

**T.C.**  
**BOLU ABANT İZZET BAYSAL ÜNİVERSİTESİ**  
**EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**  
**BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENLİĞİ ANABİLİM DALI**  
**BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENLİĞİ BİLİM DALI**

**SPOR BİLİMLERİ ALANINDA ÖĞRENİM GÖREN**  
**ÖĞRENCİLERİN AKADEMİK BAŞARILARI İLE**  
**MÜKEMMELİYETÇİLİK DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN**  
**İNCELENMESİ**

**MUHAMMED KANIK**

**BOLU - 2019**

**T.C.**  
**BOLU ABANT İZZET BAYSAL ÜNİVERSİTESİ**  
**EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**  
**BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENLİĞİ ANABİLİM DALI**  
**BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENLİĞİ BİLİM DALI**

**SPOR BİLİMLERİ ALANINDA ÖĞRENİM GÖREN**  
**ÖĞRENCİLERİN AKADEMİK BAŞARILARI İLE**  
**MÜKEMMELİYETÇİLİK DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN**  
**İNCELENMESİ**

**Yüksek Lisans Tezi**

**Hazırlayan**  
**Muhammed KANIK**

**Danışman**  
**Doç. Dr. Ünal KARLI**

**BOLU, AĞUSTOS - 2019**

## YÜKSEK LİSANS TEZ ONAY FORMU

Muhammed KANIK tarafından hazırlanan “Spor Bilimleri Alanında Öğrenim Gören Öğrencilerin Akademik Başarıları ile Mükemmeliyetçilik Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi ” adlı çalışma, jürimiz tarafından Beden Eğitimi Öğretmenliği Anabilim Dalı, Beden Eğitimi Öğretmenliği Bilim Dalında Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir. (09.08.2019)

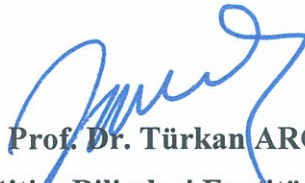
### Akademik Unvan ve Adı Soyadı

### İmza

Üye (Tez Danışmanı) : Doç. Dr. Ünal KARLI  
Üye : Prof. Dr. Baki YILMAZ  
Üye : Dr. Öğr. Üyesi Sabri ÖZÇAKIR



### Eğitim Bilimleri Enstitüsü'nün Onayı



Prof. Dr. Türkan ARGON

Eğitim Bilimleri Enstitü Müdürü

## ETİK İLKELERE UYULDUĞUNA DAİR BEYAN

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum, “Spor Bilimleri Alanında Öğrenim Gören Öğrencilerin Akademik Başarıları İle Mükemmeliyetçilik Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” başlıklı çalışmamın yazılmasında bilimsel ve etik kurallara uyduğumu, başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda atıfta bulunduğumu, kullanılan verilerde herhangi bir tahrifat yapmadığımı, tezin tamamının ya da bir kısmının bu üniversite veya başka bir üniversitede bir tez çalışması olarak sunulmadığını beyan ederim. 09/08/2019

Muhammed KANIK

## İTHAF

**Varlıklarıyla beni tamamlayan,  
değiştiren ve yeniden şekillendiren  
Bade'm, Aslan'ım ve Asel'ime,**

**Bade  
Aslan  
Asel**

## TEŞEKKÜR

Bu araştırmanın gerçekleştirilme safhasında, yardımlarını esirgemeyen, sahip olduğu bilgilerini benden gizlemeyen, eleştiri ve önerileriyle beni yönlendiren ve tez çalışmamın her aşamasında sabırla bana yol gösteren danışmanım Doç. Dr. Ünal KARLI'ya çok teşekkür ederim.

Araştırma süresi boyunca bilimsel açıdan nitelikli yardımları dokunan ve manevi açıdan damia destek olan değerli meslektaşım Mehmet Kadir AKBULUT'a,

Verilerin toplanması safhasında destek vererek bu bilimsel çalışmanın ortaya çıkmasında katkısı bulunan Doç. Dr. Hanifi ÜZÜM'e, Doç. Dr. Betül BAYAZIT'a, Doç. Dr. Serdar CEYHUN'a, Dr. Nurgül TEZCAN KARDAŞ'a, Öğr. Gör. Yılmaz ÜNLÜ'ye, Öğr. Gör. Zekai USLUOĞLU'na ve anketi içtenlikle dolduran tüm spor bilimleri öğrencilerine teşekkürü bir borç bilirim.

Benim günlere gelmemde en büyük paya sahip ve her daim başarılı olmamı benden fazla isteyen annem, babam ve kardeşlerime,

Ve özellikle yüksek lisans çalışmam ve tüm hayatım boyunca, sonsuz hoşgörüsü, teşvik eden tutumu ve ilgisiyle her zaman yanımda olan biricik eşim Bade KANIK'a, **bu çalışmayı bitirememem için☺ her türlü gayreti gösteren Aslan'ım (3) ve Asel'im (1)'e** sevgi ve teşekkürlerimi sunarım.

Muhammed KANIK

## İÇİNDEKİLER

ETİK İLKELERE UYULDUĞUNA DAİR BEYAN .....	iii
İTHAF.....	iv
TEŞEKKÜR.....	v
İÇİNDEKİLER .....	vi
TABLolar DİZİNİ.....	viii
GRAFİKLER DİZİNİ.....	ix
ÖZET .....	x
ABSTRACT.....	xii
BÖLÜM I.....	1
1. Giriş .....	1
1.1. Problem Durumu.....	1
1.2. Problem Cümlesi.....	3
1.3. Alt Problemler.....	3
1.4. Araştırmanın Amacı.....	3
1.5. Araştırmanın Önemi .....	4
1.6. Varsayımlar.....	5
1.7. Sınırlılıklar .....	5
1.8. Tanımlar.....	5
BÖLÜM II .....	7
2. Kuramsal Temeller .....	7
2.1. Mükemmeliyetçilik.....	7
2.2. Mükemmeliyetçilik ile İlgili Literatür .....	15
2.3. Akademik Başarı.....	17
2.2.1 Başarı ve akademik başarı .....	17
2.2.2 Akademik başarıyı etkileyen unsurlar .....	19
2.4. Akademik Başarı ile İlgili Literatür.....	20
2.5. Akademik Başarı ve Mükemmeliyetçilik ile İlgili Literatür .....	22
BÖLÜM III .....	25
3. Yöntem.....	25
3.1. Araştırma Modeli.....	25
3.2. Evren.....	25

3.3. Örneklem .....	25
3.4. Veri Toplama Araçları .....	26
3.4.1. Kişisel Bilgi Formu .....	26
3.4.2. Büyük Üçlü Mükemmeliyetçilik Ölçeği .....	26
3.4.3. Büyük Üçlü Mükemmeliyetçilik Ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlanma süreci .....	27
3.4.4. Büyük Üçlü Mükemmeliyetçilik Ölçeği Doğrulayıcı Faktör Analizi Sonuçları ..	27
3.5. Verilerin Toplanması .....	28
3.6. Verilerin Analizi .....	29
BÖLÜM IV .....	30
4. Bulgular .....	30
4.1. Alt Problem 1'e İlişkin Bulgular .....	32
4.2. Alt Problem 2'ye İlişkin Bulgular .....	34
4.3. Alt Problem 3'e İlişkin Bulgular .....	36
4.4. Alt Problem 4'e İlişkin Bulgular .....	38
4.5. Alt Problem 5'e İlişkin Bulgular .....	39
4.6. Alt Problem 6'ya İlişkin Bulgular .....	39
4.7. Alt Problem 7'ye İlişkin Bulgular .....	40
BÖLÜM V .....	42
5. Tartışma .....	42
BÖLÜM VI .....	58
6. Sonuç ve Öneriler .....	58
6.1. Sonuç .....	58
6.2. Öneriler .....	59
BÖLÜM VII .....	61
KAYNAKÇA .....	61
EKLER .....	75



## TABLOLAR DİZİNİ

<b>Tablo 1.</b> Çalışmaya katılan öğrencilerin öğrencilerin sayı ve cinsiyet dağılımları.....	26
<b>Tablo 2.</b> Araştırmaya katılan öğrencilerin öğrenim gördükleri üniversiteye göre dağılımı .....	30
<b>Tablo 3.</b> Araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyet ve aktif spor yapma durumlarına göre dağılımı .....	31
<b>Tablo 4.</b> Araştırmaya katılan öğrencilerin ders dışı etkinliklere katılma durumlarına göre dağılımı .....	31
<b>Tablo 5.</b> Araştırmaya katılan erkek ve kadınların mükemmeliyetçilik düzeyi arasındaki MANOVA sonuçları.....	32
<b>Tablo 6.</b> Araştırmaya katılan aktif spor yapan ve aktif spor yapmayan öğrencilerin MANOVA sonuçları.....	34
<b>Tablo 7.</b> Araştırmaya katılan ders dışı faaliyetlere katılan ve ders dışı etkinliklere katılmayan öğrencilerin MANOVA sonuçları.....	36
<b>Tablo 8.</b> Araştırmaya katılan erkek ve kadın öğrencilerin akademik başarı düzeylerinin Mann Whitney-U sonuçları .....	38
<b>Tablo 9.</b> Araştırmaya katılan aktif spor yapan ve aktif spor yapmayan öğrencilerin akademik başarı düzeylerinin Mann Whitney-U Sonuçları.....	39
<b>Tablo 10.</b> Araştırmaya katılan ders dışı faaliyetlere katılan ve ders dışı faaliyetlere katılmayan öğrencilerin akademik başarı düzeylerinin Mann Whitney-U sonuçları .....	40
<b>Tablo 11.</b> Araştırmaya katılan öğrencilerin mükemmeliyetçilik düzeyi ile akademik başarı düzeylerinin regresyon analizi sonuçları.....	41

## GRAFİKLER DİZİNİ

- Grafik 1.** Araştırmaya katılan erkek ve kadınların mükemmeliyetçilik puan ortalamaları ve standart sapma değerleri..... 33
- Grafik 2.** Araştırmaya katılan öğrencilerin spor yapma durumuna göre mükemmeliyetçilik puan ortalamaları ve standart sapma değerleri ..... 35
- Grafik 3.** Araştırmaya katılan öğrencilerin ders dışı etkinliklere katılma durumuna göre mükemmeliyetçilik puan ortalamaları ve standart sapma değerleri ..... 37



## ÖZET

### **SPOR BİLİMLERİ ALANINDA ÖĞRENİM GÖREN ÖĞRENCİLERİN AKADEMİK BAŞARILARI İLE MÜKEMMELİYETÇİLİK DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

Kanık, Muhammed  
Yüksek Lisans Tezi  
Beden Eğitimi Öğretmenliği Anabilim Dalı  
Beden Eğitimi Öğretmenliği Bilim Dalı  
Tez Danışmanı: Doç. Dr. Ünal KARLI  
Ağustos - 2019, 85 Sayfa

Bu çalışmanın amacı, spor bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerin akademik başarı ve mükemmeliyetçilik düzeylerinin çeşitli kişisel değişkenlere göre incelenmesi ve akademik başarıları ile mükemmeliyetçilik düzeyleri arasındaki ilişkinin tespit edilmesidir.

Bu amaçla araştırma, araştırmanın evrenini oluşturan altı üniversitenin (Bartın Üniversitesi, Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Düzce Üniversitesi, Karabük Üniversitesi, Kocaeli Üniversitesi ve Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi), 2018-2019 eğitim-öğretim yılı, bahar döneminde öğrenim gören öğrencilerinden rasgele yöntemle seçilen, 651 kişilik (425 erkek ve 226 kadın) örneklem grubuyla gerçekleştirilmiştir.

Araştırmada ölçüm aracı olarak, araştırmacı tarafından geliştirilmiş “Kişisel Bilgi Formu” ile Smith, Saklofske, Stoeber ve Sherry (2016) tarafından geliştirilmiş, geçerlik güvenirliği ve Türkçe’ye adaptasyonu araştırmacı tarafından yapılmış “Büyük Üçlü Mükemmeliyetçilik Ölçeği” kullanılmıştır. Araştırmada elde edilen veriler, SPSS paket programı kullanılarak analiz edilmiştir.

Katılımcıların mükemmeliyetçilik düzeylerinde demografik değişkenlere (cinsiyet, aktif spor yapma durumu ve ders dışı faaliyetlere katılma durumu) bağlı farklılıkları açıklamak için MANOVA, katılımcıların akademik başarı düzeylerinde demografik değişkenlere (cinsiyet, aktif spor yapma durumu ve ders dışı faaliyetlere katılma durumu) bağlı farklılıkları açıklamak amacıyla Mann Whitney-U testi ve yine katılımcıların mükemmeliyetçilik düzeylerinin akademik başarılarını yordama düzeyini açıklamak için Regresyon Analizi kullanılmıştır.

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre, mükemmeliyetçilik boyutlarında, cinsiyet ve ders dışı faaliyetlere katılma durumuna göre anlamlı bir fark görülmemiştir. Aktif spor yapmayanların, aktif spor yapanlara göre katı mükemmeliyetçilik düzeyleri anlamlı derecede farklı çıkmıştır. Katılımcıların akademik başarılarında, cinsiyet, aktif spor yapma ve ders dışı faaliyetlere katılma durumuna göre anlamlı düzeyde farklılıklar ortaya çıkmıştır. Ayrıca yapılan regresyon analizi sonucunda, katılımcıların

mükemmeliyetçilik düzeylerinin akademik başarıları üzerinde yordayıcı bir etkisi olmadığı görülmüştür.

Sonuç olarak, mükemmeliyetçiliğin akademik başarıyı yordamadığı fakat spor yapmanın ve ders dışı faaliyetlere katılımın akademik başarı üzerinde etkili olduğu anlaşılmıştır.

**Anahtar Kelimeler:** mükemmeliyetçilik, kişisel gelişim, spor, akademik başarı



**ABSTRACT****THE ANALYSIS OF THE RELATIONSHIP BETWEEN ACADEMIC  
ACHIEVEMENT AND PERFECTIONISM OF THE STUDENTS OF SPORT  
SCIENCES**

Kanık, Muhammed

Master Thesis

Department of Physical Education Teaching

Supervisor: Assoc. Prof. Dr. Ünal KARLI

August - 2019, 85 Pages

The purpose of the study was to analyse the perfectionism and academic achievement levels of sports science students according to various demographic variables and to identify the relationship between academic achievement and perfectionism.

The population of the research was composed of 2018-2019 years' sports science students of Bartın University, Bolu Abant İzzet Baysal University, Karabük University, Kocaeli University and Zonguldak Bülent Ecevit University. The research was conducted on a randomly selected sample group consisted of 651 students (male students n=425; female students n=226).

As data collection instrument, demographic information sheet which was developed by the researcher and "The Big Three Perfectionism Scale" which was developed by Smith, Saklofske, Stoeber and Sherry (2016) and adapted into Turkish by the researcher was used. The gathered data was analysed by SPSS.

To analyse the effect of demographic variables (gender, active sport participation, extracurricular activity participation) on the participants' perfectionism levels MANOVA was conducted. For the analysis of demographic variables effect on participants' academic achievement Mann Whitney-U test was used. Also, to test the predictive power of perfectionism on academic achievement regression analysis was conducted.

According to the results no significant difference was identified in the sub-factors of perfectionism related with participants' gender and extracurricular activity participation. The rigid perfectionism levels of participants showed significant difference according to their extracurricular activity participation status. Significant differences were identified in the academic achievement levels of the participants related with their gender, active sport participation and extracurricular activity participation status. Besides, the regression analysis result revealed that perfectionism has no significant predictive effect on the academic achievement levels of the participants.

