı, sosyal benlik saygısı ve akademik başarı puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma görülmüştür.

Gençlik dönemi ergenin fiziksel görüntüsü hakkında en çok endişe duyduğu dönemdir. Bu konu ile ilgili olarak sporun fiziksel benlik algısı düzeyine etkisi olduğu bazı araştırmalarla desteklenmiştir. DeBate ve diğerleri (2009) gençlere gelişim odaklı spor

programlarının kız ergenlerin özsaygı, beden imajı, fiziksel aktivitenin devamlılığı ve sıklığına kısa süreli etkilerini araştırmışlardır. 12 hafta süren program süresinde ergenler düzenli olarak koşu yapmanın yanı sıra haftada iki kere bir araya gelerek fiziksel ve duygusal gelişimlerini destekleyecek eğitimler almışlardır. Araştırma grubu 10 ve daha altı yaş ve 11-15 yaşları kapsayan iki grupla devam ettirilmiştir. Araştırma sonucunda programa katılan ergenlerin benlik saygısı beden imajı memnuniyeti ve fiziksel aktivite yapma sıklığında olumlu belirgin değişimler olduğu görülmüştür. Yaş açısından bakıldığında 11-15 yaş grubunda düşük yaş grubuna göre daha belirgin olumlu değişimler görüldüğü gözlenmiştir.

Fiziksel benlik algısı ile ilgili bir başka çalışmada Teşneli (2007) badminton, karate, kürek, masa tenisi ve voleybol branşlarındaki 64 milli sporcuya “Kendini Fiziksel Algılama Envanteri” uygulamıştır. Çalışma sonucunda masa tenisçilerin ve kürekçilerin fiziksel benlik algı düzeylerinin diğer branşlara nazaran daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu sonuca göre sporun fiziksel benlik algısına etkisi branşlara göre de farklılık göstermektedir.

Schneider ve diğerleri (2008) hareketsiz bir yaşam tarzına sahip olan kız ergenlere yönelik 9 ay süren fiziksel aktivitenin fiziksel benlik algısına etkilerini inceleyen okul temelli bir müdahale çalışması uygulamışlardır. Müdahale grubu haftada 4 gün fiziksel aktiviteye katılmış, haftada 1 gün okul dışında egzersiz yapmışlardır. Ayrıca haftada 1 gün grup fiziksel aktivitenin sağlığa yararı hakkında konuşmuş veya gruba fiziksel olarak aktif olmak için gerekli bilgiler verilmiştir. Yapılan çalışma sonucunda katılımcılarda fiziksel aktiviteye katılıma yönelmede olumlu değişiklikler olsa da çalışmanın katılımcılarda fiziksel benlik algısı ve özsaygı düzeyleri üzerinde olumlu bir etki göstermediği görülmüştür.

Erşan ve diğerleri (2009) beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin özsaygı düzeyleri ve bazı demografik özelliklerle ilişkisini araştırdıkları çalışmalarında Rosenberg Benlik Saygısı ölçeği kullanmışlardır. Sonuçta 4. ve 2. Sınıf öğrencilerinin özsaygı düzeylerinin diğer sınıf düzeylerine göre daha yüksek olduğu, 21 yaş altındaki öğrencilerin

insanlara güvenme ve düş kurma alt ölçekleri puan ortalamalarının daha büyük yaştakilerin puanlarından anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu ve takım sporu yapanlarda insanlara güven duyma bireysel spor yapanlardan daha yüksek olduğu bulunmuştur.

I. 6. Spor Lisesi

Spor liseleri, spor alanında yetenekli öğrencilerin beden eğitimi ve spor alanında temel bilgi ve becerileri kazanmaları ve alanları ile ilgili gelişmeleri takip ederek, Türk sporunu geliştirecek ve temsil edecek başarılı sporcuların yetiştirilmesi amacıyla kurulmuştur. Spor liseleri ilk olarak 2004–2005 eğitim- öğretim yılında Erzurum, Malatya, Sivas ve Uşak'ta açılmıştır. Şu anda ülkemizde Antalya, Bitlis, Bursa, Denizli, Elazığ, Erzurum, Eskişehir, Isparta, İstanbul, Kars, Kocaeli, Konya, Malatya, Manisa, Mersin, Samsun, Siirt, Sivas, Trabzon, Uşak, Van ve Karabük olmak üzere toplam 22 ilde spor lisesi vardır.

Bu okullara ilköğretimi bitiren öğrenciler genel yetenek sınavına tabi tutularak kabul edilmektedirler. Başvurular, okulların kapanmasıyla başlar ve temmuz ayının üçüncü haftasının son iş gününe kadar devam eder. Başvuru ve sınav tarihleri okulların internet sitelerinden duyurulmaktadır. Yetenek sınavlarında öğrencilerin spor alanında yetenekli olup olmadığını tespit etmek amacıyla adayların çabukluk, çeviklik, kuvvet ve kondisyonunu meydana çıkaracak uygulamalar yaptırılır. Sınav başvuruları ülke geneline açıktır ve il sınırlaması yoktur.

Öğrenci seçimi, ağustos ayının ilk haftası içerisinde okullarda oluşturulan komisyon tarafından iki aşamalı yetenek sınavı ile yapılır.

Okula kaydı yapılacak öğrenci sayısı her öğretim yılında 90'ı geçemez ve sınıf mevcudu 30'u geçemez (Güzel Sanatlar ve Spor Liseleri Yönetmeliği mad.7, 2009). Öğrencilere genel kültür derslerinin yanı sıra pratik ve teorik olmak üzere spor ile ilgili

dersler verilmektedir. Spor liseleri, eğitim yılı 4 yıl olan, yatılı, gündüzlü ve karma okullardır (Spor Liseleri Yönetmeliği mad.5, 2009).

2009- 2010 Eğitim- Öğretim yılından itibaren isimleri “Güzel Sanatlar ve Spor Lisesi” olarak değiştirilmiştir (Güzel Sanatlar ve Spor Liseleri Yönetmeliği, 2009). Ancak bu araştırmada anlam karışıklığı olmaması açısından araştırmaya başlanıldığındaki ismiyle, spor lisesi olarak, kullanılmaktadır.

I. 6. 1. Spor Liseleri ile İlgili Yapılan Çalışmalar

Ülkemizde yeni açılmış olan spor liseleri ile ilgili yapılan literatür taramasında üç çalışmaya rastlanmıştır.

Yakup Karapınar (2007), “Spor Liselerinde Öğrenim Gören Öğrencilerin Okula Giriş Nedenleri ve Mesleki Beklentilerinin Araştırılması” adlı çalışmasında 10 spor lisesinden 691 öğrencinin okula giriş nedenleri ve mesleki beklentileri anket yöntemi ile araştırılmıştır. Çalışmanın sonucunda öğrenciler, spor liselerini spora olan ilgileri, çevrelerinin etkisi, gelecekte iyi sporcu olmak istedikleri ve sporu meslek olarak devam ettirdikleri ayrıca spor liselerinde üniversiteye dönük iyi bir eğitim alacaklarına inandıkları için tercih ettiklerini ifade etmişlerdir. Bunların dışında okuldan memnun olduklarını, spor eğitimi almaktan mutlu olduklarını, spor ile ilgili bilgi birikimlerinin arttığını, aldıkları eğitim sonucunda iyi bir fiziki görünüme kavuşmalarını sağladığını, okulun kendilerine olan güveni ve sosyal yönlerinin arttığını belirtmişlerdir. Ayrıca öğrenciler, spor liselerinin tesis açısından yetersiz bulduklarını, var olan tesislerin uluslar arası standartlara kavuşması gerektiğini, branşlardaki başarının artması için beden eğitimi öğretmenlerinin dışında antrenörlerin de bu okullarda istihdam edilmesi gerektiğini, müfredat programlarının müsabakalara göre tüm yıla planlı bir

şekilde yayılmasını istediklerini ve sporla ilgili konferanslar düzenlenmesi gerektiğini ifade etmişlerdir.

Diğer bir çalışma Nar (2007) tarafından yapılmıştır. Çalışmada spor liselerinde öğrenim gören öğrencilerin beklentileri araştırılmıştır. Araştırma için gerekli bilgiler Eskişehir, Sivas, Erzurum, Trabzon, Bursa, Uşak, Denizli, İstanbul, Elazığ ve Malatya Spor Liselerinde okuyan 632 öğrenciye uygulanan anket sonuçları ile elde edilmiştir. Araştırma sonucunda öğrencilerin okullarda bulunan tesis ve malzemeyi yetersiz buldukları, öğrenci velilerinin beden eğitimi ve spor dersine gereken önemi vermediği bulunmuştur.

Canal (2008)'in yaptığı çalışmada da spor liselerinde okuyan öğrencilerinin problemleri ve beklentileri araştırılmıştır. Elazığ, Eskişehir, İstanbul, Malatya ve Sivas Spor Liselerinde okuyan sporcu öğrencilerle yapılan çalışmada öğrenciler en çok tesis yetersizliği, okul ortamının spor yapmaya elverişli olmaması, spor malzemelerinin pahalılığı, ailenin öğrencinin spor yaşamına saygı duymaması ve desteklememesi konularında problem yaşadıklarını belirtmişlerdir. Ayrıca öğrencilerin okul arkadaşlarının maçlara gelerek onları desteklemesi, kulüplerin antrenmanları düzenli olarak denetlemesi, ailelerinin onlara güvenmesi, sadece alt yapı ve amatörlere de zirve takım ve sporlara verilen imkânlarla sahip olması ve okulların sınav günlerinin belirlenirken müsabaka günlerinin dikkate alınması gibi konularda beklenti içerisinde oldukları görülmüştür.

Spor liselerine yönelik yapılan bu araştırmalarda genel olarak öğrencilerin okula giriş nedenleri, okula yönelik beklentileri üzerine çalışılmıştır. Öğrencilerin tesis ve malzeme yetersizliği yaşadıkları, müsabakalarına katılmada problemlerle karşılaştıkları, aile desteğine ihtiyaç duydukları, kendi alanlarına yönelik konferanslar istedikleri gibi sonuçlara ulaşılmıştır. Ancak spor liselerinde eğitim gören öğrencilerin diğer psikososyal değişkenlerdeki durumu ile ilgili herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır.

II. BÖLÜM

YÖNTEM

Bu bölümde araştırma grubu, veri toplama araçları, bu araçlarla ilgili güvenilirlik ve geçerlik çalışmaları, verilerin toplanması ve analizinde kullanılan istatistikler hakkında bilgi verilmektedir.