As a result, the study concluded that perfectionism did not have a predictive effect on academic achievement but active sports participation and participating in extracurricular activities had significant effect on academic achievement.

**Keywords:** perfectionism, personal development, sport, academic success



# BÖLÜM I

## 1. Giriş

### 1.1. Problem Durumu

İnsanlar henüz doğumdan itibaren, davranışlarıyla ve yaşantılarıyla çevreleri tarafından kabul edilme ihtiyacı içerisindeyler. Bu nedenle, davranışlarını sadece kendi yetenekleri, istek ve arzularıyla değil; aynı zamanda çevreleri tarafından onaylanma gereği duydukları için, çevrelerinin de beklentilerini dikkate alarak düzenlerler.

İnsanoğlu yaşamı boyunca sürekli öğrenmeye ve gelişmeye ihtiyaç duyar. Yaşamın dinamik olması nedeniyle ortaya çıkan yeni durumlara en iyi şekilde uyum sağlayabilmek için eksiksiz, kusursuz olanı arar ve mükemmel olmayı isterler.

Mükemmel olma isteği, mükemmeliyetçilikle ilgili ilk çalışmaların yapıldığı dönemlerde, doğuştan gelen normal bir kişilik özelliği olarak kabul edilirken (Hollander, 1965), sonraki çalışmalarla birlikte, hem olumlu hem de olumsuz taraflarının bulunduğu, araştırmacılar tarafından ortaya konmuştur. Mükemmeliyetçilikte, gerçekliğe uymayacak derecede yüksek ve zorlayıcı hedeflere ulaşmak için yoğunlaşma söz konusu olduğundan, kişi gerçekleştirilmesi imkânsıza yakın olan beklentilerini kusursuz bir şekilde yerine getirmek için tüm çabayı gösterir ve hedeflediğinin biraz altında bir performans sergilese bile kendisini başarısız görür (Frost, Marten, Lahart, ve Rosenblate, 1990).

Yapılan çalışmalar neticesinde mükemmeliyetçilik, olumlu, normal, sağlıklı, uyumlu ve fonksiyonel olarak pozitif; olumsuz, nevrotik, sağlıklı olmayan, uyumsuz ve fonksiyonel olmayan şekliyle de negatif olarak araştırmacılar tarafından genel olarak iki şekilde tanımlanmıştır (Rheaume, Ladouceur ve Freeston, 2000; Rice, Ashby ve Slaney, 1998; Stumpf ve Parker, 2000; Terry-Short, Owens, Slade ve Dewey, 1995).

Gelişim dönemlerini incelendiğinde, farklı yaş dönemlerinde insanlarda çeşitli özelliklerin geliştiği görülmektedir. Henüz çocukluk döneminden itibaren çocukların yetiştiği aile ortamı benlik gelişiminde önemli bir rol oynamaktadır. Yetiştikleri aile, kişilik gelişimini ve çocuğun toplumsal davranışlarını doğrudan etkilemektedir. Çocuklar çevresini gözlemleyerek ve çevresindekileri model alarak öğrenirler (Bandura, 1977). Bu doğrultuda, çocuğun çevresindeki herkes aslında gizil bir model konumundadır.

Ergenlik döneminde ergenler, değer verdikleri insanların gözünde nasıl göründüklerine oldukça önem verirler. İçinde buldukları bu dönem gereği, ailesi, arkadaşları hatta öğretmenleri tarafından kabul görmek isterler ve bunu gerçekleştirebilmek için kusursuz olma ve mükemmeli yakalayabilme çabası içerisindeyler (Erözkan, 2009).

Bu dönemde kişi çevrenin beklentisine göre değil; kendi ilgi ve yeteneklerine göre hedefler belirlemelidir. Bu dönemin yetişkinliğe geçiş ve aynı zamanda geleceklerini belirleyecek kararların alınmaya başlanıldığı dönem olması sebebiyle, ailelerin ve öğretmenlerin çocuklardan kapasitelerinin üzerinde akademik ve sosyal başarı beklemesi ve arkadaş çevresiyle rekabete sevk etmesi henüz erken yaşlarda olumsuz mükemmeliyetçilik özelliklerinin oluşmasına sebep olmaktadır (Rice ve Slaney, 2002). Bununla birlikte, ergenin çevresi onu sadece başarılı olduğu durumlarda takdir ediyorsa, onun kendine verdiği değeri yalnızca başarıyla ölçmesine yol açmaktadır. Bunun sonucunda kişi sürekli başkalarının onayı için çabalayarak, sürekli onay isteyen ve eleştiriler karşısında çok hassas biri haline gelmektedir.

Bu nedenle, kişinin mükemmeliyetçilik seviyesinin ortaya konması ve kişinin sahip olduğu mükemmeliyetçilik düzeyinin akademik başarısıyla ilişkisine bakılması önem arz etmektedir.

Bu çalışma öncesinde, genel literatür taraması gerçekleştirilmiş olup, mükemmeliyetçilik düzeyi ile akademik başarı arasındaki ilişkinin incelendiği yerli çalışmaların yeterli sayıda olmadığı ve spor bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerle



yapılmış bir çalışmanın ise olmadığı kanaatine varılmıştır. Bu kanaat neticesinde, spor bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerin mükemmeliyetçilik düzeyleri ile akademik başarıları arasındaki ilişki incelenerek literatüre katkı sağlamak hedeflenmiştir.

## 1.2. Problem Cümlesi

Spor Bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerin akademik başarıları ile mükemmeliyetçilik düzeyleri arasında ilişki var mıdır?

## 1.3. Alt Problemler

- Spor Bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerin mükemmeliyetçilik düzeylerinde cinsiyete bağlı farklılık var mıdır?
- Spor Bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerin mükemmeliyetçilik düzeylerinde aktif spor yapma durumuna bağlı farklılık var mıdır?
- Spor Bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerin mükemmeliyetçilik düzeylerinde ders dışı faaliyetlere katılma durumuna bağlı farklılık var mıdır?
- Spor Bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerin akademik başarı düzeylerinde cinsiyete bağlı farklılık var mıdır?
- Spor Bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerin akademik başarı düzeylerinde aktif spor yapma durumuna bağlı farklılık var mıdır?
- Spor Bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerin akademik başarı düzeylerinde ders dışı faaliyetlere katılma durumuna bağlı farklılık var mıdır?
- Spor Bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerin mükemmeliyetçilik düzeyleri akademik başarılarını yordamakta mıdır?

## 1.4. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı, Spor Bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerin akademik başarı ve mükemmeliyetçilik düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemektir.

### 1.5. Araştırmanın Önemi

Bu çalışma, spor bilimleri alanında öğrenim göre öğrencilerin akademik başarıları ve mükemmeliyetçilik düzeyleri arasındaki ilişkileri konu almaktadır.

Rehberlik ve psikolojik danışma hizmetleri, kişinin kendini gerçekleştirme için gerekli desteği sağlar. Kişinin kendini gerçekleştirme için kendini tanıması gerekir (Yeşilyaprak, 2000). İnsanın içinde bulunduğu kendini tanıma çabası, mükemmel olma arzusu için önemlidir. Daima daha iyisini hedefleyen, ilerlemek için çaba gösteren kişi, mükemmel ulaşma güdüsüyle yaşamını devam ettirir (Büyükbayraktar, 2011).

Günümüzde öğrenciler öğrenim hayatları boyunca çeşitli sınavlara maruz kalırlar ve hiç şüphesiz bu sınavlarda başarılı olmaları gerekir. Öğrenciler, taşıdıkları hayat baskısına özellikle ailenin ve yaşadıkları çevrenin beklentileri de eklenince, başarı hedeflerini daha da ileri taşımaktadırlar. Mevcut kapasitelerinin ötesinde hedefler koymaları ve taşıdıkları başarısızlık korkusu kişilerin çeşitli psikolojik problemler yaşamalarına neden olmaktadır. Bu nedenle spor bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerin mükemmeliyetçilik düzeylerinin ortaya konması, akademik başarılarıyla olan ilişkisi, öğrenciler için önem arz etmektedir. Mükemmeliyetçiliğe ve akademik başarıya etkisi olan değişkenler ile akademik başarı ve mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkinin ortaya çıkarılması, öğrencinin öz düzenlemesini yapabilmesi için fayda sağlayacaktır. Bu yönüyle öğrencinin kendisine olumsuz yönde etki eden davranışlar yerine, olumlu ve daha sağlıklı davranışlar geliştirmesine yardımcı olacaktır.

Gerek yerli gerekse yabancı literatür incelendiğinde, spor bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerde akademik başarı ve mükemmeliyetçilik ile ilgili son on yılda yapılmış çalışma yok denecek kadar azdır. Buna karşın, çalışmada kullanılan “Büyük Üçlü Mükemmeliyetçilik Ölçeği” kullanılarak yapılan yerli bir çalışma bulunmamaktadır. Yabancı literatüre bakıldığında ise söz konusu ölçekle spor bilimleri alanında yapılmış çalışma bulunmamaktadır.

Bu çalışma ile hem spor bilimleri alanındaki bu eksiklik giderilmeye çalışılacak, hem de akademik başarı ve mükemmeliyetçilik boyutunda alanyazına bundan sonraki çalışmalar için katkı sağlanmış olacaktır.

#### 1.6. Varsayımlar

Bu araştırmada aşağıdaki varsayımlara dayalı olarak hareket edilmiştir:

- Öğrenciler araştırmaya tamamen gönüllü katılmışlardır.
- Araştırmanın örnekleme evreni temsil etmektedir.
- Katılımcılar tüm sorulara samimi ve dürüst bir şekilde cevap vermişlerdir.

#### 1.7. Sınırlılıklar

- 2018-2019 eğitim öğretim yılı bahar döneminde, Bartın Üniversitesi, Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Düzce Üniversitesi, Karabük Üniversitesi, Kocaeli Üniversitesi ve Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi'nin Spor Bilimleri alanında öğrenim gören öğrencileriyle sınırlandırılmıştır.
- Araştırmanın verileri Kişisel Bilgi Formu ve Büyük Üçlü Mükemmeliyetçilik Ölçeği'nden elde edilen bilgilerle sınırlıdır.

#### 1.8. Tanımlar

Lisans Not Ortalaması: Öğrencinin güncel genel akademik ortalamasını ifade etmektedir.

Aktif Spor Durumu: Haftada en az 3 gün ve 30 dakikadan az olmayacak şekilde yaptığı sportif aktivite.

Kişisel Gelişim Faaliyetleri: Öğrencinin okul eğitimi dışında katıldığı her türlü ders dışı faaliyetler (dil kursu, bilgisayar kursu, konferans, öğrenci kongreleri vb.).



## BÖLÜM II

Bu bölümde araştırmanın problemi ile ilgili “Kuramsal Temeller” ve çeşitli araştırmaların yer aldığı “İlgili Literatür” alt başlıkları yer almaktadır.

### 2. Kuramsal Temeller

#### 2.1. Mükemmeliyetçilik

Mükemmeliyetçilik, 20. yüzyılın ortalarından itibaren bilim dünyası tarafından ilgi duyulmaya başlayan bir durumdur. Türk Dil Kurumu Sözlüğünde mükemmeliyetçilik “mükemmeliyetçi olma durumu” ve felsefi olarak “hayatta en önemli amacın ahlaki olgunluğa erişmek olduğunu savunan kuram” olarak tanımlanmaktadır. Mükemmeliyetçi kavramı ise “aşırı titiz davranan kimse” ve “mükemmel olma yolunda aşırı çaba sarf eden kimse” olarak tanımlanmaktadır (Türk Dil Kurumu, 2011).

Webster's New World College Dictionary'e göre (1995) mükemmeliyetçilik, bir çalışmada kusursuz olmak için aşırı ya da saplantılı mücadele etmek demektir (Akt. Slaney ve diğerleri, 2001).

Freud mükemmeliyetçiliği, süperegonun başarıya ulaşmak için duyduğu aşırı istek şeklinde tanımlamıştır. Bu nedenle, mükemmeliyetçi bireylerin süperegonun belirlediği aşırı kurallar ve isteklerle, mükemmel olmaya çabasına sahip olduğu düşünülmektedir (Yıldız, Sezen ve Yenen, 2007; Freud 1992). Bir başka görüşe göre mükemmeliyetçilik, bireylerin gerçekçilikten uzak amaçlara, sağlıksız boyutlara varabilecek mükemmelliğe ve kendi koydukları yüksek ölçütlere ne kadar kusursuz ulaştıklarına göre belirlenmektedir (Martin ve Greenwood, 2000).

Mükemmeliyetçiliğin araştırılmasına önyak olan araştırmacılarından olan Adler, bu konuya farklı bir yaklaşım göstermiştir. Adler'e (1956) göre, kişinin mükemmellik gayreti olmaksızın yaşamını sürdürmesi mümkündür ve bu doğuştan gelen normal bir özelliktir. Bu nedenle mükemmel olma arzusu ve gayreti normal olarak değerlendirilmelidir.

Mükemmeliyetçiliğin kavramsallaştırılmasıyla ilgili çalışmalar yapan bir diğer psikanalist Hollander (1965) mükemmeliyetçilikten, kişide çocuk çağlarda gelişen ve kişinin aleyhinde olan bir kişilik özelliği olarak bahsetmiştir. Sonraki çalışmalarında ise kişinin hatasız davranış ve başarı yoluyla kendisi ve diğer insanlar için gerekenden daha yüksek seviyede bir performans ortaya çikarması olarak tanımlamaktadır. Mükemmeliyetçi bireylerin "yeteri kadar iyi değilim", "daha iyisini yapmalıyım" düşüncesiyle birlikte, daima mükemmel olma düşüncelerinin olduğunu belirtmiştir.

Hamachek (1978) mükemmeliyetçiliği normal ve nevrotik olarak iki ayrı boyutta incelemiştir. Hamachek, her iki boyutta da kişilerin kendilerine ulaşılabilir derecede yüksek standartlar koyduğunu, normal mükemmeliyetçilerin bu standartlara ulaştığında haz duyduklarını ancak nevrotik mükemmeliyetçilerin bu standartlara ulaşsalar bile performanslarının yeterli olmadığını düşünerek haz duygusu yaşamadıklarını savunmaktadır (Akt. Stoeber ve Otto, 2006).

Burns (1980) ise, Hollander'e (1965) benzer olarak, mükemmeliyetçi kişilerin kendilerine ulaşılabilir olmaktan uzak hedefler koyduklarını, bunu başarmak için çabaladıklarını ve bunun sonucunda da düşük benlik saygısı ile karşı karşıya kalmalarının olumsuz bir durum olduğu görüşünü savunmaktadır.

Rice ve diğerleri de (1998), mükemmeliyetçiliği uyumlu (adaptive) ve uyumsuz (maladaptive) olarak iki grupta incelemişlerdir. Uyumlu mükemmeliyetçilerin ulaşmak istedikleri yüksek standartları ve bunlara ulaşmak için izledikleri yollar vardır. Uyumsuz mükemmeliyetçilerin ise ulaşılır olmaktan uzak, son derece yüksek standartları vardır ve bu hedeflere ulaşıp ulaşamama noktasında yüksek kaygı taşırlar. Bu nedenle sıklıkla çalışmalarını erteleme yönelimine girmektedirler.

Frost ve diğerkleri (1990), yaptıkları çalışmada mükemmeliyetçiliğın olumsuz yönü üzerinde durmuşlar ve mükemmeliyetçiliği ulaşılır olmaktan uzak hedefler belirleme nedeniyle karşılaşılan başarısızlık sonucunda bireyin sahip olduğu olumsuz duygu durumları şeklinde tanımlamışlardır.

Bazı araştırmacılar ise mükemmeliyetçiliğın olumsuz bir durum olmadığını söyleyerek olumlu yönlerinden bahsetmişlerdir. Buna örnek olarak, Hewitt ve Flett (1991) mükemmeliyetçiliği kişisel ve sosyal yönden ele alarak, bu durumu oluşturan üç boyuttan bahsetmiştir:

- a. Kendine Yönelik Mükemmeliyetçilik (Self Oriented Perfectionism):** Kişinin kendisi için gerçekçi olmayan düzeyde yüksek standartlar belirleyerek, bu standartlara ulaşma yolunda kusursuz davranışlar sergileme çabasıdır. Kişi kendisi için ulaşılması çok güç hedef belirlemiştir ve bu hedefe ulaşabilmek için güdülenmiştir. Belirlediği hedefe ulaşamama durumunda bunu kabullenemez, suçluluk hisseder ve kendisine karşı cezalandırıcı davranışlar sergileyebilir.
- b. Başkalarına Yönelik Mükemmeliyetçilik (Other Oriented Perfectionism):** Kişinin başkaları için gerçekçi olmayan düzeyde yüksek standartlar belirlemesidir. Karşısındaki kişileri, bu standartlara ulaşma performanslarına göre değerlendirirler. Ulaşılması güç bu standartlara erişilemediği durumlarda, onları olumsuz değerlendirir, bu kişilere düşmanlık derecesinde olumsuz duygular beslerler.
- c. Sosyal Odaklı Mükemmeliyetçilik (Socially Prescribed Perfectionism):** Bu boyutta diğerklerinden farklı olarak, çevrenin kişi için belirlediği standartlar vardır. Kişi, çevrenin kendisinden beklentiler içinde olduğuna inanır ve bu standartlar kişi için gerçekçi olmayan, hatta ulaşılması son derece güç olan standartlardır. Kişiyeye göre bu hedeflere ulaşabilmenin tek yolu mükemmel olmaktır. Mükemmel olmadığı durumlarda, çevre tarafından olumsuz değerlendirilecek ve onlar tarafından eleştirileceklerine inanırlar. Bu durum sonucunda depresyon ve anksiyete gibi sorunlar yaşarlar (Hewitt ve Flett, 1991).

Frost ve diğerklerine göre (1990) mükemmeliyetçilik altı boyuttan oluşmaktadır:

- a. Hata Yapma Endişesi:** Bu boyut mükemmeliyetçi kişilerin aşırı derecede hata yapma korkusu yaşadıklarıyla ilgilidir. İşlerinde daima kusursuz olmaya çalıştıkları için hata yapmanın mükemmel olmayı engelleyeceğini düşünürler ve hata yaptıkları takdirde diğerk insanların onayını alamayacaklarından endişe duyarlar. Kişinin endişesi ne kadar yüksekse, mükemmeliyetçiliği de o kadar yüksektir. Frost ve diğerklerine (1990) göre mükemmeliyetçiliği en iyi açıklayan boyut budur.
- b. Yüksek Kişisel Standartlar:** Bu boyutta kişi kendine yüksek standartlar belirler ve bu standartlara ulaştıklarında büyük haz duyarlar. Ulaşamadıkları durumda ise olumsuz duygular yaşarlar.
- c. Davranışlardan Şüphe Duyma:** Bu boyutta kişi yaptığı işi her zaman daha da iyi yapabileceğini düşünür ve performansından tatmin olmaz. Bu nedenle daima kendilerini eleştirirler ve sürekli geriye dönüp kontroller yapmaları nedeniyle çok fazla zaman kaybı yaşarlar.
- d. Yüksek Ebeveyn Beklentisi:** Kişi, ebeveynlerinin kendisinden çok yüksek beklenti içerisinde olduğunu düşünür. Kendilerinden beklenen performansı yerine getiremediklerinde ebeveynleri tarafından kabul edilememekten korkarlar.
- e. Ebeveyn Eleştirisi:** Kişinin mükemmeliyetçi davranışlar gösteren ebeveyne sahip olması ve ebeveynlerinin çocuklarının yaptığı hataları sıkı şekilde eleştirmeleri bu kişilerin de mükemmeliyetçi davranışlar sergilemelerine yol açmaktadır.
- f. Düzen:** Bu kişiler yoğun bir şekilde düzenli olma ve organizasyon yapma ihtiyacı hissederler. Buldukları ortamın ve yerine getirdikleri işlerin aşırı derece düzenli olmasına çok önem verirler (Frost ve diğerkleri, 1990).



Antony ve Swinson (2000), kişinin davranışları ile düşünceleri arasındaki ilişki karmaşıktır. Davranışları etkileyen düşünceler, inançlar, beklentiler ve yorumlardır. Mükemmeliyetçi kişiler kontrolün hep kendilerinde olmasını isterler, bu nedenle işleri başkalarına teslim etmekte zorlanırlar ve yardım almayı tercih etmezler. Ayrıca mükemmeliyetçiler, kendilerine yüksek standartlar belirledikleri için zaman zaman işlerinde belirledikleri standarda ulaşamayacaklarını düşünerek hiç başlamayarak erteler yahut hemen pes ederler.

Antony ve Swinson'a (2000) göre mükemmeliyetçilerin gösterdikleri davranışların bazıları şu şekilde sıralanabilir:

a. Aşırıya kaçmak: Mükemmeliyetçi kişiler, performansında gerekli standartlara ulaşamama ihtimaline karşı duyduğu yüksek kaygı nedeniyle, davranışlarında genellikle aşırıya kaçma eğilimi gösterirler. Gösterdikleri bu davranışı, hata yapma ihtimalinin ortadan kalktığından emin oluncaya kadar tekrarlarlar.

b. Aşırı kontrol etme ve teminat arayışı: Mükemmeliyetçiler, işlerini kusursuz bir şekilde yaptıklarından emin olmak isterler ve belirsizlik onlar için kabul edilemez bir durumdur. Bu nedenle aşırı düzeyde sorumluluk üstlenir, yaptıkları işleri sonrasında defalarca denetlerler ve belirledikleri seviyeye ne derece eriştikleriyle ilgili işaretler ararlar.

c. Aşırı düzenleme ve liste yapma: Mükemmeliyetçiler, yapılacak işler listesi yapma ya da ortamda bulunan eşyaları bir düzene göre dizme gibi detaylara çok fazla yoğunlaşırlar. Örneğin kısıtlı zamanda yapılacak bir çalışma için, ortamı düzenlemeye fazlaca vakit ayırdıktan sonra çalışmaya pek fazla vakit kalmaması gibi durumlar yaşarlar.

d. Karar verme güçlüğü: Mükemmeliyetçiler, kendileri için "en doğruyu" seçmek istediklerinden, genellikle karar vermede güçlük yaşarlar. Onlara göre, verilen kararların geri dönüşü yoktur. Sonradan telafi edilemeyecek hatalar yapma ihtimalinden korkarlar ve bu nedenle verdikleri kararlarda oldukça zorlanırlar.

e. Erteleme: Bu davranış, kişinin belirlediği yüksek standarda ulaşamayacağı kaygısı yaşamasıyla ilişkilidir. Erteleme davranışı göstererek bu davranışı hiç yapmayacak ve bu davranışı standartların altında yapma ihtimalinden de uzaklaşmış olacaktır.

f. Yetki verememe: Mükemmeliyetçi kişiler, kontrolü daima kendisinde tutmak adına karşısındaki kişilerin işi mükemmel yapmayacağını düşünürler ve bu nedenle yetki veremez, böylece tüm işi kendileri yapmak durumunda kalırlar.

g. Çok çabuk pes etme: Mükemmeliyetçi bireyler, belirledikleri amaç ya da yüksek standartlar nedeniyle hedefe ulaşamayacakları kaygısıyla erken pes ederler.

Antony ve Swinson (2000), ayrıca mükemmeliyetçilerin sahip olduğu yanlış bilişlerden bahsetmişlerdir. Bunlar;

a. Ya hep ya hiç düşüncesi: Mükemmeliyetçiler, yaşamın ve hayattaki olayların doğru ve yanlış arasındaki boyutlarını görmez, sadece doğru veya yanlış boyutlarının olduğunu düşünürler.

b. Süzgeçten geçirme: Mükemmeliyetçiler, karşılaştıkları durumlarda olumsuz detaylara fazlaca takılıp olumsuzlukları abartma tutumu sergilerler. Olumsuzluklara gereğinden fazla yoğunlaşmaları olumlu detayları gözden kaçırmalarına neden olmaktadır.

c. Zihin okuma: Mükemmeliyetçi kişiler, karşısındaki insanların zihinlerini okuduğunu düşünür ve genellikle insanların kendilerine karşı kötü düşünceler besledikleri düşüncesine sahiptirler.

d. Tünel bakışı: Mükemmeliyetçi bireyler, detaylara gereğinden fazla takılır ve bu da genele odaklanmalarına engel olmaktadır.

e. Kişisel hassasiyet: Mükemmeliyetçiler, sosyal çevrelerinin kendileri hakkındaki düşüncelerine çok fazla önem verirler ve daima onların beğenisini kazanmak isterler.

f. Felaket olacağını düşünme: Mükemmeliyetçiler, olumsuz olayları baş edemeyecekleri felaketler olarak değerlendirerek onlardan kaçma eğilimindedirler.

g. Aşırı katı standartlar ve esnek olamama: Mükemmeliyetçiler, daha azına razı olmayı kaybetmek olarak kabul eder, beklentileri esnetme hususunda zorluk yaşarlar.

h. Aşırı sorumlu hissetme ve kontrol ihtiyacı: Mükemmeliyetçiler, etrafındaki kişilerin hata yapmalarından ve bunun sonucunda zarar görmelerinden kendilerini suçlu görerek, onların davranış ve düşüncelerini yönetmek gerektiğini düşünmektedirler.

i. Zorunluluklar: Mükemmeliyetçiler, işlerin nasıl yapılması gerektiği noktasında mutlak kurallar koyarlar ve bunlara uymadıklarında suçluluk ve başarısızlık duygusu hissederler.

j. Başkalarına güvenme güçlüğü: Mükemmeliyetçiler, bir işi yaparken başkalarına görev verme konusunda oldukça zorlanırlar.

k. Uygunsuz sosyal karşılaştırma: Mükemmeliyetçiler, kendilerini sürekli diğer insanlarla kıyaslamaktadır ve bu kıyaslamalar onlara karşı daha fazla olumsuz duygu hissetmelerine neden olmaktadır.

Smith, Saklofske, Stoeber ve Sherry (2016), mükemmeliyetçiliğe yeni bir ölçü olarak büyük üç boyutlu bir yaklaşım getirmişlerdir:

**a. Katı Mükemmeliyetçilik:** Bu boyuta göre kişinin kendi performansı kesinlikle kusursuz, hatasız ve mükemmel olması gerekir (Smith ve diğerleri, 2016). Katı mükemmeliyetçiler, mükemmel olmanın yanında mükemmel olmak için çabalamanın önemli olduğunu düşünürler (Hewitt ve Flett, 1991).

Bu boyut, kendine yönelik mükemmeliyetçilik ve kendini değerli görme olarak iki alt boyuttan oluşmaktadır. Kendine yönelik mükemmeliyetçilik, mükemmel olmanın yanında, mükemmel olmak için gösterilen çabayı ifade etmektedir (Hewitt ve Flett, 1991). Kendini değerli görme alt boyutu ise, kişinin kendisi için belirlediği standartlar kendine verdiği değeri göstermektedir (Sturman, Flett, Hewitt ve Rudolph, 2009).

**b. Özeleştirel Mükemmeliyetçilik:** Dunkley, Zuroff ve Blankstein'in (2003) tanımladığı bu boyut performansın mükemmelliğin altına düştüğü zaman kişinin kendisini sert bir şekilde eleştirmesi, kendini affetmeme derecesine gelmesini ifade eder. Özeleştirel mükemmeliyetçiler, başkalarının olası olumsuz tepkilerine karşı çok fazla endişe duyarlar (Frost ve diğerleri, 1990).

Bu boyut, hatalarla ilgili endişe, eylemler hakkında şüpheler, özeleştiri ve sosyal odaklı mükemmeliyetçilik olarak dört alt boyuttan oluşmaktadır. Hatalarla ilgili endişe, kişinin yaptığı hatalar, ortaya çıkan aksilikler ve başarısızlıklara verdiği olağanüstü tepkilerdir. Eylemler hakkında şüpheler alt boyutu ise, kişinin performansı hakkında sürekli bir belirsizlik söz konusudur (Frost ve diğerleri, 1990). Özeleştiri alt boyutunda, kişiler performansları mükemmelliğin altına düştüğünde kendilerini sert ve acımasız bir şekilde eleştirirler (Dunkley ve diğerleri, 2003). Sosyal odaklı mükemmeliyetçilikte ise başkalarına karşı daima kendilerini mükemmel görme ihtiyacı içerisindeyler (Hewitt ve Flett, 1991).

**c. Kendini Beğenmiş Mükemmeliyetçilik:** Smith ve diğerlerinin (2016) bahsettiği üçüncü boyutta kişi mükemmel olduğuna inanır, başkalarından üstündür ve gerçekçi olmayan beklentilerini kendinde bir hak olarak görür. Bu mükemmeliyetçiliğe sahip kişilerde mükemmellik dışı dönük ve çok sert bir ihtiyaç olmakla birlikte, kişi mükemmelliği hissetmelidir (Rothstein, 2014). Kişinin mükemmeliyetçilik ihtiyacı karşılanmadığında, kayıp yaşadığında yahut kişi mükemmelliğini hissetmediğinde büyük hayal kırıklığına uğrar ve kişide yoğun bir öfke oluşur. Bu kişilerin talepleri fazlasıyla abartılı ve gerçek olmayan taleplerdir. Bu taleplerin karşılanması oldukça zordur ve tatmin edilmediğinde ise olumsuz sonuçlar doğurur (Kohut, 1972).

Bu boyut, başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik, ağır eleştiri, hak görme ve muhteşemlik olarak dört alt boyuttan oluşmaktadır. Başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik, karşıdakilerden daima gerçekçi olmayan bir tutum içerisinde olmaktır (Hewitt ve Flett, 1991). Ağır eleştiri alt boyutunda ise, başkalarının hatalarını sert bir şekilde eleştirmek söz konusudur (Nealis, Sherry, Sherry, Steward ve Macneil, 2015). Hak görme alt boyutunda, kişi başkaları tarafından özel muamele görmeyi hak

ettiğini düşünmektedir (Nealis ve diğerleri, 2015). Son olarak muhteşemlik alt boyutunda ise kişi sürekli kendisini mükemmel ve başkalarından üstün hisseder (Flett, Sherry, Hewitt ve Nepon, 2014; Stoeber, Sherry ve Nealis, 2015).

## 2.2. Mükemmeliyetçilik ile İlgili Literatür

Eskiili (2015) tarafından, Marmara Üniversitesi'nde formasyon eğitimi alan bireyler arasında yapılan “Erişkinlerin Mükemmeliyetçilik Düzeyleri ile Bazı Değişkenler Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” isimli çalışmanın sonucunda, bireylerin mükemmeliyetçilik düzeyleri cinsiyetlerine bağlı olarak karşılaştırıldığında, erkek ve kadın katılımcılar arasında fark olmadığı tespit edilmiştir.