II. 1. Araştırma Kapsamına Giren Bireyler

Araştırma kapsamına giren bireyler, Mersin İli Milli Eğitim Müdürlüğü'ne bağlı Mersin Spor Lisesi'nde 9. ve 10. sınıflarda okuyan 153 öğrenci ve Mersin Pozcu Lisesi'nde 9. ve 10. sınıfta okuyan 174 öğrenci olmak üzere toplam 327 öğrenciden oluşturulmuştur. Araştırmaya katılan öğrencilerin 140'ı kız (% 42.8) ve 187'si erkek (%57.2) öğrencilerden oluşmaktadır.

II. 2. Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada Öğrencilerin Sosyal Yetkinlik Beklenti Düzeylerini belirlemek için Bilgin (1996) tarafından geliştirilen “Sosyal Yetkinlik Beklentisi Düzeyi Ölçeği” ve Özsaygı Düzeylerini belirlemek için Coopersmith tarafından 1967 yılında geliştirilen ve Tufan ve Turan (1987) tarafından Türkçeye uyarlanan olan “Coopersmith Özsaygı Envanteri” kullanılmıştır.

Diğer veriler ise araştırmacı tarafından hazırlanan Kişisel Bilgi Formu ile elde edilmiştir.

II. 2. 1. Sosyal Yetkinlik Beklentisi Ölçeği

Sosyal Yetkinlik Beklentisi Ölçeği, Bilgin (1996) tarafından Adana Merkez Endüstri Meslek Lisesinde okumakta olan 703 öğrenciden elde edilen verilerle geliştirilmiştir. Sosyal Yetkinlik Beklentisi Ölçeği Ergen Formu 40 maddelik, beşli derecelendirme tipine göre yanıtlanan bir ölçektir. Maddelerin karşısında Her zaman (5), Sık sık (4), Bazen (3), Arada sırada (2), Hiçbir zaman (1) seçenekleri bulunmaktadır. Yanıtlayıcılardan her bir maddeye sosyal yaşantısına uygun olan seçeneği işaretleyerek yanıt vermesi istenmektedir. Süre kısıtlaması yoktur. Ölçekten bir toplam puan elde edilmektedir. Ölçekten elde edilebilecek en düşük puan 40, en yüksek puan ise 200'dür.

Sosyal Yetkinlik Beklentisi Ölçeği için öncelikle ergenlerin kişiler arası ilişkilere girebilme ve sürdürebilme becerilerini yansıttığı düşünölen 129 madde yazılmıştır. Bu maddeler üzerinde madde toplam puan korelasyonu çalışması yapılarak her maddenin genel toplamla arasındaki ilişki Pearson Momentler Çarpımı korelasyonu aracılığıyla hesaplanmıştır. Bu belirleme sonucunda 129 maddenin madde toplam korelasyonları .32 ile .56 arasında değişiklik göstermiştir. Genel toplamla arasında en yüksek korelasyonu gösteren 40 madde, ölçeğin son formunu oluşturmak üzere seçilmiştir. Bu 40 maddenin madde toplam korelasyonları .40 ile .56 arasında değişmektedir.

II. 2. 1. 1. Sosyal Yetkinlik Beklentisi Ölçeğinin Geçerliliği

Öğrencilere Sosyal Yetkinlik Beklentisi Ölçeği ile birlikte ölçüt bağımlı saptamak amacıyla Kılıççı (1989) tarafından geliştirilen Kendini Kabul Envanteri Ergen Formu uygulanmıştır. Sosyal Yetkinlik Beklentisi Ölçeği ile Kendini Kabul Envanteri arasında korelasyon .18 ($p < .10$) olarak bulunmuştur. Bu sonuç Sosyal Yetkinlik Beklentisi Ölçeği ile Kendini Kabul Envanteri arasında anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir. Ölçek maddelerine faktör analizi uygulanmış ve ölçeğin beş faktörlü bir yapısının olduğu görülmüştür (Bilgin, 1996).

II. 2. 1. 2. Sosyal Yetkinlik Beklentisi Ölçeği'nin Güvenirliği

Sosyal Yetkinlik Beklentisi Ölçeği Ergen Formu'nun testi yarılama yöntemiyle elde edilen güvenilirlik katsayısı .86 olarak hesaplanmıştır. Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .93 olarak hesaplanmıştır (Bilgin,1996). Çelikkaleli (2004) lise öğrencileri üzerinde yaptığı çalışmasında ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısını .88 olarak bulmuştur.

II. 2. 2. Coopersmith Özsaygı Ölçeği

Coopersmith tarafından geliştirilen Coopersmith Özsaygı Envanteri bireyin çeşitli alanlarda kendisi hakkındaki tutumunu değerlendirmek için kullanılan bir ölçme aracıdır (Çankaya, 2007). Ölçek maddeleri evet-hayır türünde yanıtlanmaktadır. Öğrencilerin maddelerde belirtilen ifadeler kendilerine uygun geliyorsa “evet”, uygun gelmiyorsa “hayır”

sütuna çarpı (X) işareti koymaları gerekmektedir. Yüksek özsaygı düzeyinin göstergesi kabul edilen cevaplara “1”, diğer cevaplara ise “0” puan verilmektedir (Yüksel, 2006).

Coopersmith Özsaygı Envanterinin 50 maddelik uzun ve 25 maddelik kısa olmak üzere iki formu bulunmaktadır. Bu araştırmada ölçeğin kısa formu kullanılmıştır. Ölçek Tufan ve Turan (1987) tarafından Türkçeye çevirilmiş ve geçerlik- güvenirlik çalışmaları yapılmıştır.

II. 2. 2. 1. Coopersmith Özsaygı Ölçeğinin Geçerliği

Crandall tarafından, Rosenberg Özsaygı Ölçeği ile Coopersmith Özsaygı ölçeği birlikte 300 üniversite öğrencisine uygulanmış ve korelasyon katsayıları .59 ve .60 olarak hesaplanmıştır. Ilber ve Tippett de Coopersmith Özsaygı Envanteri ile Rosenberg Özsaygı Envanteri arasındaki korelasyon katsayısını .59 olarak bulmuşlardır (Tufan ve Turan, 1987).

Coopersmith Özsaygı Envanteri ilk kez Türkçeye Tufan ve Turan (1987) tarafından çevrilerek ve geçerlik ve güvenirlik çalışması yapılmıştır. Coopersmith Özsaygı Envanterinin geçerlik çalışması için Tufan tarafından Hacettepe Üniversitesi Sağlık İdaresi Yüksek Okulu öğrencilerinden 200 kişilik bir gruba Coopersmith Özsaygı Envanteri ile Rosenberg Özsaygı ölçeği birlikte uygulanarak iki ölçme aracı arasındaki korelasyona bakılmıştır. Buna göre Rosenberg Özsaygı Ölçeği'nin 10 madde üzerinden yapılan puanlamasına göre iki ölçek arasındaki korelasyon katsayısı .62 olarak hesaplanmıştır (Tufan ve Turan, 1987).

II. 2. 2. Ölçeğin Güvenirliği

Taylor ve Reitz envanterin ilk şeklini kullanarak $r_y = .90$ güvenirlilik katsayısını saptamışlardır (Tufan ve Turan, 1987). Envanter Turan tarafından Ankara Onkoloji Hastanesinde yatan 30 kanserli hastaya 15 gün arayla uygulanmıştır. Bu hastaların 17'si kadın 13'ü erkek olup hastaların yaş ortalamaları 45,43 dır. Test-tekrar test sonunda elde edilen güvenirlilik katsayısı .65 olarak hesaplanmıştır (Tufan ve Turan, 1987).

II. 2. 3. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmada çalışma grubuna, Coopersmith Özsaygı Envanteri ve Sosyal Yetkinlik Beklentisi Ölçeği Ergen Formu ile birlikte öğrencilerin demografik özelliklerini belirlemek amacı ile araştırmacı tarafından hazırlanan, "Kişisel Bilgi Formu" uygulanmıştır. Formda adı, soyadı, cinsiyeti, okul türü, sınıf düzeyi, sosyo- ekonomik düzey, anne babanın eğitim durumu, anne babanın çalışma durumu, kardeş sayısı ve spor lisansının olup olmaması ile ilgili sorular yer almaktadır.

II. 3. İşlem Yolu

Çalışma grubuna, veri toplamak amacıyla, araştırmacı tarafından, Kişisel Bilgi Formu, Sosyal Yetkinlik Beklentisi Ölçeği ve Coopersmith Özsaygı Ölçeği sınıf ortamında uygulanmıştır. Uygulama öncesi öğrencilere yapılacak çalışma ile ilgili bilgi verilmiştir. Uygulamalar için, Kişisel Bilgi Formu, Sosyal Yetkinlik Beklentisi Ölçeği ve Coopersmith

Özsaygı Ölçeği sınıf ortamında eş zamanlı olarak verilmiştir. Uygulamanın tamamı yaklaşık olarak bir ders saati sürmüştür.

II. 4. Verilerin Analizi

Öğrencilerin Sosyal Yetkinlik Beklentisi ve Özsaygı Ölçeği'nden aldıkları puanlar ve bu puanlarla ilgili betimsel istatistikler hesaplanmıştır. Ayrıca, Sosyal Yetkinlik Beklentisi Düzeyinin ve Özsaygının okul türleri, cinsiyet, sınıf düzeyleri açısından farklılaşp farklılaşmadığını analiz etmek için t-testi yapılmıştır. Sosyal Yetkinlik Beklentisi Düzeyi ve Özsaygının sosyo-ekonomik durum açısından farklılaşp farklılaşmadığını analiz etmek için verilere varyans analizi (ANOVA) uygulanmıştır.

Verilerin istatistiksel analizleri için SPSS 11.5 paket programı kullanılmıştır. İstatistiklerin manidarlığı için hata düzeyi 0.05 kabul edilmiştir.

III. BÖLÜM

BULGULAR

Bu bölümde araştırmaya katılan deneklerle ilgili betimsel istatistikler ve araştırmanın alt problemlerine ilişkin yürütülen istatistikî verilerin bulgularına yer verilmektedir. Alt bölümlerde sırasıyla araştırmanın betimsel istatistikî sonuçları, daha sonra araştırmanın alt problemlerine ilişkin genel ve spor lisesi 9 ve 10. sınıf öğrencilerinin sosyal yetkinlik beklentisi ve özsaygı puanları arasındaki farka ilişkin bulgular yer almaktadır. Son olarak cinsiyete, sınıf düzeyine ve sosyo- ekonomik düzeye göre öğrencilerin sosyal yetkinlik beklentileri ve benlik saygıları arasındaki farka ilişkin bulgular sunulmaktadır.