Büyükbayraktar (2011) tarafından gerçekleştirilen, örneklemini Selçuk Üniversitesine bağlı Diş Hekimliği, Eğitim, Mesleki Eğitim ve Fen ve Güzel Sanatlar Fakültesinden rastgele seçilen 725 öğrenciyle (218 erkek, 507 kadın) gerçekleştirilen, üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilikleri ile öfkeleri arasındaki ilişkinin incelenmek istendiği başka bir çalışma sonucunda, öğrencilerin mükemmeliyetçilikleri ve mükemmeliyetçiliğin alt boyutu olan kendine yönelik mükemmeliyetçilik puanlarının yüksek olduğu görülmüştür. Elde edilen bulgulara göre öğrencilerin başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik puanlarıyla, sosyal odaklı mükemmeliyetçilik puanları ise orta düzeyde çıkmıştır. Cinsiyetlere göre bakıldığında, toplam mükemmeliyetçilik düzeyleri arasında anlamlı bir fark görülmezken, sosyal odaklı mükemmeliyetçilik boyutunda erkek öğrencilerin mükemmeliyetçiliklerinin kız öğrencilere göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür. Öğrencilerin mükemmeliyetçilik düzeylerinde okudukları bölümlere bağlı farklılık olup olmadığını tespit etmek amacıyla yaptıkları analizlerde, araştırmacıların öğrencilerin mükemmeliyetçilik düzeylerinde okudukları bölümlere bağlı olarak anlamlı farklılık görüldüğünü tespit etmişlerdir.

Tezcan'ın (2015) İstanbul ilinde bulunan üniversitelerde 707 öğrenci (541 erkek, 166 kadın) arasında yaptığı çalışmada, kendine yönelik, başkalarına yönelik ve sosyal odaklı mükemmeliyetçilik boyutlarında yaşa göre bir farklılık görülmemiştir. Cinsiyete

göre bakıldığında, sosyal odaklı mükemmeliyetçilik boyutunda erkek öğrenciler lehine anlamlı bir fark görülürken, diğer iki boyutta ve genel mükemmeliyetçilik puanında bir farklılık görülmemiştir.

Genç, Abuhanoğlu ve Ayanoglu (2016) tarafından iki farklı üniversitenin İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi, İşletme alanında öğrenim gören öğrenciler arasında yapılan çalışmada, 580 öğrenciden (206 erkek, 374 kadın) toplanan veriler analiz edilmiştir. Elde edilen bulgulara göre, erkekler ile kadınların sosyal odaklı mükemmeliyetçilik puanları arasında erkekler lehine anlamlı bir fark görülmüştür.

Saracaloğlu ve diğerleri (2016) tarafından gerçekleştirilen çalışmada, müzik ve sınıf öğretmeni adaylarının duygusal zekâları ile mükemmeliyetçilik düzeyleri çeşitli değişkenlere göre incelenmiştir. Adnan Menderes Üniversitesi'nde öğrenim gören 240 öğretmen adayıyla yapılan araştırmanın sonucunda, erkek öğrencilerin mükemmeliyetçilik toplam puanlarının kadınların mükemmeliyetçilik toplam puanlarına göre anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir. Yine müzik ve sınıf öğretmeni adaylarının, okudukları bölümlere bağlı olarak mükemmeliyetçilik düzeylerinde farklılık olup olmadığını belirlemek için yaptıkları analizlerde anlamlı bir fark bulunamamıştır.

Aktif spor yapan öğrencilerin mükemmeliyetçilik düzeylerinin incelendiği başka bir çalışmada 241 öğrenciden (133 erkek, 108 kadın) veri toplanmıştır. Yapılan analizler sonucunda, aktif spor yapan erkek öğrencilerin mükemmeliyetçilik düzeylerinin, aktif spor yapan kadınların mükemmeliyetçilik düzeylerinden anlamlı derecede yüksek çıktığı tespit edilmiştir (Dunn, Gotwals ve Dunn, 2005).

Stirling ve Kerr (2006) tarafından yapılan, elit sporcular ile rekreasyonel sporcular arasındaki mükemmeliyetçilik ve ruh hallerinin incelendiği çalışmada, 3 basketbol, 2 hokey, 2 lakros, 2 kaya tırmanışı, 1 futbol, 1 softbol, 13 yüzme, 1 tenis, 1 atletizm, 7 triatlon ve 11 voleybol sporu yapan 24 elit ve 20 rekreasyonel sporcu olmak üzere toplamda 44 sporcu (20 erkek, 24 kadın) incelenmiştir. Elde edilen sonuçlara göre elit sporcular ile rekreasyonel sporcuların mükemmeliyetçilik düzeyleri arasında anlamlı bir fark görülmemiştir.

Filaire, Rouveix, Pannafieux ve Claude (2007) tarafından yapılan araştırmada, elit düzeydeki erkek judocu ve bisikletçilerin, yemek yeme tutumları, vücut saygıları ve mükemmeliyetçilikleri ölçülmüştür. 12 judocu, 15 bisikletçi ve 17 yarışmacı olmayan kontrol grubunu oluşturan öğrenciler olmak üzere toplam 44 erkek öğrenci ile yapılan çalışmada bisikletçilerin kendine ve başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik düzeyleri diğer gruplara göre anlamlı derecede yüksek çıkarken, sosyal odaklı mükemmeliyetçilik düzeyleri ise anlamlı derecede düşük çıkmıştır.

Randall, Bohnert ve Travers'in (2015) 123 öğrenciyle gerçekteşirdiği, çalışma sonucunda, ders dışı faaliyetlere katılan öğrencilerin katılmayan öğrencilere göre mükemmeliyetçilik düzeylerinin anlamlı derecede daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Mükemmeliyetçilik ve hedef gelişiminin incelendiği başka bir araştırmada Fifty McGill Üniversitesi'nden rastgele seçilen 50 katılımcıdan (24 erkek, 26 kadın) toplanan veriler sonucunda elde edilen bulgulara göre, ders dışı faaliyetlere katılma değişkenine göre mükemmeliyetçilik düzeylerinde anlamlı bir farklılık bulunmamıştır (Powers, Koestner, ve Topciu, 2005).

Mükemmeliyetçi çocukların ve ergenlerin incelendiği başka bir çalışmada ise (Kottman ve Ashby, 2000) uyumsuz mükemmeliyetçilik özelliklerine sahip öğrencilerin ders dışı faaliyetlere zaman harcamayı tercih etmedikleri ortaya çıkmıştır.

### 2.3. Akademik Başarı

#### 2.2.1 Başarı ve akademik başarı

Başarı, kişinin yetenek ve yetişmeye bağlı olarak gösterdiği ansal ya da eylemsel etkinliklerinin olumlu ürünüdür (Türk Dil Kurumu, 2011). Wolman'a göre (1973) başarı, istenilen bir sonuca ulaşma yönünde ilerlemedir. Başarı, kişinin okulda, derslerde ve her türlü akademik programlarda belirli çaba göstererek ulaştığı olumlu sonuçlardır. Başarı

literatürde çok geniş kapsamlı tanımlanmıştır fakat eğitimde başarı denildiğinde okullarda okutulan dersler ve programlarda, öğretmenler aracılığıyla ortaya çıkan puanlamalarla belirlenen beceriler ve kazanılan bilgilerin karşılığı olan “akademik başarı” kastedilmektedir (Akt. Keskin ve Sezgin, 2009).

Eğitimde "başarı" kavramıyla "akademik başarı" kastedilmektedir. Başarı, akademik başarıyı da kapsayan daha geniş bir kavramdır. Ancak okuldaki başarı dediğimizde akademik başarı akla gelmektedir. Bu nedenle eğitim araştırmalarında başarı ve akademik başarıyı ayırmak güçtür (Şevik, 2014). Araştırmacılar başarı kavramının başına “akademik” terimini ekleyerek, çok geniş anlamlar taşıyan bu kavramın anlamını daraltmışlardır. Ayrıca araştırmacılar sıkça akademik başarı ve öğrenci başarısı terimlerini birbiri yerine kullanmaktadırlar. Akademik başarının, öğrencilerin mesleki hayatları ve sosyal yaşantılarına donanımlı bir şekilde hazırlanmalarını sağladığı ve geleceklere yön verdiği için, aileleri ve çevreleri bakımından da son derece önemli olduğu bilinmektedir (Sarier, 2016).

Akademik başarı birçok araştırmacı tarafından tanımlanmıştır. Genel olarak tanımlara bakıldığında, akademik başarı, öğrencilerin psikomotor ve duyuşsaldan çok bilişsel becerilerini ölçen derslerdeki performansı ifade eden bir kavramdır. Erdoğan (2006), yapmış olduğu çalışmada, genel tanıma benzer olarak akademik başarı kavramını, kişinin duyuşsal ve psikomotor gelişiminin dışında olan programlarda yer alan davranış değişiklikleri şeklinde tanımlamaktadır. Anlaşılacağı gibi akademik başarı daha çok bilişsel becerileri ölçmede kullanılmaktadır. Okullardaki başarı, akademik programlardaki derslerden öğrenciler tarafından alınan puan veya notların ortalamasıdır (Güleç ve Alkış, 2003).

Olçay ve Döş (2009) ise yaptıkları tanımlamada; “okul başarısı akademik anlamda ortaya konan bir gösterge olmaktadır. Okullar; akademik üstünlük için gereken ortamın tasarlandığı, bilginin kazanıldığı ve bilişsel gelişim sağlanan yerlerdir. Üstün olduğu düşünülen notlar okul başarısını, bunun altındakilerse başarısızlığı ifade etmektedir” diyerek başarısızlık tanımına da yer vermiştir.



### 2.2.2 Akademik başarıyı etkileyen unsurlar

Akademik başarıya etki eden birçok unsur bulunmaktadır. Akademik başarıya etki eden etkenlerin başında zihinsel, çevresel ve duygusal sebepler gelmektedir (Nartgün ve Çakır, 2014). Akademik başarıyı etkileyen birçok unsur bulunmakta ve literatürde yer alan çalışmalara baktığımızda akademik başarıyı etkileyen unsurlarla ilgili birçok çalışma olduğunu görürüz. Doğan (2016) tarafından yapılan araştırmada spora katılımın akademik başarı üzerindeki etkisinin incelenmesi amaçlanmış, araştırmada spora katılımın akademik başarı düzeyini olumlu yönde etkilediği rapor edilmiştir.

“Eğitim ve öğretim faaliyetleri; içinde pek çok faktörü barındıran karmaşık bir süreçtir. Bu nedenle öğrenci başarısını ya da başarısızlığını sadece bir kaç nedene indirgemek mümkün değildir” (Ergün, Özdemir, Çorlu ve Savran, 2004). Öğrenci başarısızlıklarının pek çok sebebi olabilir. Fiziksel yetersizlikler, yetersiz hazırbulunuşluk, zihinsel, bilişsel, duyuşsal ve sosyal açılardan yeterince olgunlaşmamış olma, yanlış çalışma alışkanlıkları, geçmişte edinilen başarısızlık tecrübeleri, kendine güvenmeme, sosyal becerilerin ve iletişim becerilerinin gelişmemiş olması vb. olumsuz durumların bir veya birkaçının bir araya gelmesi öğrenci başarısını olumsuz yönde etkiler. Belli bir dersten öğrencinin akademik başarısının farklılaşması, belli bir ölçüde öğrencinin öğrenme motivasyonu ya da öğretim kurumunda öğrenciye sunulan hizmetler vb. nedenler ile açıklanabilir. (Ergün ve diğerleri, 2004). Okul başarısını etkileyen önemli faktörlerden biri de önceki öğrenmelerdir (hazırbulunuşluk). Öğrencinin derse başlamadan önce, bu dersin gerektirdiği ön şartlara sahip olup olmaması yahut ne derece sahip olduğu öğrenci başarısının açıklanmasında önemli yer tutmaktadır (Ergün ve diğerleri, 2004). Bloom’un okulda öğrenme kuramına göre, öğrenci yeni bir üniteye belli bir özgeçmişle başlar. Bu özgeçmiş, öğrencinin öğrenilecek üniteyle etkileşimini ve öğrenmeyi etkilemektedir. Bu özgeçmişte, genel giriş nitelikleri ile bilişsel ve duyuşsal giriş davranışları öğrenmeyi ve dolayısıyla başarıyı etkileyen unsur olarak ele alınmaktadır (Bloom, 1979).

Gökalp'e (2006) göre okul başarısına etki eden faktörler, duygusal faktörler, benlik algısı, motivasyon, zihinsel faktörler, sınav kaygısı, cinsiyet, ebeveyn tutumları, kardeş tutumları, okul-öğretmen faktörü ve ders çalışma yöntemidir. Öğrencilerin okuldaki başarısını etkileyen unsurları, okul içi ve okul dışı unsurlar olmak üzere iki ana başlık altında incelenmiştir. Okul içi faktörler arasında; eğitim programlarının niteliği, okul yöneticilerinin ve eğitim uzmanlarının yeterlikleri, sınıf düzeyi, dersin türü ve niteliği, eğitim araçlarının niceliği-niteliği ve benzerleri yer almaktadır. Okul dışı faktörler arasında ise; öğrencilerin televizyon seyretme alışkanlıkları, evdeki bilgisayar kullanımı, ailenin sosyo-ekonomik durumu, temel demografik özellikler, çocuğun içinde yer aldığı akran grubunun normları bulunmaktadır (Hacıcaferoğlu, 2014).

Kişinin sahip olduğu sınav kaygısı, zekâ, aile desteği, arkadaş desteği, öğretmen desteği gibi olumlu ve öğretim yaşantısı ile ilgili sıkıntılar, arkadaş çevresi ile ilgili problemler, aileyle alakalı problemler gibi olumsuz ve beden ve ruh sağlığı, sorumluluk, ilgi ve yetenekler, verimli ve düzenli ders çalışma gibi unsurlar da akademik başarıya etki etmektedir.

#### 2.4. Akademik Başarı ile İlgili Literatür

Atatürk Üniversitesi, İİBF öğrencileri arasında üniversite öğrencilerinin başarılarını etkileyen temel faktörlerin belirlenmesi amacıyla yapılan araştırmada (Özer ve Sarı, 2009), 431 anketten elde edilen verilerde, öğrencinin derslere devamsızlığı, dinlenme ve eğlence yerlerinde geçirdiği süre, yaşı, sınıfı, bölümü, okuduğu bölümü sevip sevmediği, sınavlara kimin notları ile hazırlandığı gibi faktörler incelenmiştir. Bunun sonucunda üst sınıftaki öğrencilerin alt sınıf öğrencilerine nazaran daha başarılı oldukları, yaş değişkenine göre akademik başarıda anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür.

Dokuz Eylül Üniversitesi'nde yapılan çalışmada (Yusupu, 2015), üniversite öğrencilerinde mükemmeliyetçiliğin akademik başarı üzerindeki etkisi incelenmiştir. 417

öğrencinin katıldığı çalışma sonucunda, akademik başarı puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılıklar gösterdiği görülmüştür. Erkeklerin akademik başarı ortalamaları 2,36 iken kadınların başarı ortalamaları 2,63 olarak ölçülmüştür. Elde edilen bu bulgulara göre kadınların akademik başarısının erkeklerden daha yüksek olduğu sonucu ortaya çıkmaktadır.

Bartın Üniversitesi'nde yapılan, 600 üniversite öğrencisinin boş zaman faaliyetlerine yönelik tutumlarının ölçüldüğü çalışmada, öğrencilerin boş zamanlarını değerlendirmesinin akademik başarıya olan etkisi duyuşsal, bilişsel, davranışsal alanlarda ayrı ayrı ölçülmüş ve toplam sonuca da ayrıca bakılmıştır. Elde edilen sonuçlara göre boş zaman değerlendirmenin duyuşsal alanda en yüksek başarıyı artırdığı, en düşük başarıyı düşürdüğü, bilişsel alanda en yüksek başarıyı artırdığı, en düşük başarıya hiçbir etkisinin olmadığı görülmüştür. Davranışsal alanda en yüksek başarıyı artırdığı, en düşük başarıya etkisinin olmadığı görülmüştür. Toplam başarıda ise en yüksek başarıyı artırdığı, en düşük başarıya hiçbir etkisi olmadığı sonucu elde edilmiştir.

Tunçel ve Saracaloğlu'nun (1999) "Spor Yüksekokulları Öğrencilerinin Başarılarını Etkileyen Faktörler" isimli çalışmasında, Atatürk Üniversitesi (49) ve Ege Üniversitesi (88) öğrencilerinden oluşan 137 kişilik örneklem grubuyla çalışılmış, öğrenci başarısını cinsiyet, yerleşim yeri, bitirilen lise bölümü, anne eğitim düzeyi, öğrenim görülen üniversite ve lise diploma notu gibi faktörlerin etkilediği sonucuna ulaşılmıştır. Mezun olunan lise türü ve lisanslı sporcu olma durumu ile akademik başarı arasında ise istatistiki açıdan anlamlı bir farklılık bulunamamıştır.

"Düzenli Olarak Spor Yapan ve Yapmayan Öğrencilerin Kişilik Özellikleri İle Akademik Başarıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" adlı çalışmada (Saygılı, Atay, Eraslan ve Hekim, 2015) düzenli olarak spor yapan 61 ve spor yapmayan 153 ortaokul öğrencisinden veri toplanmıştır. Düzenli spor yapan öğrencilerin dışa dönüklük ve açıklık kişilik özelliklerinin spor yapmayan öğrencilere göre daha iyi olduğu sonucuna ulaşan araştırmacılar, ayrıca dışa dönüklük ve açıklık özellikleri ile akademik başarı arasında pozitif yönde bir ilişki bulunduğu sonucuna ulaşmıştır.

İsviçre’de fiziksel aktivite, zindelik ve akademik başarı ilişkisinin incelendiği araştırmaya (Kwak ve diğerleri, 2009), okulların 9. Sınıfına devam eden 232 öğrenci (112 erkek, 110 kadın) katılmıştır. 17 ders için öğrencilerin bireysel notları akademik başarı göstergesi olarak çalışmada dikkate alınmıştır. Çalışmanın sonucunda elde edilen sonuçlara göre, spor aktivitelerine katılım bilişsel fonksiyonları artırarak, kişinin akademik başarısını olumlu yönde etkilediği sonucuna ulaşılmıştır.

Bruinsma ve Jansen (2005) tarafından Gorningen Üniversitesi’nde öğrenim gören Hollandalı 1. Sınıf öğrencilerinin başarılarını etkileyen faktörleri ortaya çıkarmak amacıyla yapılan çalışmada Fen Fakültesi’nden 149, Bilgi Teknolojileri Fakültesi’nden 48 öğrenci olmak üzere toplamda 197 öğrenci (103 erkek, 94 kadın) ile çalışılmıştır. Çalışmanın sonucunda elde edilen bulgulara göre, öğrenci başarısını, öğrencinin bireysel yeteneğinin, motivasyonun, çalışma düzeninin ve ders dışı faaliyetlerinin etkilediği anlaşılmıştır.

Missouri üniversitesinde yapılan çalışmada, Amerika Birleşik Devletleri ve Güney Kore’de öğrenim gören öğrencilerin, okul dışı faaliyetlere katılımıyla başarıları arasındaki ilişki incelenmiştir (Won ve Han, 2010). Çalışmaya 8. Sınıf düzeyinde öğrenim gören 8912 Amerikalı, 5309 Koreli öğrenci katılmıştır. Çalışmanın sonucuna göre, Amerikalı öğrencilerin Güney Koreli öğrencilere göre okul dışı faaliyetlere katılımının daha fazla olduğu ortaya çıkmıştır. Okul dışı faaliyetlere katılım ve spor yapmanın başarı ile ilişkisi Amerikalı öğrencilerde pozitif yönde iken, Güney Koreli öğrencilerde negatif yönde bulunmuştur.

## 2.5. Akademik Başarı ve Mükemmeliyetçilik ile İlgili Literatür

Dokuz Eylül Üniversitesi’nde yapılan çalışmada (Yusupu, 2015), üniversite öğrencilerinde mükemmeliyetçiliğin akademik başarı üzerindeki etkisi incelenmiştir. 417 öğrencinin katıldığı çalışmada sonucunda, akademik başarı ile kendine yönelik mükemmeliyetçilik arasında pozitif ve düşük düzeyde bir ilişki bulunurken, akademik başarı ile sosyal odaklı mükemmeliyetçilik ve başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik

arasında bir ilişki saptanamamıştır. Ayrıca kendine yönelik mükemmeliyetçilik ve sosyal odaklı mükemmeliyetçiliğin akademik başarının yordayıcısı olduğu sonucu çıkmıştır.

Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilikleri ile öfkeleri arasındaki ilişkinin incelenmek istendiği çalışmanın (Büyükbayraktar, 2011) örneğini Selçuk Üniversitesine bağlı Diş Hekimliği, Eğitim, Mesleki Eğitim ve Fen ve Güzel Sanatlar Fakültesinden rastgele seçilen 725 öğrenci (507 kız, 218 erkek) oluşturmaktadır. Çalışmada kişilerin akademik başarıları ile mükemmeliyetçilikleri arasındaki ilişkiye bakılmış ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik boyutunda bir ilişkiye rastlanmamış ancak, akademik başarı ile çok boyutlu mükemmeliyetçilik ölçeğinin diğer boyutları arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmüştür.

Saracaloğlu ve diğerleri (2016) tarafından gerçekleştirilen çalışmada, müzik ve sınıf öğretmeni adaylarının duygusal zekâları ile mükemmeliyetçilik düzeyleri çeşitli değişkenlere göre incelenmiştir. Adnan Menderes Üniversitesi'nde öğrenim gören 240 öğretmen adayıyla yapılan çalışma sonucunda, öğrencilerin akademik başarı ortalamalarıyla mükemmeliyetçilik düzeyleri arasında pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur.

Yaşları 18-23 arasında değişen, Amerika Birleşik Devletleri'nde okuyan 134 üniversite öğrencisiyle (51 erkek, 83 kadın) yapılan çalışmada (Eum ve Rice, 2011), öğrencilerin akademik performansları ve uyumlu ve uyumsuz mükemmeliyetçilik düzeyleri karşılaştırılmıştır. Elde edilen sonuçlara göre, uyumlu ve uyumsuz mükemmeliyetçilik ile akademik başarı arasında bir ilişki görülmemiştir.

Roohafza ve diğerlerinin (2010) İran'da okuyan, yaşları 6-12 arasında değişen 793 öğrenciyle (394 erkek, 399 kadın) gerçekleştirdiği çalışmada, öğrencilerin mükemmeliyetçilikleriyle akademik başarıları arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışmanın sonucunda, olumlu ve olumsuz mükemmeliyetçilik olumlu ve olumsuz olarak akademik başarı üzerinde yordayıcı olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Yaşları 14-17 arasında değişen ergenlerde, mükemmeliyetçilik düzeyleriyle, motivasyon, başarı ve iyi olma durumları arasındaki ilişkinin incelendiği, 121 öğrenci (50 erkek, 71 kadın) arasında gerçekleştirilen çalışma sonucunda (Stoeber ve Rambow, 2006), mükemmeliyetçilik ile başarı arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmüştür.

Nounopoulos, Ashby ve Gilman (2006) tarafından üç ayrı okulda 166 öğrenciyle gerçekleştirilen çalışmada, ergenlerin mükemmeliyetçilik düzeyleri ile akademik başarıları arasındaki ilişki araştırılmıştır. Çalışmanın sonucunda, akademik başarı ile uyumlu mükemmeliyetçilik arasında pozitif yönde bir ilişkiye rastlanırken, uyumsuz mükemmeliyetçilikle akademik başarı arasında ise negatif yönde bir ilişki ortaya çıkmıştır.

Accordino, Accordino ve Slaney (2000) tarafından gerçekleştirilen, ergenlerde mükemmeliyetçilik, mental sağlık, başarı ve başarı motivasyonunun incelendiği başka bir çalışmada, yaşları 14-21 arasında değişen toplam 123 öğrenci örneklem grubunu oluşturmuştur. Elde edilen sonuçlara göre mükemmeliyetçilik ile akademik başarının ilişkili olduğu anlaşılmıştır.

## BÖLÜM III

Bu bölümde araştırmanın yöntemi (araştırma modeli, evren ve örneklem, veri toplama araçları, verilerin toplanması ve analizi) ile ilgili bilgi verilmiştir.

### 3. Yöntem

#### 3.1. Araştırma Modeli

Bu araştırmada “nedensel karşılaştırma” ve “ilişkisel” tarama modeli kullanılmıştır.

#### 3.2. Evren

Bu araştırmanın evrenini 2018-2019 eğitim öğretim yılı bahar döneminde, Bartın Üniversitesi, Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Düzce Üniversitesi, Karabük Üniversitesi, Kocaeli Üniversitesi ve Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi'nin Spor Bilimleri alanında öğrenim gören öğrencileri oluşturmaktadır. Evren seçimi üniversitelere ulaşım kolaylığı dikkate alınarak Doğu Marmara ve Batı Karadeniz illerinden yapılmıştır.

#### 3.3. Örneklem

Örneklemin oluşturulmasında, seçkisiz örnekleme yöntemi kullanılmıştır.

Çalışmanın örneklemi, yaş ortalaması  $21,51 \pm 2,05$  olan, Bartın Üniversitesi'nden 110 (77 erkek, 33 kadın), Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi'nden 114 (72 erkek, 42

kadın), Düzce Üniversitesi'nden 119 (79 erkek, 40 kadın), Karabük Üniversitesi'nden 111 (71 erkek, 40 kadın), Kocaeli Üniversitesi'nden 103 (79 erkek, 24 kadın) ve Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi'nden 94 (47 erkek, 47 kadın) üniversite öğrencisinden oluşmaktadır.

**Tablo 1.** Çalışmaya katılan öğrencilerin sayı ve cinsiyet dağılımları

Üniversite	Toplam	Yüzde	Erkek	Kadın
Bartın Üniversitesi	110	%16,90	77	33
Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi	114	%17,51	72	42
Düzce Üniversitesi	119	%18,28	79	40
Karabük Üniversitesi	111	%17,05	71	40
Kocaeli Üniversitesi	103	%15,82	79	24
Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi	94	%14,44	47	47
Toplam	651	%100	425	226

### 3.4. Veri Toplama Araçları

#### 3.4.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmada, araştırmacı tarafından geliştirilen, yedi sorudan oluşan kişisel bilgi formu kullanılmıştır.

#### 3.4.2. Büyük Üçlü Mükemmeliyetçilik Ölçeği

Martin M. Smith, Donald H. Saklofske, Joachim Stoeber ve Simon B. Sherry (2016) tarafından geliştirilen, Türkçe uyarlaması ve güvenirlik geçerlik çalışması araştırmacı tarafından yapılan ölçek kullanılmıştır.



Katılımcılardan mükemmeliyetçilik düzeylerini ölçmek amacıyla 45 sorudan oluşan “1= Hiç Katılmıyorum” ile “5=Tamamen Katılıyorum” arasındaki 5’li likert tipi ölçeğin maddeler halinde cevaplanması istenmiştir.

### 3.4.3. Büyük Üçlü Mükemmeliyetçilik Ölçeği’nin Türkçe’ye uyarlanma süreci

Büyük Üçlü Mükemmeliyetçilik Ölçeği, İngilizce ve Türkçe dillerine hâkim üç İngilizce Öğretmeni tarafından önce Türkçe diline ve tekrar İngilizce diline çevrilmiştir. Çeviri-tekrar çeviri yöntemiyle Türkçe diline çevrilen ölçekte, anlatım bozuklukları bir Türkçe Öğretmeni tarafından düzeltilmiştir. Sonrasında ölçeğin yapı geçerliğini test etmek amacıyla üniversite öğrencilerine dağıtılıp toplanarak elde edilen veriye Doğrulayıcı Faktör Analizi uygulanmıştır. Orijinal ölçekte, 1-10 arasındaki sorular ölçeğin katı mükemmeliyetçilik boyutunu, 11-28 arasındaki sorular özeleştirel mükemmeliyetçilik boyutunu, 29-45 arasındaki sorular ise ölçeğin kendini beğenmiş mükemmeliyetçilik boyutunu oluşturmaktadır. Yapılan analizler sonucunda, ölçeğin 3 boyutta da belirgin bir şekilde temsil edildiği ortaya çıkmıştır.

### 3.4.4. Büyük Üçlü Mükemmeliyetçilik Ölçeği Doğrulayıcı Faktör Analizi Sonuçları

Smith ve diğerleri (2016) tarafından geliştirilmiş olan “Büyük Üçlü Mükemmeliyetçilik Ölçeği”nin bu araştırmada kullanılabilmesi için Türkçe’ye adaptasyon çalışması yapılmıştır. Bu doğrultuda, yukarıda bahsi geçen araştırmacılar tarafından modeli ortaya konan ölçeğin kuramsal yapısını doğrulamak amacıyla doğrulayıcı faktör analizi (DFA) yapılmıştır.

Analiz sonucunda elde edilen uyum indeks değerlerine bakıldığında  $\chi^2$ ’nin serbestlik derecesine oranının 2,45 (2282,25/930) ile mükemmel uyuma işaret ettiği, RMSEA değeri 0,06 ile iyi uyum, SRMR değeri 0,08 ile iyi uyum, CFI değeri 0,97 ile mükemmel uyum, NFI değeri 0,94 ile iyi uyum, NNFI değeri 0,97 ile mükemmel uyum

gösterirken; RMR değeri 0,11 ile GFI değeri 0,82 ve AGFI değeri de 0,79 ile kriter değerlerin altında kaldığı tespit edilmiştir.

Ancak ölçeğin üç ana boyutuna ve alt boyutlarına uygulanan Cronbach's Alfa iç tutarlılık test sonuçları, ana boyutlar (0,87, 0,90, 0,92) ve alt boyutların (0,77, 0,81, 0,84, 0,90, 0,87, 0,86, 0,86, 0,75, 0,77, 0,89) iç tutarlılık değerlerinin yüksek olduğu görülmüştür.

Doğrulayıcı faktör analizi sonucunda ortaya çıkan uyum indekslerinin büyük bir çoğunluğunun iyi uyum ve mükemmel uyuma işaret etmesi, sonrasında ölçeği oluşturan ana boyutların ve alt boyutların Cronbach's Alfa iç tutarlılık katsayılarının oldukça güçlü sonuçlar göstermesi, ölçeğin yapısal olarak geçerliliğini koruduğunu ortaya koymaktadır.

### 3.5. Verilerin Toplanması

Uygulama yapılmadan önce, evreni temsil eden 6 üniversitenin rektörlüklerinden gerekli resmi izinler alınarak, bu izinle birlikte ilgili bölümlere gidilerek, araştırmanın amacı, uygulanacak veri toplama araçları ve uygulamanın nasıl yapılacağı açıklanarak, uygulama için ders, gün ve saatler belirlenmiştir. Araştırmada veri toplama süreci, mümkün olduğu kadar küçük gruplarla yürütülmüştür. Uygulama yapılacak öğrencilere, maddelerde doğru veya yanlış cevap olmadığı söylenerek, değerlendirme yaparken kendilerine en uygun cevabı vermeleri istenmiştir. Bu anketin bilimsel araştırma için kullanılacağı ve hiçbir şekilde üçüncü şahıs veya kurumlarla paylaşılmayacağı bilgisi verilmiştir. Araştırmanın yapılabilmesi için, Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, İnsan Araştırmaları Etik Kurulu'ndan gerekli izinler alınmıştır. Ayrıca ankete katılımında gönüllülüğün esas alındığı, istedikleri anda anketi doldurmayı bırakabilecekleri belirtilmiştir. Ölçek maddelerini değerlendirirken ancak samimi ve dürüst bir şekilde doğru bilgiler vermeleri halinde doğru sonuçlara ulaşılacağına öneminden bahsedilmiştir. Uygulamanın süresi sınırlandırılmamış, katılımcıların bireysel performanslarına bırakılmıştır.