III.1. Araştırmaya Katılan Spor Lisesi ve Genel Lise 9 ve 10. Sınıf Öğrencileriyle İlgili Betimsel İstatistikler

Araştırmaya katılan spor lisesi ve genel lise 9. ve 10. sınıf öğrencileri ilgili Betimsel İstatistikler Tablo- 1’de verilmiştir.

Tablo- 1

Araştırmaya Katılan Spor Lisesi ve Genel Lise 9 ve 10. Sınıf Öğrencileri ile İlgili
Betimsel İstatistikler

	N	En az	En Fazla	X	ss
Özsaygı Düzeyi	327	17,00	40,00	21,75	1,72
Sosyal Yetkin. Bek. Düzeyi	327	58,84	195,00	116,60	23,67

Tablo-1 de görüldüğü üzere öğrencilerin Sosyal Yetkinlik Beklentisi Ölçeği'nden aldıkları puanların ortalamaları 116.60, standart sapmaları 23.67, alınan en düşük puan 58.84, alınan en yüksek puan 195.00'dir. Özsaygı Ölçeği'nde aldıkları puan ortalamaları 21.75, standart sapmaları 1.72, alınan en düşük puan 17.00, alınan en yüksek puan 40.00'dir. Araştırmaya Spor lisesinden 153 (% 46.8) ve Genel liseden 174 (% 53.2) öğrenci katılmıştır. Araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyetleri incelendiğinde 140'ının kız (% 42.8) ve 187'sinin erkek (%57.2) öğrencilerden oluştuğu görülmektedir.

Öğrencilerin sınıf düzeylerine bakıldığında 217 öğrenci 9. sınıf (% 66.4) ve 110 öğrenci 10. sınıfa (% 33.6) devam etmektedir. Araştırmaya katılan öğrencilerin sosyo-ekonomik düzeyleri incelendiğinde 36 ailenin (%11) alt sosyo-ekonomik seviye, 267 ailenin (%81.7) orta sosyo-ekonomik seviye ve 24 ailenin (%7.3) üst sosyo-ekonomik seviyeden olduğu görülmektedir.

Anne eğitim düzeyine bakıldığında en fazla yoğunluğu 125 kişi ile ilkököl mezunu (%38.2) annelerin oluşturduğu görülmektedir. Daha sonra sırasıyla; lise mezunu 73 kişi (%22.3), ortaokul mezunu 57 kişi (%17.4), okur- yazar olmayan 30 kişi (%9.2), üniversite mezunu 21 kişi (%6.4) ve okur-yazar 19 kişi (%5.8) olduğu görülmektedir.

Baba eğitim düzeyine bakıldığında ise yine ilk sırayı 110 kişi ile (%33.6) ilkököl mezunu babalar almaktadır. Daha sonra sırası ile lise mezunu 91 kişi (%27.8), ortaokul mezunu 65 kişi (%19.9), üniversite mezunu 45 kişi (%13.8), okur-yazar 7 kişi (%1.8), okur-yazar olmayan 6 kişi (%1.8) olduğu görülmektedir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin anne ve baba çalışma durumuna bakıldığında; çalışmayan anne sayısı 275 (%84.1) ve çalışan anne sayısı 48 (%14.7) olarak bulunmuştur. Çalışmayan baba sayısı 52 (%15.9), çalışan baba sayısı ise 267 (%81.7)'dir.

Öğrencilerin kardeş sayılarına bakıldığında ise kardeşi olmayan öğrenci sayısı 15 (%4.6), 1 kardeşi olan 127 (%38.8), 2 kardeşi olan 83 (%25.4), 3 kardeşi olan 48 (%14.7), 4 kardeşi olan 22 (%6.7) ve 5 ve üzeri kardeşe sahip olan 32 (%9.8) öğrenci bulunmaktadır.

Araştırma sonuçlarına göre 189 öğrencinin (% 57.8) bir spor dalında lisansı vardır. 138 öğrencinin ise (% 42.2) herhangi bir spor dalında lisansı yoktur.

Araştırma sonuçlarına göre öğrencilerin lisanslı olarak yaptıkları spor branşlarına bakıldığında ilk sırada 70 öğrenci (% 21.4) ile futbol gelmektedir. Daha sonra 27 öğrenci (% 8.3) ile basketbol, 30 öğrenci (% 9.2) ile atletizm, 16 öğrenci (% 4.9) voleybol ve 55 öğrenci (% 16.6) diğer sporlar gelmektedir.

III. 2. Spor Lisesi ve Genel Lise 9 ve 10. Sınıf Öğrencileri Arasında Sosyal Yetkinlik Beklentisi ve Özsaygı Puanları Arasındaki Farka İlişkin Bulgular

Spor lisesi ile Genel lise 9 ve 10. sınıf öğrencileri arasında sosyal yetkinlik beklentisi düzeyleri ile özsaygı puanları arasındaki farkın incelenmesi amacıyla verilere uygulanan bağımsız örneklem t-testi sonuçları Tablo-2’de verilmiştir.

Tablo- 2

Spor Lisesi ve Genel Lise 9 ve 10. Sınıf Öğrencilerinin Sosyal Yetkinlik Beklentisi ve Özsaygı Puanları Arasındaki Farka İlişkin t-testi Sonuçları

Değişkenler	Okul Türü	N	\bar{X}	Ss	t	p
Özsaygı	Spor lisesi	153	21,89	2,12	1,431	,153
	Genel lise	174	21,62	1,28		
Sosyal Yetkinlik Beklentisi	Spor lisesi	153	116,62	24,38	,017	,987
	Genel lise	174	116,58	23,10		

Yapılan t-testi sonucunda, spor lisesi ve genel lise 9 ve 10 sınıf öğrencilerinin özsaygı puanı ortalamaları ($t= 1.431$, $p>.05$) ve sosyal yetkinlik beklentisi puan ortalamaları ($t= .017$, $p>.05$) arasında istatistiksel olarak anlamlı fark gözlenmemiştir.

III. 3. Cinsiyete, Sınıf Düzeyine ve Sosyo- ekonomik Düzeye Göre Spor Lisesi ile Genel Lise 9 ve 10. Sınıf Öğrencilerinin Sosyal Yetkinlik Beklentisi ve Özsaygı Puanları Arasındaki Farka İlişkin Bulgular

Cinsiyete göre spor lisesi ve genel lise 9 ve 10. sınıf öğrencilerinin Sosyal Yetkinlik Beklentisi ve Özsaygı arasındaki farka ilişkin t-testi sonuçları Tablo-3'te verilmiştir.

Tablo-3
Cinsiyete Göre Sosyal Yetkinlik Beklentisi ve Özsaygı Puanları Arasındaki Farka İlişkin t-testi Sonuçları

Değişkenler	Cinsiyet	N	\bar{X}	Ss	t	p
Özsaygı	Kız	140	21,83	2,13	,721	,472
	Erkek	187	21,69	1,35		
Sosyal Yetkinlik Beklentisi	Kız	140	115,93	21,56	-,455	,657
	Erkek	187	117,10	25,18		

Yapılan t-testi sonucunda, spor lisesi ve genel lise 9 ve 10 sınıf öğrencilerinin cinsiyete göre özsaygı puanı ortalamaları ($t = .721, p > .05$) ve sosyal yetkinlik beklentisi puan ortalamaları ($t = -.455, p > .05$) arasında istatistiksel olarak anlamlı fark gözlenmemiştir.

Sınıf düzeyine göre spor lisesi ve genel lise 9 ve 10. sınıf öğrencilerinin sosyal yetkinlik beklentisi ve özsaygı arasındaki farka ilişkin t-testi sonuçları Tablo-4'de verilmiştir.

Tablo-4

Sınıf Düzeyine Göre Sosyal Yetkinlik Beklentisi ve Özsaygı Puanları Arasındaki Farka İlişkin t-testi Sonuçları

Değişkenler	Sınıflar	N	\bar{X}	Ss	t	p
Özsaygı	9. Sınıf	217	21,68	1,89	-,938	,349
	10. Sınıf	110	21,87	1,34		
Sosyal Yetkinlik Beklentisi	9. Sınıf	217	118,40	22,85	1,941	,053
	10. Sınıf	110	113,04	24,95		

Yapılan t-testi sonucunda, spor lisesi ve genel lise 9 ve 10 sınıf öğrencilerinin sınıf düzeyine göre özsaygı puanı ortalamaları ($t = -.938$, $p > .05$) ve sosyal yetkinlik beklentisi puan ortalamaları ($t = 1.941$, $p > .05$) arasında istatistiksel olarak anlamlı fark gözlenmemiştir.

Sosyo-ekonomik düzeylere göre spor lisesi ve genel lise 9 ve 10. sınıf öğrencilerinin sosyal özsaygı ve yetkinlik beklentisi puanlarının ortalama ve standart sapması ilişkin değerler Tablo-5’de verilmiştir.

Tablo-5

Öğrencilerin Sosyo-Ekonomik Düzeylerine Göre Sosyal Yetkinlik Beklentisi ve Özsaygı Puanlarının Betimsel Değerleri

Değişkenler	SED	N	\bar{X}	ss
Özsaygı	Alt	36	21.35	1.95
	Orta	267	21.80	1.72
	Üst	24	21.79	1.38
	Toplam	327	21.75	1.72
Sosyal Yetkinlik Beklentisi	Alt	36	124.81	21.19
	Orta	267	116.40	23.68
	Üst	24	106.54	23.79
	Toplam	327	116.60	23.67

Öğrencilerin sosyo-ekonomik düzeylerine göre özsaygı ve sosyal yetkinlik beklentisi puanlarının farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin yürütülen Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) sonuçları Tablo-6'da verilmiştir.

Tablo-6.