Öğrencilerden öncelikle demografik bilgilerin istendiği kısmı doldurmaları, sonrasında Büyük Üçlü Mükemmeliyetçilik Ölçeğini cevaplamaları istenmiştir. Uygulamanın sonunda Kişisel Bilgi Formu ve Büyük Üçlü Mükemmeliyetçilik Ölçeği'nde yeterli bilgi bulunan ve hatasız dolduran 651 öğrencinin verileri geçerli kabul edilmiştir.

### 3.6. Verilerin Analizi

Verilerin analizinde, Büyük Üçlü Mükemmeliyetçilik Ölçeğinin 3 boyuttan oluşması ve bu boyutlarla bağımsız değişkenlerin grupları arasındaki farka Çok Faktörlü Varyans Analizi (MANOVA) uygulanmıştır. Katılımcıların akademik başarılarında cinsiyetten, aktif spor yapma durumundan ve ders dışı faaliyetlere katılma durumundan kaynaklı farklılıkları tespit etmek amacıyla Mann Whitney-U testi uygulanmıştır. Son olarak, katılımcıların mükemmeliyetçilik düzeylerinin akademik başarılarını yordama düzeyini tespit etmek için de Regresyon Analizi yapılmıştır.

MANOVA analizlerinde tip-1 hataya düşmemek için “Bonferroni Düzeltme Tekniği” kullanılmıştır ve 0,05 olan anlamlılık düzeyi yapılan ANOVA sayısına (3) bölünerek anlamlılık düzeyi 0,017 olarak belirlenmiştir.

## BÖLÜM IV

Bu bölümde, araştırmanın amacına uygun alt problemlere ilişkin analizler sonucunda ortaya çıkan bulgulara yer verilmiştir.

### 4. Bulgular

Bu araştırmanın temel problemini; “Spor Bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerin akademik başarıları ile mükemmeliyetçilik düzeyleri arasında ilişki var mıdır?” sorusu oluşturmaktadır.

Araştırmada denek olarak 425 erkek, 226 kadın, toplam 651 öğrenci incelenmiştir.

Aşağıda veri toplama araçları ile elde edilen bilgiler tablolar ve grafikler halinde sunulmuştur.

**Tablo 2.** Araştırmaya katılan öğrencilerin öğrenim gördükleri üniversiteye göre dağılımı

Üniversite	Toplam	Yüzde	Erkek	Kadın
Bartın Üniversitesi	110	%16,90	77	33
Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi	114	%17,51	72	42
Düzce Üniversitesi	119	%18,28	79	40
Karabük Üniversitesi	111	%17,05	71	40
Kocaeli Üniversitesi	103	%15,82	79	24
Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi	94	%14,44	47	47
Toplam	651	%100	425	226

Öğrencilerin öğrenim gördükleri üniversiteye göre dağılımı için hazırlanan Tablo 2'ye bakıldığında, Bartın Üniversitesi'nden 77 erkek, 33 kadın (%16,90), Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi'nden 72 erkek, 42 kadın (%17,51), Düzce Üniversitesi'nden 79 erkek, 40 kadın (%18,28), Karabük Üniversitesi'nden 71 erkek, 40 kadın (%17,05), Kocaeli Üniversitesi'nden 79 erkek, 24 kadın (%15,82), Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi'nden 47 erkek, 47 kadın (%14,44) olmak üzere toplamda 651 öğrenci çalışmada yer almıştır.

Tablo 3. Araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyet ve aktif spor yapma durumlarına göre dağılımı

Cinsiyet		Aktif Spor Yapan	Aktif Spor Yapmayan	Toplam
Erkek	n	252	173	425
	%	59,29	40,71	
Kadın	n	117	109	226
	%	51,77	48,23	
Toplam	n	369	282	651
	%	56,68	43,32	

Tablo 3'e göre araştırmaya 425 erkek, 226 kadın öğrenci katılmıştır. Bu araştırmada aktif olarak spor yapan 252 erkek, 117 kadın (%56,68), aktif olarak spor yapmayan 173 erkek, 109 kadın (%43,32) öğrenci olduğu görülmektedir.

Tablo 4. Araştırmaya katılan öğrencilerin ders dışı faaliyetlere katılma durumlarına göre dağılımı

Cinsiyet		Ders Dışı Faaliyetlere Katılan	Ders Dışı Faaliyetlere Katılmayan	Toplam
Erkek	n	160	265	425
	%	37,65	62,35	
Kadın	n	71	155	226
	%	31,42	68,58	
Toplam	n	231	420	651
	%	35,48	64,52	

Tablo 4'e göre araştırmada ders dışı faaliyetlere katılan 160 erkek, 71 kadın (%35,48), ders dışı faaliyetlere katılmayan 265 erkek, 155 kadın (%64,52) öğrenci olduğu görölmektedir.

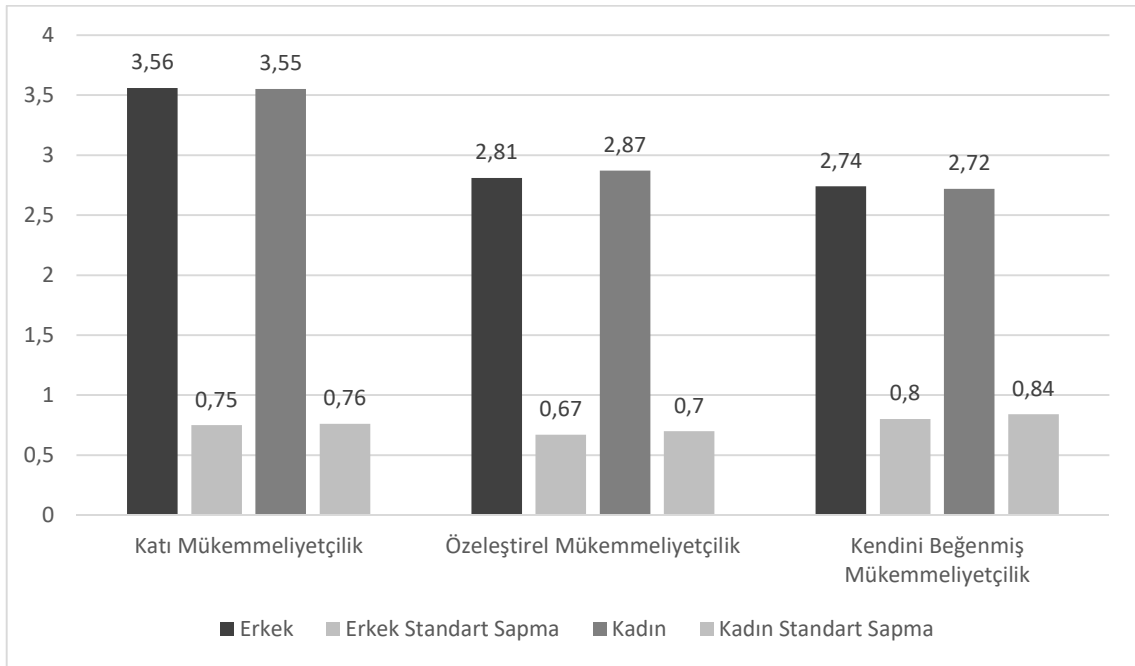
#### 4.1. Alt Problem 1'e İlişkin Bulgular

1. Spor Bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerin mükemmeliyetçilik düzeylerinde cinsiyete bağlı farklılık var mıdır?

**Tablo 5.** Araştırmaya katılan erkek ve kadınların mükemmeliyetçilik düzeyi arasındaki MANOVA sonuçları

Boyutlar	Değişken	n	$\bar{x}$	S	Sd	F	p																				
Katı Mükemmeliyetçilik	Erkek	425	3,56	,75	1-649	,07	,791																				
	Kadın	226	3,55	,76				Özeleştirel Mükemmeliyetçilik	Erkek	425	2,81	,67	1-649	1,15	,283	Kadın	226	2,87	,70	Kendini Beğenmiş Mükemmeliyetçilik	Erkek	425	2,74	,80	1-649	,09	,762
Özeleştirel Mükemmeliyetçilik	Erkek	425	2,81	,67	1-649	1,15	,283																				
	Kadın	226	2,87	,70				Kendini Beğenmiş Mükemmeliyetçilik	Erkek	425	2,74	,80	1-649	,09	,762	Kadın	226	2,72	,84								
Kendini Beğenmiş Mükemmeliyetçilik	Erkek	425	2,74	,80	1-649	,09	,762																				
	Kadın	226	2,72	,84																							

Araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyetlerine göre mükemmeliyetçilik düzeylerinin karşılaştırıldığı iki yönlü MANOVA testi sonucu Tablo 5'de verilmiştir.



**Grafik 1.** Araştırmaya katılan erkek ve kadınların mükemmeliyetçilik puan ortalamaları ve standart sapma değerleri

Erkek ve kadınların mükemmeliyetçilik puan ortalamaları ve standart sapma değerleri Grafik 1’de verilmiştir.

Erkek öğrencilerin katı mükemmeliyetçilik puan ortalamaları  $3,56 \pm ,75$  iken, kadın öğrencilerin katı mükemmeliyetçilik puan ortalamaları  $3,55 \pm ,76$  bulunmuştur.

Erkek öğrencilerin özeleştirel mükemmeliyetçilik puan ortalamaları  $2,81 \pm ,67$  iken, kadın öğrencilerin özeleştirel mükemmeliyetçilik puan ortalamaları  $2,87 \pm ,70$  bulunmuştur.

Erkek öğrencilerin kendini beğenmiş mükemmeliyetçilik puan ortalamaları  $2,74 \pm ,80$  iken, kadın öğrencilerin kendini beğenmiş mükemmeliyetçilik puan ortalamaları  $2,72 \pm ,84$  bulunmuştur.

Elde edilen MANOVA testi sonuçlarına göre, erkek ve kadın öğrenciler arasında mükemmeliyetçiliğin üç boyutu olan katı mükemmeliyetçilik, özeleştirel mükemmeliyetçilik ve kendini beğenmiş mükemmeliyetçilik boyutlarında cinsiyetin

istatistiksel olarak anlamlı farklılık oluşturan bir değişken olmadığı sonucuna varılmıştır, Wilks' Lambda=,996, F(3,647)=,807,  $p>0,05$ .

#### 4.2. Alt Problem 2'ye İlişkin Bulgular

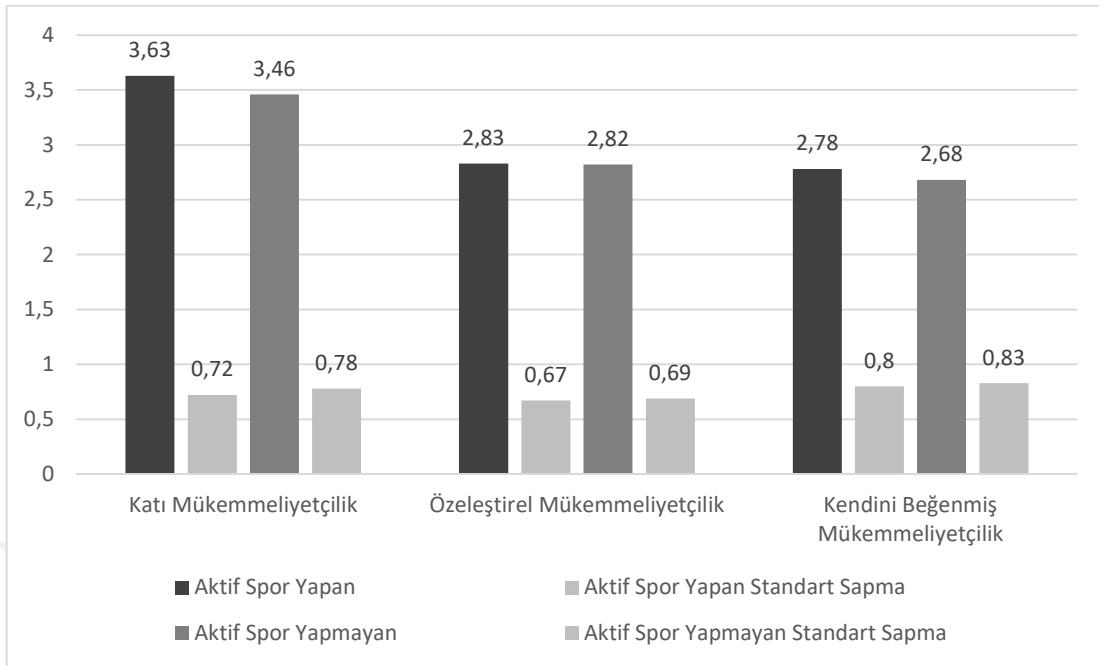
2. Spor Bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerin mükemmeliyetçilik düzeylerinde aktif spor yapma durumuna bağlı farklılık var mıdır?

**Tablo 6.** Araştırmaya katılan aktif spor yapan ve aktif spor yapmayan öğrencilerin MANOVA sonuçları

Boyutlar	Değişken	n	$\bar{X}$	S	Sd	F	p																				
Katı Mükemmeliyetçilik	Aktif Spor Yapan	369	3,63	,72	1-649	8,72	,003																				
	Aktif Spor Yapmayan	282	3,46	,78				Özeleştirel Mükemmeliyetçilik	Aktif Spor Yapan	369	2,83	,67	1-649	,04	,841	Aktif Spor Yapmayan	282	2,82	,69	Kendini Beğenmiş Mükemmeliyetçilik	Aktif Spor Yapan	369	2,78	,80	1-649	2,11	,147
Özeleştirel Mükemmeliyetçilik	Aktif Spor Yapan	369	2,83	,67	1-649	,04	,841																				
	Aktif Spor Yapmayan	282	2,82	,69				Kendini Beğenmiş Mükemmeliyetçilik	Aktif Spor Yapan	369	2,78	,80	1-649	2,11	,147	Aktif Spor Yapmayan	282	2,68	,83								
Kendini Beğenmiş Mükemmeliyetçilik	Aktif Spor Yapan	369	2,78	,80	1-649	2,11	,147																				
	Aktif Spor Yapmayan	282	2,68	,83																							

Araştırmaya katılan öğrencilerin aktif spor yapma durumuna göre mükemmeliyetçilik düzeylerinin karşılaştırıldığı iki yönlü MANOVA testi sonucu Tablo 6'da verilmiştir.





**Grafik 2.** Araştırmaya katılan öğrencilerin spor yapma durumuna göre mükemmeliyetçilik puan ortalamaları ve standart sapma değerleri

Aktif spor yapan ve aktif spor yapmayan öğrencilerin mükemmeliyetçilik puan ortalamaları ve standart sapma değerleri Grafik 2’de verilmiştir.

Aktif spor yapan öğrencilerin katı mükemmeliyetçilik puan ortalamaları  $3,63 \pm 0,72$  iken, aktif spor yapmayan öğrencilerin katı mükemmeliyetçilik puan ortalamaları  $3,46 \pm 0,78$  bulunmuştur.