Öğrencilerin Sosyo-Ekonomik Düzeylere Göre Sosyal Yetkinlik Beklentisi ve Özsaygı Puanlarının Farklılaşıp Farklılaşmadığına İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)

Sonuçları

Değişkenler	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Ortalama Kareler	F	p
Özsaygı	Gruplar arası	6.272	2	3.136		
	Grup içi	969.369	324	2.992	1.048	.352
	Toplam	975.641	326			
Sosyal Yetkinlik Beklentisi	Gruplar arası	4869.130	2	2434.565		
	Grup içi	177905.588	324	549.091	4.434	.013
	Toplam	182774.718	326			

Levene F_{BS} : 308, $p > .05$; Levene F_{SYB} : 501, $p > .05$

Tablo 6. incelendiğinde, öğrencilerin sosyo-ekonomik düzeylerine göre özsaygı puanlarının anlamlı bir biçimde farklılaşmadığı görülmektedir ($F_{(2-324)} = 1.048$, $p > .05$). Buna karşın, öğrencilerin sosyal yetkinlik beklentisi puanları ise sosyo-ekonomik düzeylerine göre anlamlı bir biçimde farklılaşmaktadır ($F_{(2-324)} = 4.434$, $p < .05$).

Öğrencilerin sosyo-ekonomik düzeylerine göre sosyal yetkinlik beklentisi puanlarında gözlenen farkın kaynağını bulmak için verilere post hoc testlerden HSD testi uygulanmıştır. Buna göre, alt sosyo-ekonomik düzeyde olan öğrencilerin sosyal yetkinlik beklentisi puanı ortalaması (124,81) ile üst sosyo-ekonomik düzeyde olan öğrencilerin puan ortalaması (106,54) arasında alt sosyo-ekonomik düzeydeki öğrenciler lehine anlamlı bir fark

bulunmaktadır (I-J= 18,2745; $p<.01$). Diğer bir ifadeyle, alt sosyo-ekonomik düzeyden gelen öğrencilerin sosyal yetkinlik beklentisi üst sosyo-ekonomik düzeyden gelen öğrencilerden daha fazladır.

IV. BÖLÜM

TARTIŞMA VE YORUM

Bu araştırmada yapılan analizler sonucunda, spor lisesi ve genel lise 9 ve 10. sınıf öğrencilerinin özsaygı puanı ortalamaları ve sosyal yetkinlik beklentisi puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır.

Araştırmada spor lisesi ve genel lise 9 ve 10. sınıf öğrencilerinin özsaygı puanı ortalamaları ve sosyal yetkinlik beklentisi puanı ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark gözlenmemiştir. Yapılan araştırma kapsamında spor lisesine devam eden ve genel liseye devam eden öğrencilerin sosyal yetkinlik beklentisi ve özsaygı düzeyleri arasındaki farklılığa dair bir araştırma bulgusuna rastlanamamıştır.

Yapılan bazı çalışmalarda sporun sosyal yetkinlik beklentisini yükselttiği; bazı çalışmalarda ise sporun sosyal yetkinlik beklentisi üzerinde etkisi olmadığı ifade edilmiştir. Örneğin Efe (2007), spor çalışmalarının 14-16 yaş grubu bireylerde sosyal yetkinlik beklentisi ve atılganlık üzerine etkisini incelediği araştırmasında bireylerin temel spor çalışmaları sonucunda sosyal yetkinlik beklentisi düzeylerinin arttığı görülmüştür. Yine Şenşık (2006) da çalışmasında öğrencilerin fiziksel aktiviteye katılımının sosyal yetkinlik beklentisi üzerinde olumlu etkileri olduğunu söylebileceğini ifade etmiştir. Hofstetter ve diğerlerinin (1990) yaptığı çalışmada, 15-18 yaş düzeyinde olan ergenler ve yüksek öğrenim görenlerin düzenli olarak yaptıkları egzersizle, sosyal öğrenme ve spor faaliyetlerinin sosyal yetkinlik beklentisiyle ilişkili olduğunu ortaya koymuşlardır. Yapılan araştırma sonucuna paralellik gösteren bazı araştırmalarda literatürde yer almaktadır. Onursal ve diğerlerinin (2009) spor yapan ve yapmayan 9-14 yaş arası çocuklarda özyeterlilik ve sosyal beceri düzeylerini karşılaştırdığı çalışmalarında her iki grup arasında genel özyeterlilik açısından anlamlı bir fark

bulamamışlardır. Aynı şekilde Utku ve diğerleri (2006) tarafından 8 hafta boyunca kadın katılımcılara uygulanan egzersiz programı sonucunda deneklerin özyeterlilik inancının değişmediği görülmüştür.

Özsaygı ile ilgili yapılan araştırmalara bakıldığında; Gün (2006)'ün spor yapan ve yapmayan ergenlerde özsaygıyı incelediği araştırmasında spor yapanlar lehine anlamlı bir fark bulmuştur. Bir başka çalışmada Karakaya ve diğerleri (2006), yüzücüler ile çalışmışlar ve yüzücülerin depresyon, özsaygı ve kaygı düzeylerini değerlendirmişlerdir. Düzenli spor yapan 9-13 yaş arası bireylerin özsaygı puanları kontrol grubuna göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. İçten ve diğerlerinin (2006) 6 hafta boyunca 12-15 yaş aralığındaki çocuklara verdikleri fiziksel eğitim sonucunda çocukların özsaygı düzeylerinde olumlu değişiklikler gözlenmiştir. Bu çalışmanın bulguları ile tutarlılık gösteren araştırma bulguları da vardır. Bir başka çalışmada Türk (2007) spor takımlarına katılma ile özsaygı düzeyini incelemiş ve spor takımlarına katılmanın özsaygı düzeyini arttırmadığı sonucuna ulaşmıştır.

Spor lisesi öğrencilerinin sosyal yetkinlik beklentisi düzeyleri ve özsaygı puanlarının genel lise öğrencilerinin sosyal yetkinlik düzeyleri ve özsaygı puanları arasında anlamlı bir fark olmamasının birkaç nedeni olduğu düşünülebilir. Ülkemizde çok kısa bir süre önce ve gerekli altyapı oluşturulmadan kurulan spor liseleri, Mersin ilinde üç senelik bir geçmişe sahiptir. Öğrencilerin spor yaparken gerek duydukları malzeme ve uygun spor sahalarının olmaması spor aktivitelerini düzenli yapamama veya zor koşullarda yapmalarına neden olmaktadır. Bu nedenle sağlıklı bir şekilde spor aktivitelerini yerine getirdikleri düşünülmemektedir. Nar (2007), yaptığı çalışmada ülkemizde beden eğitimi ve spora gereken ilginin gösterilmediğini bu nedenle de bu derse önem verilmediğini belirtmiştir. Ayrıca beden eğitimi ve spor derslerinin işlenebilmesi için gereken tesis, salon ve malzeme eksikliği, okul yöneticileri ve öğrenci velilerinin derse karşı yaklaşımları, ders saatlerinin yetersiz olması, öğrenci sayılarındaki fazlalık ve öğrencilerin eğitimlerinden sorumlu beden eğitimi

öğretmenlerinin yeterli sayıda olmaması gibi etkenler dersin uygulanması ve etkililiğini olumsuz yönde etkilemektedir.

Ayrıca, bu çalışmanın uygulandığı 2008-2009 Öğretim yılında Mersin Spor Lisesi'nde sadece 9 ve 10. sınıfların bulunması ve 9. sınıf öğrencilerinin ortaöğretime adaptasyon süreci içerisinde olmasının bu araştırmayı sınırlandırdığı düşünülmektedir.

Bunlara ek olarak spor lisesi öğrencilerinin geleceğe dair yaşadıkları kaygının araştırma bulgularına etkisi olduğu düşünülebilir. Türkiye'de uygulanan yüksek öğretime geçiş sınavı sistemi nedeniyle Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokullarının bölümlerine girişte spor lisesi öğrencilerinin avantajı bulunmamaktadır. Sadece bu bölümün yetenek sınavlarına diğer öğrencilere göre daha düşük bir Yüksek Öğretime Geçiş Sınavı puanıyla başvurma hakkına sahiptirler. Ancak bu durum Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokullarının yetenek sınavlarında YGS puanının etki yüzdesi göz önüne alındığında avantaj olmaktan çıkmaktadır. Yaptıkları sporun gelecekte meslekleri haline geleceğini tam olarak bilemeyen ve bu durumda gelecek kaygısı yaşayan öğrencilerin kendilerini yetkin hissetmelerini beklemek çok olası değildir.

Spor yapan ergenler için olumlu bir kimlik geliştirme, sosyal yetkinlik beklentisi ve özsaygı düzeylerinin yükseltilmesinde antrenörleri de önemli rol oynamaktadır (Smith ve Smoll, 1996; Akt; Danish ve diğerleri, 2003). Armstrong ve diğerleri (2007) yaptıkları çalışmada antrenörlerin, sporcuların yetkinlik düzeylerinin arttırılmasında en önemli faktör olduğunu belirterek etkili bir antrenörlüğün sporcuların performanslarını yükseltmek için kendilerine olan inançlarını arttırma fırsatı vereceğini ifade etmişlerdir. Spor liselerinde sadece Milli Eğitim Bakanlığı tarafından atanan öğretmenler tarafından öğrencilerin çalıştırılması ve bu öğretmenlerin öğrencilerin sağlıklı bir kimlik geliştirmeleri konusunda yeterli hizmetiçi eğitimleri almamaları ve tamamen gönüllülük esasıyla öğrencileri çalıştırarak

yeterli desteği görmemeleri de öğrencilerin benlik saygıları ve sosyal yetkinlik beklentisi puanlarının beklenen düzeyde olmamasında etkili olduğunu düşündürmektedir.

Araştırmada ikinci alt problem olarak incelenen cinsiyet faktörüne bakıldığında spor lisesi ve genel lise 9 ve 10. sınıf öğrencilerinin cinsiyete göre özsaygı puanı ortalamaları ve sosyal yetkinlik beklentisi puanı ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark gözlenmemiştir. Bu sonuç bazı çalışmalarla benzerlik göstermektedir. Suner'in (2000) farklı liselerdeki ergenlerin özsaygı, akademik başarı ve sürekli kaygı düzeylerini incelediği çalışmasında özsaygının cinsiyete göre farklılık göstermediğini bulmuştur. Bauer (2003) de yaptığı çalışmada öğrencilerin özsaygı düzeylerinin cinsiyetler arasında farklılaşmadığı sonucuna ulaşmıştır Aynı şekilde Türk (2007) ve Erşan (2009) yaptıkları çalışmada cinsiyetin özsaygı düzeyi üzerinde anlamlı bir fark yaratmadığını belirtmektedirler. McKenzie (1999) yetkinlik beklentisi ve özsaygıyı öğrenciler üzerinde araştırdığı çalışmasında erkek ve kız 7. sınıf öğrencilerinin yetkinlik beklentisi düzeylerinde anlamlı bir fark bulamamış ve bunun nedeninin bu iki farklı gruptaki öğrencilerin başarıyla gerçekleştirebileceği performans beklentilerinin benzerlik göstermesi olabileceğini belirtmiştir. Ancak Şenışık'ın (2006) İlköğretim Okullarında Uygulanan Beden Eğitimi ve Spor Derslerinde Kullanılan Farklı Öğretim Yöntemlerinin Sosyal Yetkinlik Beklentisi Üzerine Etkisi isimli araştırmasında erkekler lehine anlamlı bir fark bulunmuştur.

Genel kaniya bakıldığında erkeklerin, kadınlara oranla daha yüksek Sosyal Yetkinlik Beklentisi düzeyine sahip olduğu düşünülmektedir. Lirgg (1991) cinsiyetler arasında Sosyal Yetkinlik Beklentisi düzeylerinde fark olmasını erkeklerin yeteneklerini olduğundan fazla gösterme ve bununla övünme eğiliminde olmasının kadınlarda Sosyal Yetkinlik Beklentisi düzeyini düşük göstermesine bağlamaktadır.

Bu çalışmada cinsiyet açısından erkek ve kız öğrencilerin sosyal yetkinlik beklentisi ve özsaygı düzeyleri arasında fark bulunmaması spor liseleri açısından

değerlendirildiğinde kız ve erkek öğrencilerin eşit şartlara sahip oldukları söylenebilir. Bu liselerde hem kız hem de erkek öğrencilerin buldukları sosyal ortamın ortak bir ilgiye sahip olması ve benzer hedeflere yönelmeleri nedeni ile akran modelleriyle karşılaşma, çevrelerindeki kişilerin deneyimlerini gözleme ve kendilerini buldukları ortamın bir üyesi olarak görme bakımından eşit fırsatlara sahiptirler.

Yapılan t-testi sonucunda, spor lisesi ve genel lise 9 ve 10. sınıf öğrencilerinin sınıf düzeyine göre özsaygı puanı ortalamaları ve sosyal yetkinlik beklentisi puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark gözlenmemiştir. Altunbaş (2006) beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin özsaygı düzeyinin akademik başarıya etkisini araştırdığı çalışmada spor yöneticiliği 4. Sınıf öğrencilerinin özsaygı puanlarının spor yöneticiliği 2. sınıf öğrencilerinden daha yüksek olduğunu bulmuştur. Bunun nedeninin 4. sınıf öğrencilerinin okudukları bölümün avantajlarını ve önemini daha iyi kavramış olmaları olabileceğini belirtmiştir. Yukarıda da belirtildiği üzere özellikle 9. sınıf öğrencilerinin okula ve düzenli spor yapmaya alışma döneminde olmalarının bu sonucu etkilediği düşünülmektedir.

Son olarak incelenen alt problemde öğrencilerin sosyo-ekonomik düzeylerine göre özsaygı puanlarının anlamlı bir biçimde farklılaşmadığı görülmektedir. Buna karşın, öğrencilerin sosyal yetkinlik beklentisi puanları ise sosyo-ekonomik düzeylerine göre anlamlı bir biçimde farklılaşmaktadır. Alt sosyo-ekonomik düzeyde olan öğrencilerin sosyal yetkinlik beklentisi puanı ortalaması ile üst sosyo-ekonomik düzeyde olan öğrencilerin puan ortalaması arasında alt sosyo-ekonomik düzeydeki öğrenciler lehine anlamlı bir fark bulunmaktadır. Diğer bir ifadeyle, alt sosyo-ekonomik düzeyden gelen öğrencilerin sosyal yetkinlik beklentisi üst sosyo-ekonomik düzeyden gelen öğrencilerin sosyal yetkinlik beklentisi düzeylerinden yüksektir. Akıncı' nın (2007) ortaöğretim kurumlarında beden eğitimi ve spor etkinliklerinin sosyalleşme süreci ve kişiliğin oluşmasına katkısını incelediği araştırmasında deneklerin

ailelerinin gelir düzeylerinin çoğunlukla alt sosyo-ekonomik gruptan olduğunu belirten çalışması bu sonucu destekler niteliktedir. Pepe ve Kuru (2001) spor yapan ve yapmayan bayanların sosyo-ekonomik düzeylerini inceledikleri araştırmalarında sosyo-ekonomik düzeyi uç noktalarda olan bireylerin spora katılımının düşük olduğu ancak spor yapan kesimin ortanın üzerinde ve altında toplandığını belirtmişlerdir. Pepe ve Kuru'nun (2002) bir başka çalışmasında Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu' na başvuran 262 öğrencinin sosyoekonomik profilleri incelenmiş ve araştırmaya katılan öğrencilerin %75,1'i kendilerini zenginlik itibariyle orta tabakada gördüklerini ifade etmişlerdir. Bu iki çalışmanın sonucu da sporun çoğunlukla orta ve alt sosyo-ekonomik düzeyde olan bireyler tarafından yapıldığı düşüncesini desteklemektedir. Araştırma sonucuyla çelişen araştırma bulguları da bulunmaktadır. Şenışık (2006), çalışmasında evin toplam geliri ile sosyal yetkinlik beklentisi arasında anlamlı bir ilişki olmadığını belirtmiştir. Ayrıca Anderssen ve Wold (1992) ekonomik düzeyin aktiviteye katılım ve aktivite tercihlerinde doğrudan rol oynamadığını ancak aktiviteye devam etmede rol oynadığını ifade etmişlerdir.

Spor, bilindiği üzere toplumun her kesiminden bireylerin yapabildiği bir uğraştır. Özellikle son dönemlerde ülkemizde futbol alanında yaşanan gelişmeler, başarılı sporcuların kazandıkları paraların medyaya çok fazla yansımaları ile spor, özellikle geleceklerini kurtarmak isteyen alt sosyo-ekonomik grupta olan gençler için umut kapısı olmuştur. Spor lisesinde okuyan ve alt sosyo-ekonomik gruba dâhil olan ergenler kendilerini bir gruba ait hissetmekte, sporda başarılı oldukça çevresinden olumlu geribildirim almakta ve aynı zamanda medyada gördüğü başarılı sporcuları model almaktadır. Bu durumun ergenlerin sosyal yetkinlik beklentisini arttırdığı düşünülebilir.

SONUÇ

VARGI VE ÖNERİLER

Bu bölümde, araştırma bulgularının genel bir özeti verilmiştir. Daha sonra bulgular doğrultusunda spor liselerinde çalışan psikolojik danışmanlara, okul yöneticilerine, antrenörlere ve öğrenci velilerine ergenlerin sosyal yetkinlik beklentisi ve özsaygı düzeylerinin yükseltilmesine ilişkin önerilerde bulunulmuştur. Bunun yanında, spor liseleri, spor, sosyal yetkinlik beklentisi ve özsaygı ile gelecekte yapılacak araştırmalara ışık tutabileceği düşünülen önerilere de yer verilmiştir.

1-Araştırma bulgularına göre, sosyal yetkinlik beklentisi ve özsaygı düzeylerinin spor lisesi ve genel lisede okuyan 9. ve 10. sınıf öğrencilerinde farklılaşmadığı görülmektedir. Bu durum spor yapmanın ve bu konuda akademik olarak lise döneminden itibaren bilgilendirilmenin ve spor yapan bir toplum içinde olmanın spor lisesinde okuyan öğrencilerin özsaygı ve sosyal yetkinlik beklentisi düzeylerine etkisi olmadığını düşündürmektedir.

2- Araştırma bulgularına göre, sosyal yetkinlik beklentisi ve özsaygı düzeylerinin cinsiyete ve sınıf düzeyine göre farklılaşmadığı gözlenmiştir.

3- Araştırma bulgularına göre, özsaygı düzeylerinin öğrencilerin sosyo-ekonomik durumları açısından farklılaşmadığı görülmektedir. Ancak alt sosyo-ekonomik düzeyde olan öğrencilerin sosyal yetkinlik beklentisi puan ortalaması ile üst sosyo-ekonomik düzeyde olan öğrencilerin puan ortalaması arasında alt sosyo-ekonomik düzeydeki öğrenciler lehine anlamlı bir fark bulunmaktadır. Diğer bir ifadeyle, alt sosyo-ekonomik düzeyden gelen öğrencilerin sosyal yetkinlik beklentisi düzeyleri üst sosyo-ekonomik düzeyden gelen öğrencilerden daha yüksektir.

Bu araştırma sonucunda özellikle çok iyi amaçlarla ancak alt yapı oluşturulmadan kurulan spor liselerinin malzeme ve spor alanları açısından eksiklerinin giderilmesi ve bundan sonra kurulacak olan liselerin spor lisesi olmaya uygun alanlarla ve öğrencilerinin ihtiyaçları doğrultusunda donanımlı olarak kurulması uygun olacaktır.

Sosyal yetkinlik beklentisi ve özsaygının gelişiminde antrenör ve beden eğitimi öğretmenlerinin önemi göz ardı edilmeyerek bu okullarda donanımlı antrenörler de istihdam edilmeli, ayrıca beden eğitimi öğretmenleri hizmet içi eğitimlerden geçirilmelidir. Ek olarak, bu okullarda çalışan idareci ve öğretmenler de spor psikolojisi konusunda hizmet içi eğitimlere alınmalıdır.

Spor liselerinde okuyan öğrencilerin Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulları girişlerinde avantaja sahip olmaları gerekmektedir. Aksi takdirde bu liseler kuruluş amaçlarına hizmet edemez duruma gelecektir.

Bu okullarda çalışan psikolojik danışmanların, sosyal yetkinlik beklentisi ve özsaygı düzeyleri düşük olan öğrencilere yönelik çalışmalar yapması uygun olacağı düşünülmektedir.

Ayrıca Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu olan şehirlerde bulunan spor liselerinin bu bölümlerle iletişime geçmesinin uygun olacağı düşünülmektedir. Böylece şu anda altyapısı eksik olan spor liseleri bu okulların fiziki altyapılarından yararlanabilir ayrıca spor liselerinde öğrenim gören öğrencilerin mesleki anlamda güdülenmesi sağlanabilir.

Çocuklarının eğitimlerine spor liselerinde devam etmesini isteyen velilerin bu liseler ve lise sonrası eğitim hakkında araştırma yaparak bilinçli bir tercihle çocuklarını yönlendirmelerinin önemli olduğu düşünülmektedir.