Aktif spor yapan öğrencilerin özeleştirel mükemmeliyetçilik puan ortalamaları  $2,83 \pm 0,67$  iken, aktif spor yapmayan öğrencilerin özeleştirel mükemmeliyetçilik puan ortalamaları  $2,82 \pm 0,67$  bulunmuştur.

Aktif spor yapan öğrencilerin kendini beğenmiş mükemmeliyetçilik puan ortalamaları  $2,78 \pm 0,80$  iken, aktif spor yapmayan öğrencilerin kendini beğenmiş mükemmeliyetçilik puan ortalamaları  $2,68 \pm 0,83$  bulunmuştur.

Elde edilen MANOVA testi sonuçlarına göre, mükemmeliyetçiliğin üç boyutu olan katı mükemmeliyetçilik, özeleştirel mükemmeliyetçilik ve kendini beğenmiş

mükemmeliyetçilik boyutlarında aktif spor yapma durumunun istatistiksel olarak anlamlı farklılık oluşturan bir değişken olduğu sonucuna varılmıştır, Wilks' Lambda=,985,  $F(3,647)=3,245$ ,  $p>0,05$ .

ANOVA testlerine bakıldığında, aktif spor yapma durumunun katılımcıların katı mükemmeliyetçilik düzeylerinde farklılık oluşturduğu görülmektedir,  $F(1,649)=8,720$ ,  $p<0,017$ . Ancak diğer boyutlar olan özeleştirel mükemmeliyetçilik ve kendini beğenmiş mükemmeliyetçilik boyutlarında ise istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamıştır  $F(1,649)=,040$ ,  $p>0,017$ ;  $F(1,649)=2,111$ ,  $p>0,017$ .

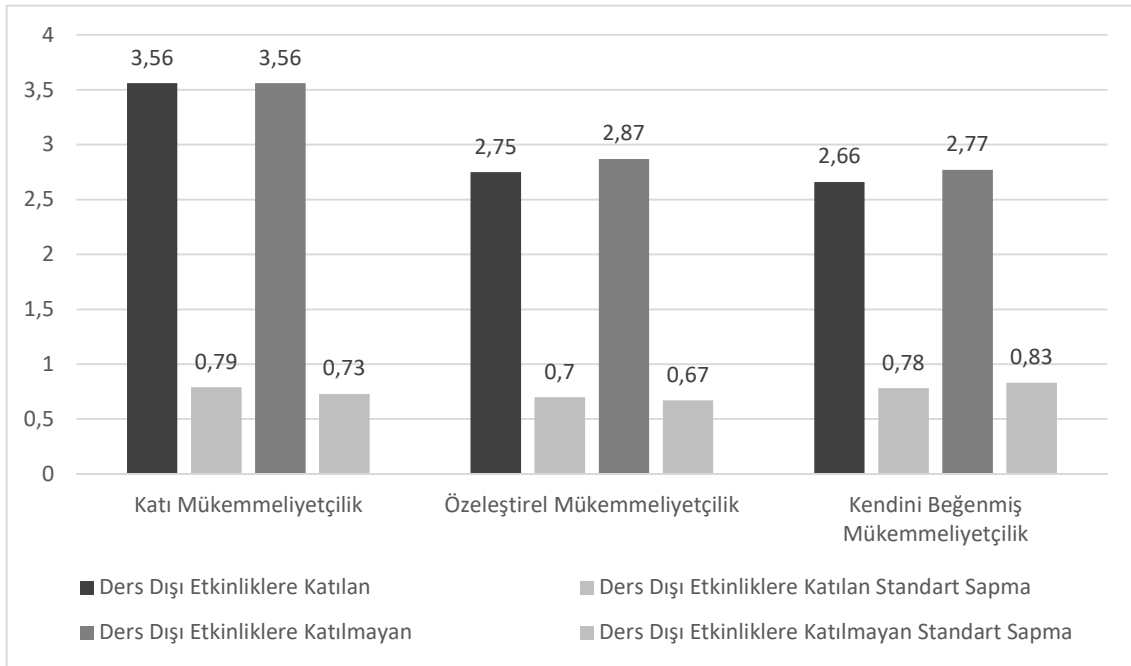
#### 4.3. Alt Problem 3'e İlişkin Bulgular

3. Spor Bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerin mükemmeliyetçilik düzeylerinde ders dışı faaliyetlere katılma durumuna bağlı farklılık var mıdır?

**Tablo 7.** Araştırmaya katılan ders dışı faaliyetlere katılan ve ders dışı faaliyetlere katılmayan öğrencilerin MANOVA sonuçları

Boyutlar	Değişken	n	$\bar{x}$	S	Sd	F	p
Katı Mükemmeliyetçilik	Ders Dışı Faaliyetlere Katılan	231	3,56	,79	1-649	,02	,967
	Ders Dışı Faaliyetlere Katılmayan	420	3,56	,73			
Özeleştirel Mükemmeliyetçilik	Ders Dışı Faaliyetlere Katılan	231	2,75	,70	1-649	4,76	,030
	Ders Dışı Faaliyetlere Katılmayan	420	2,87	,67			
Kendini Beğenmiş Mükemmeliyetçilik	Ders Dışı Faaliyetlere Katılan	231	2,66	,78	1-649	2,71	,100
	Ders Dışı Faaliyetlere Katılmayan	420	2,77	,83			

Araştırmaya katılan öğrencilerin ders dışı faaliyetlerine katılma durumuna göre mükemmeliyetçilik düzeylerinin karşılaştırıldığı iki yönlü MANOVA testi sonucu Tablo 7'de verilmiştir.



**Grafik 3.** Araştırmaya katılan öğrencilerin ders dışı faaliyetlere katılma durumuna göre mükemmeliyetçilik puan ortalamaları ve standart sapma değerleri

Ders dışı faaliyetlerine katılan ve ders dışı etkinliklere katılmayan öğrencilerin mükemmeliyetçilik puan ortalamaları ve standart sapma değerleri Grafik 3’de verilmiştir.

Ders dışı faaliyetlere katılan öğrencilerin kati mükemmeliyetçilik puan ortalamaları  $3,56 \pm 0,79$  iken, okul dışı faaliyetlere katılmayan öğrencilerin kati mükemmeliyetçilik puan ortalamaları  $3,56 \pm 0,73$  bulunmuştur.

Ders dışı faaliyetlere katılan öğrencilerin özeleştirel mükemmeliyetçilik puan ortalamaları  $2,75 \pm 0,70$  iken, okul dışı faaliyetlere katılmayan öğrencilerin özeleştirel mükemmeliyetçilik puan ortalamaları  $2,87 \pm 0,67$  bulunmuştur.

Ders dışı faaliyetlere katılan öğrencilerin kendini beğenmiş mükemmeliyetçilik puan ortalamaları  $2,66 \pm 0,78$  iken, okul dışı faaliyetlere katılmayan öğrencilerin kendini beğenmiş mükemmeliyetçilik puan ortalamaları  $2,77 \pm 0,83$  bulunmuştur.

Elde edilen MANOVA testi sonuçlarına göre, mükemmeliyetçiliğin üç boyutu olan katı mükemmeliyetçilik, özeleştiril mükemmeliyetçilik ve kendini beğenmiş mükemmeliyetçilik boyutlarında ders dışı faaliyetlere katılma durumunun istatistiksel olarak anlamlı farklılık oluşturan bir değişken olmadığı sonucuna varılmıştır, Wilks' Lambda=,990, F(3,647)=2,160, p>0,05.

#### 4.4. Alt Problem 4'e İlişkin Bulgular

4. Spor Bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerin akademik başarı düzeylerinde cinsiyete bağlı farklılık var mıdır?

**Tablo 8.** Araştırmaya katılan erkek ve kadın öğrencilerin akademik başarı düzeylerinin Mann Whitney-U sonuçları

Değişken	Değişken	n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	Z	p
Akademik Başarı	Erkek	384	283,17	108736,50	34816,500	-2,220	,026
	Kadın	204	315,83	64429,50			

Araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyetlerine göre akademik başarı düzeylerinin karşılaştırıldığı Mann Whitney-U testi sonucu Tablo 8'de verilmiştir.

Araştırmaya katılan ve kişisel bilgi formunun lisans not ortalaması bölümünü eksiksiz dolduran öğrenci sayısı 588'dir (384 erkek, 204 kadın).

Mann Whitney-U testi sonunda elde edilen değerlere bakıldığında erkek öğrencilerle kadın öğrencilerin akademik başarıları arasında anlamlı farklılıklar olduğu görülmektedir, Z=-2,220, p<0,05. Sıra ortalaması değerleri göz önüne alındığında kadın öğrencilerin akademik başarılarının (315,83) erkek öğrencilerden (283,17) daha yüksek olduğunu ortaya koymaktadır.

#### 4.5. Alt Problem 5'e İlişkin Bulgular

5. Spor Bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerin akademik başarı düzeylerinde aktif spor yapma durumuna bağlı farklılık var mıdır?

**Tablo 9.** Araştırmaya katılan aktif spor yapan ve aktif spor yapmayan öğrencilerin akademik başarı düzeylerinin Mann Whitney-U Sonuçları

Değişken	Değişken	n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	Z	p
Akademik Başarı	Aktif Spor Yapan	329	278,08	91489,50	37204,500	-2,641	,008
	Aktif Spor Yapmayan	259	315,35	81676,50			

Araştırmaya katılan öğrencilerin aktif spor yapma durumuna göre akademik başarı düzeylerinin karşılaştırıldığı Mann Whitney-U testi sonucu Tablo 9'da verilmiştir.

Araştırmaya katılan ve kişisel bilgi formunun aktif spor yapma ve lisans not ortalaması bölümlerini eksiksiz dolduran öğrenci sayısı 588'dir (384 erkek, 204 kadın).

Mann Whitney-U testi sonunda elde edilen değerlere bakıldığında aktif spor yapan öğrencilerle aktif spor yapmayan öğrencilerin akademik başarıları arasında anlamlı farklılıklar olduğu görülmektedir,  $Z=-2,641$ ,  $p<0,05$ . Sıra ortalaması değerleri göz önüne alındığında aktif spor yapmayan öğrencilerin akademik başarılarının (315,35) aktif spor yapan öğrencilerden (278,08) daha yüksek olduğunu ortaya koymaktadır.

#### 4.6. Alt Problem 6'ya İlişkin Bulgular

6. Spor Bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerin akademik başarı düzeylerinde ders dışı faaliyetlere katılma durumuna bağlı farklılık var mıdır?

**Tablo 10.** Araştırmaya katılan ders dışı faaliyetlere katılan ve ders dışı faaliyetlere katılmayan öğrencilerin akademik başarı düzeylerinin Mann Whitney-U sonuçları

Değişken	Değişken	n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	Z	p
Akademik Başarı	Ders Dışı Faaliyetlere Katılan	219	270,49	59236,50	35146,500	-2,641	,008
	Ders Dışı Faaliyetlere Katılmayan	369	308,75	113929,50			

Araştırmaya katılan öğrencilerin ders dışı faaliyetlerine katılma durumuna göre akademik başarı düzeylerinin karşılaştırıldığı Mann Whitney-U testi sonucu Tablo 10’da verilmiştir.

Araştırmaya katılan ve kişisel bilgi formunun kişisel gelişim faaliyetlerine katılma ve lisans not ortalaması bölümlerini eksiksiz dolduran öğrenci sayısı 588’dir (384 erkek, 204 kadın).

Mann Whitney-U testi sonunda elde edilen değerlere bakıldığında okul dışı faaliyetlere katılan öğrencilerle okul dışı faaliyetlere katılmayan öğrencilerin akademik başarıları arasında anlamlı farklılıklar olduğu görülmektedir,  $Z=-2,641$ ,  $p<0,05$ . Sıra ortalaması değerleri göz önüne alındığında okul dışı faaliyetlere katılmayan öğrencilerin akademik başarılarının (308,75) katılan öğrencilerden (270,49) daha yüksek olduğunu ortaya koymaktadır.

#### 4.7. Alt Problem 7’ye İlişkin Bulgular

7. Spor Bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerin mükemmeliyetçilik düzeyleri akademik başarılarını yordamakta mıdır?

**Tablo 11.** Araştırmaya katılan öğrencilerin mükemmeliyetçilik düzeyi ile akademik başarı düzeylerinin regresyon analizi sonuçları

Değişken	B	Standart Hata B	$\beta$	t	p	İkili r	Kısmi R
Katı Mükemmeliyetçilik	-,007	,030	-,012	-,245	,807	,002	-,010
Özeleştirel Mükemmeliyetçilik	,080	,035	,116	2,301	,022	,077	,095
Kendini Beğenmiş Mükemmeliyetçilik	-,035	,031	-,061	-1,117	,265	-,001	-,046

R= ,095    R<sup>2</sup>=,004  
F= 1,767    p=,152

Araştırmaya katılan öğrencilerin mükemmeliyetçilik düzeyleriyle akademik başarı düzeylerinin karşılaştırıldığı regresyon analizi sonucu Tablo 11’de verilmiştir.

Araştırmaya katılan ve kişisel bilgi formunun Büyük Üçlü Mükemmeliyetçilik Ölçeği ile lisans not ortalaması bölümünü eksiksiz dolduran öğrenci sayısı 588’dir (384 erkek, 204 kadın).

Mükemmeliyetçiliğin akademik başarıyı yordayıp yordamadığını tespit etmek amacıyla yapılan çoklu regresyon analizi sonucunda, mükemmeliyetçiliğin (katı mükemmeliyetçilik, özeleştirel mükemmeliyetçilik, kendini beğenmiş mükemmeliyetçilik) akademik başarıyı yordamadığı sonucuna ulaşılmıştır, R=,095 R<sup>2</sup>=,004 p>0,05.

## BÖLÜM V

Bu bölümde araştırma problemi doğrultusunda elde edilen bulgular, alt problemler çerçevesinde ayrı ayrı ele alınmış, bu araştırmanın bulguları ile yapılan diğer araştırma bulguları arasındaki benzerlikler ve farklılıklar üzerinde durulmuştur.

### 5. Tartışma

Bu çalışmanın amacı spor bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerin mükemmeliyetçilik düzeyleri ile akademik başarıları arasındaki ilişkiyi incelemektir. Bunun yanında mükemmeliyetçilik düzeylerinde ve akademik başarılarında cinsiyet, aktif spor yapma durumu, ders dışı faaliyetlere katılım değişkenlerine göre fark olup olmadığı tespit edilmeye çalışılmıştır.

Spor bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerin mükemmeliyetçilik düzeyleri cinsiyetlere göre incelendiğinde, çalışmada elde edilen bulgulara göre, erkeklerin ( $3,56 \pm,75$ ) ve kadınların ( $3,55 \pm,76$ ) katı mükemmeliyetçilik puanları yüksek olarak ölçülmüş, erkekler ve kadınlar arasında katı mükemmeliyetçilik boyutunda bir fark görülmemiştir.

Spor bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerin katı mükemmeliyetçilik düzeylerinin cinsiyete göre farklılaşmadığı belirlenmiştir. Bu bulgu, ilgili literatürde yer alan çalışmalara ait bulgular tarafından desteklenmiştir (Anshel, Weatherby, Kang ve Watson 2009; Camadan, 2009; Çepikkurt, 2011; Sarıoğlu, 2011; Tuncer ve Voltan-Acar, 2006; Yaoar, 2008; Yusupu, 2015).

Spor bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerin, ülkemiz genelinde hemen hemen tamamının özel yetenek sınavıyla ve belli bir sporculuk geçmişiyle geldikleri düşünüldüğünde, öğrencilerin kendileri için belirledikleri standartlar yüksek olmaktadır. Bu noktada, örneklem grubu ortak hedeflere yönelmiş olan özel bir gruptur ve sedanter



insanlara nazaran erkek ve kadınların beceri düzeyleri yüksek olduğu için (fiziksel ve sosyal) benzer kişilik özellikleri taşıdıkları söylenebilir (Çepikkurt, 2011).