Bireyler yaptıkları çalışmaları başarıyla tamamladıkça kendilerine ilişkin yetkinlik beklentileri artmaktadır. Bu doğrultuda yetkinlik beklentisine yönelik yapılacak çalışmaların liseye yeni başlayan ergenler üzerinde değil 11, 12. Sınıf gibi daha üst sınıflarda öğrenim

görmekte olan öğrenciler üzerinde yapılmasının farklı sonuçlar ortaya koyacağı düşünülmektedir.

Literatüre bakıldığında spor liseleri ile yapılan araştırmalara çok fazla rastlanmamaktadır. Yapılan araştırmalar da öğrencilerin okul ile ya da meslekleri ile ilgili beklentilerine ve spor liselerine giriş nedenlerini araştırmaya yöneliktir (Karapınar, 2007; Nar, 2007; Canal, 2008). Bundan sonra yapılacak araştırmalarda spor liselerinde okuyan öğrencilerin kişisel, duygusal ya da sosyal özelliklerinin araştırılmasının öğrencilerin duygusal gelişimlerine ve literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

- Akbaş, A., ve elikkaleli, . (2006). Sınıf ğretmeni adaylarının fen ğretimi öz- yeterlilik inançlarının cinsiyet, öğrenim türü ve üniversitelerine göre incelenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2 (1), 98-110.
- Akıncı, A. Y. (2007). *Ortaöğretim kurumlarında beden eğitimi ve spor etkinliklerinin, sosyalleşme süreci ve şahsiyetin oluşmasında katkısı*. Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Kütahya.
- Akkapulu, E. (2005). *Ergenin sosyal yetkinlik beklentisini yordayan bazı değişkenler*. ukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Aksaray, S. (2003). *Ergenlerde zsaygı geliştirmede beceri eğitimi ve aktivite merkezli programların etkisi*. ukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı. Yayımlanmamış Doktora Tezi.
- Altunbaş, . (2006). *Beden eğitimi ve spor yüksek okulu ğrencilerinin özsaygı düzeyleri ve akademik başarıları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Cumhuriyet Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Yayımlanmamış Doktora Tezi.
- Anderssen, N., ve Wold, B. (1992). Parental and peer influences on leisure-time: physical activity in young adolescents. *Research Quarterly For Exercise and Sport*, 63, 341-348.
- Armstrong, H.B., Melser, P.J., ve Tooth, J.A. (2007). Executive coaching effectiveness: A pathway to self-efficacy. Erişim tarihi: 12.12.2009,

<http://www.iecoaching.com/files/CES%20Results%20Full%20Version%2003%2007.pdf>

- Arslan, C. (2009). Anger, self-esteem, and perceived social support in adolescence. *Social Behaviour and Personality*.37 (4), 555-564.
- Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Englewood Cliffs, N. J. Prentice Hall.
- Bandura, A. (1986). *Social foundation of thought and action: a social theory*. Englewood Cliffs, Nj: Prentice Hall.
- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The Exercise of Control.*, W.H. Freeman Company, New York, ss.259-179.
- Bauer, S. (2003). *The relationship between high school athletic participation and self-esteem of high school students*. Research Paper, The Graduate College University of Wisconsin- Stout Menomonie Master of Science Degree in Guidance and Counseling.
- Bıkmaz, F. (2002). Fen öğretiminde öz yeterlik inancı ölçeği. *Eğitim Bilimleri ve Uygulama*, 1(2), 197-210.
- Bilgin, M. (1996). *Grup rehberliğinin sosyal yetkinlik beklentisi üzerindeki etkisine yönelik deneysel bir çalışma*. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı. Yayımlanmamış Doktora Tezi.
- Bulgu, N. (2005). Sporda şiddet ve alt-kültür. *Spor Bilimleri Dergisi Hacettepe J. of Sport Sciences*, 16(4), 229-250.
- Burgess, G., Grogan, S., ve Burwitz, L. (2006). Effects of a 6-week aerobic dance intervention on body image and physical self-perceptions in adolescent girls. *Body Image* 3, 57–66.

- Canal, E. (2008). *Spor liselerindeki öğrencilerin problemleri ve beklentilerinin belirlenmesi*. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Canan, F., Ataoğlu, A. (2010). Anksiyete, depresyon ve problem çözme becerisi algısı üzerine düzenli sporun etkisi. *Anatolian Journal of Psychiatry*, 11(38), 38-48.
- Coleman, P.K. (2003). Perceptions of parent-child attachment, social self-efficacy, and peer relationships in middle childhood. *Infant and Child Development*, 12, 351-368.
- Çankaya, B. (2007). *Lise I ve II. sınıf öğrencilerinin algılanan özsaygının bazı değişkenlere göre incelenmesi*. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Çelikkaleli, Ö. (2004). *Lise öğrencilerinde sosyal yetkinlik beklentisi ve psikolojik ihtiyaçlar*. Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Danish, S., Taylor, T.E. ve Fazio, R.J. (2003). Enhancing adolescent development through sports and leisure. G. R. Adams, M. D. Berzonsky (Ed.), *Blackwell Handbook of Adolescence* içinde (ss. 92-108). Oxford, UK: Blackwell Publishing Ltd.
- Davis, B. (2004). *Athletic participation and self-esteem in eight grade students*. Research Paper, The Graduate College University of Wisconsin- Stout Menomonie Master of Science Degree in Guidance and Counseling.
- Debate, R.D., Gabriel, K.P., Zwald, M., Huberty, J., ve Zhang, Y. (2009). Changes in psychosocial factors and physical activity frequency Among Third to eighth-grade girls who participated in a developmentally focused youth sport program: A preliminary study. *Journal of School Health*, 79(10), 474-484.
- Dekovic M., ve Meeus, W. (1997). Peer relations in adolescence: effects of parenting and adolescents' self-concept. *Journal of Adolescence*, 20, 163-176.

- Demirhan, G. (2005). Beden eğitimi; bir gelenek mi, gereksinim mi?. *Spor Bilimleri Dergisi Hacettepe J. of Spor Sciences*, 16(1), 39-49.
- Dilek, H. (2007). *Farklı eğitim programlarına devam eden lise II. sınıf öğrencilerinin özsaygı ile anne- babalarının özsaygı arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Çocuk Gelişimi ve Eğitimi Anabilim Dalı. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Doğu, G. (2006). *Sporun sosyal ve ekonomik faydalar*. Sağlıklı Kentler Birliği Toplantısı, Eskişehir. Erişim tarihi:16.01.2010, <http://www.sporbilim.com/?s=detay&id=189>.
- Efe, M. (2007). *14-16 yaş grubu bireylerde spor çalışmalarının sosyal yetkinlik beklentisi ve atılganlık üzerine etkisi*. Uludağ Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Yayınlanmamış Doktora Tezi.
- Efe, M., Öztürk, F., Koparan, Ş., ve Şenışık, Y. (2008). 14-16 yaş grubu erkeklerde voleybol çalışmalarının sosyal yetkinlik beklentisi ve atılganlık üzerine etkisi. *Eğitim Fakültesi Dergisi*, XXI (1), 69-77.
- Ekşi, A., ve Özügurlu, M. (1992). Adölesan döneminde benlik imajı. Çocuk ve Ergen Psikiyatrisi Kongresi Bildirileri. (ss.201-207). Saray Medikal Yayıncılık Kuşadası.
- Erşan, E.E., Doğan, O., ve Doğan, S. (2009). Beden eğitimi ve antrenörlük bölümü öğrencilerinde benlik saygısı düzeyi ve bazı sosyodemografik özelliklerle ilişkisi. *Klinik Psikiyatri*, 12, 35-42.
- Feltz, D. L., Short, S. E., ve Sullivan, P. J. (2008). *Self-efficacy in sport*. USA:Human Kinetics.
- Gander, J.M., ve Gardiner, W.H. (1998). *Çocuk ve ergen gelişimi*. Ankara: İmge Kitapevi. Üçüncü Baskı.

Geçtan, E. (1998). *Psikanaliz ve sonrası*. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Gün, E. (2006). *Spor yapanlarda ve spor yapmayan ergenlerde özsaygı*. Çukurova Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.

Hatzigeorgiadis, A., Greece ve Stuart J.H. Biddle (2008). Negative self-talk during sport performance: relationships with pre-competition anxiety and goal-performance discrepancies. *Journal of Sport Behavior*, 31(3).

Hofstetter, C.R., Hovell, M.F. ve Sallis, J.F. (1990). *Social learning correlates of exercise self-efficacy: Early experiences with physical activity*. Erişim tarihi: 12.10.2009, <http://www.sci.sdsu.edu/c-beach/abstract/pa24.html> 1990.

Huurre, T.M., Komulainen, E.J., ve Aro, H.M. (1999). Social support and self esteem among adolescents with visual impairments. *Journal of Visual Impairment*, 34(43), 26-41.

İçten, B., Koruç, Z., ve Kocaekşi, S.(2006). 6 haftalık egzersiz öncesi ve sonrası 12-15 yaş aralığındaki çocukların benlik saygındaki değişim. (ss.944). 9. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi Muğla.

İkizler C. (2000). *Sporda sosyal bilimler*. İstanbul: Alfa Basım Yayım Dağıtım.

İnanç, N. (1997). *Üniversite öğrencilerinin özsaygı düzeyleri ile akademik başarıları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Gaziantep Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.

İnel, M. S. (1996). *Kimlik oluşumunda spor ne kadar merkezde?*. Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Mersin.

Karakaya, I., Coşkun, A. ve Ağaoğlu, B. (2006). Yüzücülerin depresyon, özsaygı ve kaygı düzeylerinin değerlendirilmesi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*. 7(3), .162-166.

- Karapınar, Y. (2007). *Spor Liselerinde öğrenim gören öğrencilerin okula giriş nedenleri ve mesleki beklentilerinin araştırılması*. Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Kaşık, D. Z. (2009). *Ergenlerde karar verme stilleri ve algılanan sosyal destek düzeylerinin sosyal yetkinlik beklentisi ve bazı değişkenler açısından incelenmesi*. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bilim Dalı. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Kavak, V., Arıtürk, Z., İltümür, K., Kara, İ.H., ve Alan, S. (2006). Sporcularda kalpteki strüktürel ve fonksiyonel değişikliklerin hipertansif hastalar ve spor yapmayan sedanter bireylerle karşılaştırılması. *Dicle Tıp Dergisi*, 33(3), 139-144.
- Kılıççı, Y. (2000). 6- 15 yaş öğrencilerinin gelişimsel güçleri ve kişilik gelişimini kolaylaştırma. Y. Kuzgun (Ed.), *İlköğretimde rehberlik içinde* (ss.17-47). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım. 2. Baskı.
- Koruç, Z., ve Bayar, P. (2006). Olimpik hazırlıklar ve spor psikolojisi. *Spor Bilimleri Dergisi Hacettepe J. of Sport Sciences*, 17(1), 26-37.
- Korkmaz, N. H. (2007). Yaz spor okulları ile çocukların benlik saygısı arasındaki ilişki. *Eğitim Fakültesi Dergisi*, XX (1), 49-65.
- Korkmaz, İ. (2009). Sosyal Öğrenme Kuramı. B. Yeşilyaprak (Ed.), *Eğitim Psikolojisi içinde* (ss.217-242). Ankara: Pegem A Yayıncılık. 5. Baskı.
- Kuru, E., (2003). Farklı statüdeki beden eğitimi bölümü öğrencilerinin kişilik özellikleri. *Gazi Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23 (1), 175-191.
- Kwan, B.M., ve Bryan, A.D. (2010). Affective response to exercise as a component of exercise motivation: Attitudes, norms, self-efficacy, and temporal stability of intentions. *Psychology of Sport and Exercise*, 11(1), 71-79.

- Labbe, A.E., ve Welsh, C. (1993). Children and running: Changes in physical fitness, self-efficacy, and health locus of control. *Journal of Sport Behavior*, 01627341, 16(2).
- Lane, A. M., Jones, L. ve Stevens, M. J. (2002). Coping with failure: the effects of self-esteem and coping on chances in self-efficacy. *Journal of Sport Behavior*, 25 (4), 331-345.
- Lee, K.S., Loprinzi, P.D., ve Trost, S.G. (2009). Determinants of physical activity in singaporean adolescents. Erişim tarihi 27.11.2009, *International Society Of Behavioral Medicine*, Springerlink veritabanı.
- Lirgg, C.D. (1991). Gender differences in self-confidence in physical activity: A meta-analysis of recent studies. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 8, 294-310.
- Luszczynska, A., Gutie´rrez-Don˜a, B., ve Schwarzer, R. (2005). General self-efficacy in various domains of human functioning: Evidence from five countries. *International Journal Of Psychology*, 40(2), 80–89.
- Maddux, J. (1995). Self-efficacy theory and introduction. In J. Maddux (Ed.), *Self-efficacy, adaptation, and adjustment: Theory, research, and application* içinde (ss. 3-33). New York: Plenum Press.
- Mazurkiewicz, M., Ziegelmann, J.P., ve Schwarzer R. (2007). Recovery self-efficacy and intention as predictors of running or jogging behavior: A cross-lagged panel analysis over a two-year period. *Psychology of Sport and Exercise*, 8(2), 247-260.
- McKenzie, J. (1999). *Correlation between self-efficacy and self-esteem in students*. Research Paper, The Graduate College University of Wisconsin- Stout Menomonie Master of Science Degree in Guidance and Counseling.
- Mcmahon, S. (1997). *Terapistim yanımda*. İstanbul: İlhan Yayınevi.

Milli Eğitim Bakanlığı Spor Liseleri Yönetmeliği. (2005). T. C. Resmi Gazete, 25714,1 Şubat 2005.

Milli Eğitim Bakanlığı Spor Liseleri Yönetmeliği. (2007). T. C. Resmi Gazete, 26627,28 Ağustos 2007.

Milli Eğitim Bakanlığı Güzel Sanatlar ve Spor Liseleri Yönetmeliği. (2009). T. C. Resmi Gazete, 27260, 16 Haziran 2009, Düzeltme: 23 Haziran 2009/27267.

Milli Eğitim Temel Kanunu. (1973). T. C. Resmi Gazete, 14574, 24 Haziran 1973.

Nar, A. (2007). *Spor Liselerinde öğrenim gören liselerin beklentilerinin araştırılması*. Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.

Onursal, A.M., Morali, S., Başaran, I. (2009). *Spor yapan ve yapmayan 9-14 yaş çocuklarda özyeterlik ve sosyal beceri düzeyleri düzeylerinin karşılaştırılması*. Erişim tarihi:26.02.2010, [http://www.sporbilim.com/dosyalar/Muğla%20 Bildiri%202.pdf](http://www.sporbilim.com/dosyalar/Muğla%20Bildiri%202.pdf).

Öztürk, O. (1992). *Günümüzde psikiyatri*. Ankara: İmge Kitapevi.

Öztürk, F., Efe, M., ve Koparan, Ş. (2007). 14-16 yaş grubu kızlarda hentbol çalışmalarının sosyal yetkinlik beklentisi ve atılganlık üzerine etkisi. *Spor Bilimleri Dergisi Hacettepe J. of Sport Sciences*, 18(4), 147-155.

Öztürk, F., ve Koparan Şahin, Ş. (2007). Spor yapan ve yapmayan 9-13 yaş grubu bireylerin sosyal yetkinlik beklentisi puanlarının karşılaştırılması (Bursa Örneği). *İlköğretim Online*, 6(3), 469-479. Erişim tarihi: 08.10.2009, <http://ilkogretim-online.org.tr>.

Pepe, H. ve Kuru, E. (2001). Spor yapan ve yapmayan bayanların Sosyo-ekonomik seviyelerinin araştırılması. *Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi* 21 (3), 209-221.

Pepe, H. ve Kuru, E. (2002). Beden eğitimi ve spor öğretmenliği özel yetenek sınavlarına katılan öğrencilerin sosyoekonomik profilleri. *Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi* 22 (1), 253-265.

- Pişkin, M. (2000). zsaygıyı geliştirme programı. Y. Kuzgun (Ed.), *İlköğretimde rehberlik* içinde (ss.95-123). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım. 2. Baskı.
- Richard, T. (2007). *Personal identity in adolescent football players: An explorative study*. (Essay in sport psychology 60-90hp) School of Social and Health Sciences: Halmstad University.
- Rovniak, L.S., Anderson, E.S., Winett, R.A., Stephens, R.S., ve Med, A.B. (2002). Social cognitive determinants of physical activity in young adults: A prospective structural equation analysis. *Annals of Behavioral Medicine*, 24(2), 149–156.
- Ryan, G.J., ve Dzewaltowski, D.A. (2002). Comparing the relationships between different types of self-efficacy and physical activity in youth. *Health Education & Behavior*, 29(4), 491-504.
- Sanford, L. T., Donovan, M.E. (1999). *Kadınlar ve benlik saygısı*. Ankara: HYB Yayıncılık, 1. Baskı.
- Schwarzer, R. (1999). Self-regulatory processes in the adoption and maintenance of health behaviors the role of optimism, goals, and threats. *Journal of Health Psychology*, 4(2), 115–127.
- Schneider, M., Duntaon, G. F. ve Cooper, D. M. (2008). Physical activity and physical self-concept among sedentary adolescent females: an intervention study. *Psychology of Sport and Exercise*. 9 (1), 1-14.
- Senemoğlu, N. (2001). *Gelişim, ğrenme ve ğretim*. Ankara: Gazi Kitapevi. 3. Baskı.
- Spence, J.C., ve Blanchard, C. (2001). Effects of pretesting on feeling states and self-efficacy in acute exercise. *Research Quarterly For Exercise and Sport*, 72(3), 310-314.
- Steinberg, L. (2007). *Ergenlik*. Ankara: İmge Kitabevi. 1. Baskı.

- Suner, E. (2000). *Farklı liselerdeki ergenlerin özsaygı, akademik başarı ve sürekli kaygı arasındaki ilişki*. Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitimde Psikolojik Hizmetler Anabilim Dalı. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Şenişik, Y. (2006). *İlköğretim okullarında uygulanan beden eğitimi ve spor derslerinde kullanılan farklı öğretim yöntemlerinin sosyal yetkinlik beklentisi üzerine etkisi*. Uludağ Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Eğitim-Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Teşneli, Ö. (2007). *Elit seviyedeki değişik spor branşlarının fiziksel benlik algısı üzerine etkisi*. Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Tufan, B., ve Turan, N. (1987). Coopersmith özsaygı ölçeği üzerine geçerlik ve güvenirlik çalışması. 23. Uluslararası Psikiyatri Kongresi Bildirileri. İstanbul.
- Türk, E. (2007). *Spor takımlarına katılan ve katılmayan görme engelli öğrencilerin benlik saygılarının değerlendirilmesi*. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İlköğretim Anabilim Dalı. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Utku, B., Koruç, C., ve Kocaekşi, S. (2006). *Sekiz haftalık fitness egzersizinin kadınların beden imgesi ve öz-yeterlilik inancına etkisi*. Erişim tarihi:26.02.2010, <http://www.sporbilim.com/dosyalar/Muğla%20Bildiri%202.pdf>.
- Uzamaz, F. (2000). *Sosyal beceri eğitiminin ergenlerin kişilerarası ilişki düzeylerine etkisi*. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Vondracek, F. V., Porfeli, E. J. (2003). The world of work and careers. G. R. Adams, M. D. Berzonsky (Ed.), *Blackwell Handbook of Adolescence* içinde (ss. 109-129). Oxford, UK: Blackwell Publishing Ltd.

- Yaman Ç., Teşneli Ö., Gelen N., Koşu S., Tel M., ve Yalvarıcı N., (2008). *Elit seviyedeki değişik spor branşlarının fiziksel benlik algısı üzerine etkisi*. Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi, 5(2). Erişim tarihi: 12.12.2009, <http://www.insanbilimleri.com>
<http://www.insanbilimleri.com/ojs/index.php/uiib/article/viewFile/538/316>.
- Yavuzer, H. (2002). *Eğitim ve gelişim özellikleriyle okul çağı çocuğu*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yentür, J. (2004). *Milli takım düzeyindeki elit bayan sporcuların kişilik yapılarıyla bedenlerini algılama düzeylerinin karşılaştırılması*. Kırıkkale Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Yeşilyaprak, B. (2000). *Eğitimde rehberlik hizmetleri*. Ankara: Nobel Kitabevi.
- Yetim, A. A. (2000). *Sosyoloji ve spor*. Ankara: Topkar Matbaacılık.
- Yörükoğlu, A. (2007). *Gençlik çağı ruh sağlığı eğitimi ve ruhsal sorunları*. İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.
- Yüksel, D. (2006). *Düşük benlik algısına sahip anne-babası boşanmış erinlerde (12-14 yaş) grup rehberliğinin etkisi*. Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Zeldin, A.L., ve Pajares, F. (2000). Against the odds: self-efficacy beliefs of women in mathematical, scientific, and technological careers. *American Educational Research Journal*, 37, 215-246.

EKLER

EK -1

KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Sevgili Gençler,

Aşağıda size ve ailenize dair bazı sorular yer almaktadır. Samimi ve gerçeğe uygun yanıtlar vermeniz önemlidir. Lütfen cevapsız soru bırakmayın. Kimlik bilgileriniz gizli tutulacaktır. Katılımınız için teşekkürler.

1. Adınız Soyadınız:

2. Cinsiyetiniz: ()Kız ()Erkek

3. Okulunuz:

4. Sınıf Düzeyiniz: () 9. Sınıf () 10. Sınıf

5. Kendinizi Hangi Sosyo-Ekonomik Düzeyde Görüyorsunuz?

() Alt Sosyo-Ekonomik Düzey

() Orta Sosyo-Ekonomik Düzey

() Üst Sosyo-Ekonomik Düzey

6. Anne ve Babanızın Eğitim Düzeyi Aşağıdakilerden Hangisine Uyuyor?

	<u>Anne</u>	<u>Baba</u>
Okuma yazması yok	()	()
Sadece okur- yazar	()	()
İlkokul mezunu	()	()
Ortaokul mezunu	()	()
Lise mezunu	()	()
Üniversite mezunu	()	()

7. Annenizin Çalışma Durumu:

8. Babanızın Çalışma Durumu:

9. Kendiniz Dışında Kaç Kardeşiniz var?

10. Herhangi Bir Spor Branşında Lisansınız Var mı? Varsa Branşınız?

.....

EK- 2

COOPERSMITH ÖZSAYGI ÖLÇEĞİ

YÖNERGE

Aşağıda her insanın zaman zaman hissedebileceği bir takım durumlar maddeler halinde sıralanmıştır. Bu maddelerde belirtilen ifadeler, sizin *genellikle* hissettiklerinizi tanımlıyor ve *çoğunlukla* size uygun geliyorsa ilgili maddenin karşısındaki EVET sütununa bir çarpı işareti (X) koyunuz. Bu ifadeler eğer sizin *genellikle* hissettiklerinizi tanımlamıyor ve *çoğunlukla* size uygun gelmiyorsa bu durumda da HAYIR sütununa bir çarpı işareti (X) koyunuz.

Envanterde yer alan maddelerin doğru ya da yanlış cevapları yoktur. Bu nedenle yanıtlarınızı verirken mantığınızdan çok duygularınıza kulak vermeyi unutmayınız. Lütfen yanıtlarınızı içinizden geldiği gibi ve dürüst vermeye çalışınız. Kararsız kaldığınız durumlarda bile sadece bir seçeneği işaretleyiniz. Herhangi bir maddeye ilişkin her iki seçeneği de işaretlediğinizde ya da her iki seçeneği de boş bıraktığınızda bu maddeye ilişkin yanıtınızın geçersiz sayılacağını unutmayınız.

Duygu ÇAKICI

Evet Hayır

- () () Sık sık keşke başka birisi olsam diye düşünürüm.
- () () Başkalarının önünde konuşmak bana zor geliyor.
- () () Eğer elimde olsaydı kendimdeki birçok şeyi değiştirmek isterdim.
- () () Karar vermede fazla zorluk çekmem.
- () () İnsanlar benimle olmaktan hoşlanırlar.
- () () Evde kolayca moralim bozulur.
- () () Yeni şeylere kolay alışamam.
- () () Yaşıtlarım arasında sevilen bir kişiyim.
- () () Genellikle ailem benden çok şey bekler.
- () () Ailem genellikle duygularıma önem verir.
- () () Başkalarının söylediğini kolaylıkla kabul ederim.
- () () Benim yerimde olmak oldukça zordur.
- () () Hayatımın karmakarışık olduğuna inanıyorum.
- () () Genellikle başkaları düşüncelerimi kabul eder.
- () () Kendimi yetersiz buluyorum.
- () () Sık sık evden kaçmayı düşünüyorum.
- () () Yaptığım işten çoğunlukla memnun olmam.
- () () Başkaları kadar güzel/yakışıklı değilim.
- () () Söylenecek bir sözüm varsa onu söylemekten çekinmem.
- () () Ailem benim duygularımı anlar.
- () () Çok sevilen bir kimse değilim.
- () () Genellikle ailemin beni dışladığını sanıyorum.
- () () Yaptığım şeyler genellikle cesaretimi kırar.
- () () Çevremde olup bitenlerden rahatsız olmam.
- () () Güvenilir bir kişi olmadığımı düşünüyorum.

EK- 3

SOSYAL YETKİNLİK BEKLENTİSİ ÖLÇEĞİ

YÖNERGE

Bu ölçeğin amacı, sizin sosyal ilişkilere girmeden önce, sosyal ilişkilere girip girmeyeceğinize ilişkin düşüncelerinizi incelemektir. Ölçeği cevaplarken cümlelerde yazan davranışları daha önce hiç yapmamış olabilirsiniz. Sizden istenen acaba o davranışı yapabilir misiniz?, Bu davranışı yapacağınıza ne kadar güveniyorsunuz? Sorularına cevap vermenizdir.

Bu ölçekte 40 cümle bulunmaktadır. Bütün cümleleri atlamadan okuyunuz ve acele etmeden hepsini dürüştçe cevaplayınız.

Her cümlenin karşısında bulunan “Her zaman”, “Sık sık”, “Bazen”, “Arada sırada”, “Hiçbir zaman” seçeneklerine ait parantezlerden size en uygun olanın içine çarpı (X) işareti koyunuz. Her cümle için lütfen bir cevap veriniz.

Teşekkür ederim.

Duygu ÇAKICI

SOSYAL YETKİNLİK BEKLENTİSİ ÖLÇEĞİ

	<u>Her</u> <u>zaman</u>	<u>Sık sık</u>	<u>Bazen</u>	<u>Arada</u> <u>Sırada</u>	<u>Hiçbir</u> <u>zaman</u>
1	Beğendiğim birine güzel görüldüğünü söylerim.	()	()	()	()
2	Başarılı not alan arkadaşıma onu kutladığımı söylerim.	()	()	()	()
3	Okul çıkışında pastaneye gitmek isteyen arkadaşlarıma onlara katılmak istediğimi söylerim.	()	()	()	()
4	Öğretmenlerimizle ilgili yapılan konuşmada kendi düşüncelerimi söylerim.	()	()	()	()
5	Öğrendiğim bir konu hakkında başkalarının düşüncelerini öğrenmek isterim.	()	()	()	()
6	Arkadaş grubunda sporla ilgili yapılan konuşmada düşüncelerimi söylerim.	()	()	()	()
7	Ödevlerini hazırlamada arkadaşlarıma yardımcı olurum.	()	()	()	()
8	Büfede içecek almaya çalışan arkadaşıma yardımcı olurum.	()	()	()	()
9	Yeni bir arkadaşımın, arkadaş grubunda kendisini rahat hissetmesine yardımcı olurum.	()	()	()	()
10	Arkadaşım hoşuma giden bir şey yaptığında bunun hoşuma gittiğini söylerim.	()	()	()	()
11	Katıldığım ilginç bir yaşantımı arkadaş gurubunda paylaşıyorum.	()	()	()	()
12	Arkadaşıma onu sevdiğimi söylerim.	()	()	()	()

- 13 Bir okul eğlencesini organize etmek için gönüllü olurum. () () () () ()
- 14 Karşı cinsten birine onu beğendiğimi söylerim. () () () () ()
- 15 Sinemaya gitme planı olan bir grup arkadaşına onlara katılmak istediğimi söylerim. () () () () ()
- 16 Sınıfın en popüler kişilerinden biri tarafından verilen doğum günü davetine katılırım. () () () () ()
- 17 Başlamış bir sohbeti devam ettiririm. () () () () ()
- 18 Sınıftaki grup çalışmaları içinde bulunurum. () () () () ()
- 19 Hafta sonunda arkadaşına piknik yapmak istediğimi söylerim. () () () () ()
- 20 Okullar arası spor karşılaşmaları için okulumuza gelen öğrencilere yardımcı olmak isterim. () () () () ()
- 21 Sınıfta bir dersle ilgili yapılan tartışmaya katılırım. () () () () ()
- 22 Bir cumartesi gününü bizim evimizde geçirmesi için herhangi bir arkadaşımı davet ederim. () () () () ()
- 23 Sinemaya gitmek için bir arkadaşımı davet etmek isterim. () () () () ()
- 24 Okulun çıkış saatinde öğrencilerin caddeden geçmesi için trafiği idare ederim. () () () () ()
- 25 Hoşlandığım bir kıza/erkeğe arkadaşlık teklif ederim. () () () () ()

- 26 Sınıfta fıkra anlatırım. () () () () ()
- 27 Televizyon seyretmek için arkadaşlarımla evde toplanırım. () () () () ()
- 28 Boş zamanlarımı arkadaşlarımla birlikte geçiririm. () () () () ()
- Arkadaşlarımla buluşmadan
- 29 önce vücut ve saç bakımımı yaparım. () () () () ()
- 30 Sınav için arkadaşşıma yardım ederim. () () () () ()
- 31 Karşı cinsten arkadaşşıma güzel göründüğünü söylerim. () () () () ()
- 32 Arkadaşımin ailesiyle tanışırım. () () () () ()
- 33 Sınıfta arkadaşşıma şiir okurum. () () () () ()
- 34 Öğretmenlerle sınıf dışında sohbet ederim. () () () () ()
- 35 Okul çıkışı eve öğretmenimle birlikte giderim. () () () () ()
- 36 Yardıma ihtiyacım olduğunda telefonla öğretmenimi ararım. () () () () ()
- 37 Cinsel konular hakkında arkadaşlarımla konuşurum. () () () () ()
- Arkadaşlarımla sevdiğim bir kız
- 38 ya da erkek arkadaşım hakkında konuşurum. () () () () ()
- 39 Üzüntülü olduğumda bir arkadaşşımin beni dinlemesi için yardım isterim. () () () () ()
- 40 Darıldığım bir arkadaşşıma duygularımı söylerim. () () () () ()