Bunun yanında, literatürde katı mükemmeliyetçilik boyutunda cinsiyetlere göre fark bulunan çalışmalar da mevcuttur (Dunn, Dunn ve Syrotuik, 2002; Kıral 2012; Mısırlı Taşdemir, 2003; Saracaloğlu ve diğerleri, 2016; Siegle ve Schular 2000).

Çalışmada elde edilen bulgulara göre, erkekler ( $2,81\pm,67$ ) ve kadınların ( $2,87\pm,70$ ) özeleştirel mükemmeliyetçilik puanları ölçülmüş, erkekler ve kadınlar arasında özeleştirel mükemmeliyetçilik boyutunda bir fark görülmemiştir.

Spor bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerin özeleştirel mükemmeliyetçilik düzeylerinin cinsiyete göre farklılaşmadığı belirlenmiştir. Bu bulgu, ilgili literatürde yer alan çalışmalara ait bulgular tarafından desteklense de (Camadan, 2009; Sapmaz, 2006; Saracaloğlu ve diğerleri, 2016), desteklenmeyen çalışmalar da mevcuttur (Erözkan, 2009; Genç ve diğerleri, 2016; Sarioğlu, 2011; Tuncer ve Voltan-Acar, 2006; Yaoar, 2008).

Bu çalışmada, özeleştirel mükemmeliyetçilik boyutunda cinsiyetlere göre fark bulunamama sebebinin, çalışmaya dahil olan örneklem grubunun sahip olduğu özellikler olduğu düşünülmektedir. Özellikle çalışmaya katılan öğrencilerin ebeveynlerinin mükemmeliyetçilik düzeylerinin farklılıklar göstermesinin sonucu etkilediği düşünülmektedir. Nitekim Frost ve diğerleri (1995) çalışmasında, kız çocuklarının mükemmeliyetçilik puanlarıyla annelerinin mükemmeliyetçilik puanları arasında anlamlı fark olduğunu, babalarının mükemmeliyetçilik puanlarıyla ise fark olmadığını ortaya koymuştur.

Özeleştirel mükemmeliyetçilik boyutunda cinsiyetlere göre fark bulan araştırmacılar, erkeklerin kadınlara göre daha yüksek puana sahip olmalarının, toplumun erkeklere yüklediği sorumluluktan kaynaklandığını düşünmektedirler. Toplumumuzda erkeklerin doktor, mühendis gibi iyi ve yüksek geliri olan meslekleri dayatmasıyla birlikte saygınlığa sahip olması beklendiğini, kadınların ise bir mesleğe sahip olmalarının iyi

olduğu, hissettikleri toplumsal baskı nedeniyle en kötü ihtimalle ev hanımlığı seçeneğinin kenarda durduğunu ve bu nedenle kendilerini eleştirmeye pek ihtiyaç durmadıklarını belirtmişlerdir (Tuncer ve Voltan-Acar, 2006). Ayrıca ülkemizde erkeklerin henüz çocukluk döneminden itibaren, “erkekler ağlamaz”, “erkekler güçlü olur”, “evin erkeği” gibi söylemlerden etkilenecek dışarıya güçlü gözükme adına öz düzenlemesini yapma ihtiyacı hissetmektedir (Sarıoğlu, 2011).

Çalışmada elde edilen bulgulara göre erkeklerin ( $2,74\pm,80$ ) ve kadınların ( $2,72\pm,84$ ) kendini beğenmiş mükemmeliyetçilik puanları ölçülmüş, erkekler ve kadınlar arasında kendini beğenmiş mükemmeliyetçilik boyutunda da bir fark görülmemiştir.

Spor bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerin kendini beğenmiş mükemmeliyetçilik düzeylerinin cinsiyetlere göre farklılaşmadığı belirlenmiştir. Bu bulgu, ilgili literatürde yer alan çalışmalara ait bulgular tarafından desteklense de (Cook ve Kearney, 2009; Çalikoğlu, 2009; Flett, Hewitt ve Singer, 1995; Kırıl, 2012; Köroğlu, 2008; Sapmaz, 2006; Saya, 2006; Stoeber ve Stoeber, 2009; Sun Selışık, 2003), desteklenmeyen çalışmalar da mevcuttur (Akkaya, 2007; Benk, 2006; Camadan, 2009; Cırcır, 2006; Flett, Hewitt, Blankstein ve Pickering, 1998; Karataş Karayel, 2011; Oran Pamir, 2008; Pirinççi, 2009; Sarıoğlu, 2011; Şahin, 2011; Tuncer ve Voltan-Acar, 2006).

Çalışmamızda kendini beğenmiş mükemmeliyetçilik boyutunda cinsiyetlere göre fark çıkmamasının nedeni olarak, örneklem grubumuzun henüz öğrencilik aşamasında olması, liderlik ve yöneticilik vasıflarını sergileme imkânı bulamaması olduğu düşünülmektedir. Üniversiteden mezun olduktan sonra iş hayatına ve evlilik yaşantısına başlamasıyla birlikte, iş hayatındaki statüsü ve toplum olarak sahip olduğumuz kültürün etkisiyle aile yaşantısında cinsiyetine göre alacağı pozisyon itibarıyla kendini beğenmiş mükemmeliyetçilik düzeyi farklılık gösterebilir. Kırıl'ın da (2012) çalışmasında savunduğu gibi, öğrencilik aşamasında olmaları ve henüz iş yaşantısına başlamamaları sebebiyle lider ya da yönetici sıfatıyla diğer insanlara yetki verememe, onları eleştirme ve onlar tarafından mükemmel algılanmak için başkalarından yüksek beklentiler içerisinde olmak gibi bir ihtiyaç hissetmeyebilirler.

Kendini beğenmiş mükemmeliyetçilik boyutuyla cinsiyetler arasında fark görülen çalışmalara bakıldığında, Türk toplumunda erkek çocuklarının yetişme biçimi, liderlik özelliklerini geliştirecek ve pekiştirecek şekildedir. Bu da erkeklerin liderlik ve yöneticilik özelliklerini kadınlara göre daha çok fark etmesi ve daha fazla sergilemesi sonucunu doğurmaktadır ve başkalarından yüksek beklentiler içinde olmasına yol açmaktadır (Tuncer ve Voltan-Acar, 2006). Kadınlar, toplumsal rolleri gereği daha yumuşak mizaçlı ve daha hoşgörülüdürler. Bu nedenle kendini beğenmişlik düzeyleri yüksek değildir (Hortaçsu, 1997). Her ne kadar ülkemizde ve dünyada erkek ile kadının toplumsal yaşam hayatına eşit bir şekilde katılımları arzu edilse de erkek ve kadınların özellikle iş ve aile yaşamındaki cinsiyet rolleri ve çalışma koşulları gibi etkenler neticesinde pek mümkün olmamaktadır (Yıldırım, 2007).

Spor bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerin mükemmeliyetçilik düzeyleri aktif spor yapma durumlarına göre incelendiğinde, çalışmada elde edilen bulgulara göre aktif spor yapan ( $3,63 \pm,72$ ) ve aktif spor yapmayanların ( $3,46 \pm,78$ ) katı mükemmeliyetçilik puanları yüksek ölçülmüş, aktif spor yapan öğrenciler ile aktif spor yapmayan öğrenciler arasında katı mükemmeliyetçilik boyutunda anlamlı düzeyde fark görülmüştür.

Spor bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerin katı mükemmeliyetçilik düzeylerinde aktif spor yapma durumuna göre anlamlı farklılıklar saptanmıştır ve bu fark ilgili literatür tarafından desteklenmektedir.

Katı mükemmeliyetçilik özelliği taşıyan insanların, yaptıkları işlerde ortaya çıkan en ufak olumsuzluklar bile benlik saygısını düşürmektedir (Gotwals ve Dunn, 2003). Aktif spor yapmak, kişinin benlik saygısını ciddi oranda artırmaktadır (Aktaş ve Erhan, 2015). Aktif olarak spor yapan öğrencilerin katı mükemmeliyetçiliklerinin yüksek çıkmasının nedeni katı mükemmeliyetçilerde egzersiz bağımlılığı görülmesi olabilir. Nitekim katı mükemmeliyetçilerde yüksek derecede egzersiz bağımlılığı görülmektedir (Miller ve Mesagno, 2014). Ayrıca Hill, Stoeber, Brown ve Appleton (2014) tarafından yapılan, “Takım Mükemmeliyetçiliği ve Takım Performansı” adlı çalışmada, sporcuların

katı mükemmeliyetçilik özelliğine sahip olmalarının takımın performansını artırdığını belirtmiştir.

Çalışmada elde edilen bulgulara göre aktif spor yapan öğrencilerin özeleştirel mükemmeliyetçilik puanları  $2,83\pm,67$ , aktif spor yapmayan öğrencilerin özeleştirel mükemmeliyetçilik puanları  $2,82\pm,67$  olarak, aktif spor yapan öğrencilerin kendini beğenmiş mükemmeliyetçilik puanları  $2,78\pm,80$ , aktif spor yapmayan öğrencilerin kendini beğenmiş mükemmeliyetçilik puanları ise  $2,68\pm,83$  olarak ölçülmüştür.

Spor bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerin özeleştirel mükemmeliyetçilik ve kendini beğenmiş mükemmeliyetçilik düzeylerinin aktif spor yapma durumuna göre farklılaşmadığı görülmüştür.

Mükemmeliyetçilik, rekabet sporcularında ve özellikle elit seviyede yarışan sporcularda ortak bir özelliktir (Dunn ve diğerleri, 2005). Flett ve Hewitt (2005), rekabetçi sporlarda başarı elde etmek için mükemmeliyetçilik özelliği gerekmediğini, bu özelliğin performansı olumsuz yönde etkileyeceği gibi atletik gelişimini de engelleyebileceğini söylemektedir.

İnsanlar, aktif oldukları alanla ilgili mükemmeliyetçilik özellikleri taşırlar. Örneğin sporcular sporda, dansçılar dansta mükemmeliyetçi davranışlar gösterirler (Dunn ve diğerleri, 2005). Buna göre çalışmada, aktif spor yapan öğrencilerde, araştırmada kullanılan Büyük Üç Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği yerine Spora Özgü Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği gibi bir ölçek kullanılsaydı mükemmeliyetçilik boyutları çok daha fazla yüksek çıkabilirdi. Aktif spor yapanların özeleştirel mükemmeliyetçilik ve kendini beğenmiş mükemmeliyetçilik düzeylerinin yüksek çıkmama sebebinin bu olduğu düşünülmektedir.

Araştırmanın bulgularından farklı olarak, Hill, Madigan, Smith, Mallinson-Howard ve Donachie (2019) performans sporu yapanlarda en azından özeleştirel mükemmeliyetçilik özelliğinin bulunacağını belirtmiştir. Tazegül ve Güven (2015) tarafından yapılan çalışma, vücut geliştirme sporu yapan bireylerin, diğer sporları yapan

ve hiç spor yapmayan bireylerden kendini beğenmişlik düzeyinin daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur.

Aktif sporcularda mükemmeliyetçilik düzeyini sporun yapılış amacının ötesinde yapılan spor dahi belirleyebilmektedir. Spor kavramını Coakley (2004), rekabete dayalı aktiviteler olarak tanımlanırken, Voigt (1998), isteğe bağlı olarak yapılan bedensel hareketler olarak tanımlanmıştır. Örneğin Stoeber (2014), performans sporu yapanlarda mükemmeliyetçilik özelliğinin fayda sağlayabileceğini fakat zinde kalmak için egzersiz yapan insanlar için fayda sağlamayacağını söylemiştir. Mükemmeliyetçilik düzeyinin azaltılması adına, Kanada Hükümeti, vatandaşlarını aktif spor yapmaları ve diğer fiziksel etkinliklere katılmalarını teşvik etmek amacıyla çeşitli reklamlar yapmaktadır (Hurka, 1993).

Spor bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerin mükemmeliyetçilik düzeyleri ders dışı faaliyetlere katılma durumlarına göre incelendiğinde, çalışmada elde edilen bulgulara göre, ders dışı faaliyetlere katılan ve katılmayan öğrencilerin katı mükemmeliyetçilik puanları eşit olarak ölçülmüş ( $3,56 \pm 0,73$ ), ders dışı faaliyetlere katılan öğrencilerin özeleştirel mükemmeliyetçilik puanı  $2,75 \pm 0,70$ , ders dışı faaliyetlere katılmayan öğrencilerin özeleştirel mükemmeliyetçilik puanı ise  $2,87 \pm 0,67$  olarak ölçülmüştür. Ders dışı faaliyetlere katılan öğrencilerin kendini beğenmiş mükemmeliyetçilik puanı  $2,66 \pm 0,78$  iken, ders dışı faaliyetlere katılmayan öğrencilerin kendini beğenmiş mükemmeliyetçilik puanı ise  $2,77 \pm 0,83$ 'dür.

Spor bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerin mükemmeliyetçiliğinin üç boyutu olan katı mükemmeliyetçilik, özeleştirel mükemmeliyetçilik ile kendini beğenmiş mükemmeliyetçilik düzeylerinin ders dışı faaliyetlere katılıma göre farklılaşmadığı görülmüştür. Bu bulgu, ilgili literatürde yer alan Kottman ve Ashby (2000) ve Powers ve diğerleri (2005) tarafından desteklenmiş; Randall ve diğerleri (2015) tarafından ise desteklenmemiştir.

Ders dışı faaliyetlere katılım ile mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkiyi ölçen yerli bir çalışma bulunmamakla birlikte, yabancı literatürde de çok kısıtlı sayıda çalışma

bulunmaktadır. Yabancı literatürde yer alan çalışmalarda, çocuk ve ergenleri incelemesi sebebiyle, çocukların ders dışı faaliyetlerinin çoğunlukla aile tarafından yapılandırıldığı ve katılım durumunun da aile tarafından belirlendiği için çok objektif sonuçlar vermediği düşünülmektedir (Randall ve diğerleri, 2015).

Katı mükemmeliyetçilik özelliğine sahip kişiler, kendilerine belirledikleri yüksek standartlar nedeniyle sürekli kendilerinden hoşnutsuzluk içindedirler ve bu da rahatsız edici his ortaya çıkararak, mutsuz olmalarına yol açmaktadır. Devam edilen ders dışı faaliyetlerin kişinin fiziksel, duygusal, sosyal ve ahlaki gelişimi desteklemesi, akademik çalışmaları zenginleştirmeyi, zamanı doğru ve etkili kullanmayı öğreten, estetik duyarlılık katan, liderlik ve öz disiplin gibi kişisel becerilerin hayatın içinde uygulanarak kazanılmasını sağlayan çalışmalar olması beklenmektedir (Ereyi, 2018). Bu tür kazanımları sağlamak adına bilimsel, sosyal, kültürel, sanatsal ve sportif etkinliklere katılan öğrencilerin, özeleştirel mükemmeliyetçilik boyutunun içerdiği hatalara karşı ilgi, eylemleri hakkında şüpheleri ve sosyal çevresinin kendinden beklentisi düzeylerinin düşük olması beklenen bir durumdur.

Alim (2018) tarafından yapılan çalışmada, öznel iyi oluşla mükemmeliyetçilik arasında negatif yönde anlamlı ilişki olduğu anlaşılmıştır. Aslan (2002)'a göre, kişisel gelişim faaliyetlerine katılım, kişinin gelişim süreçlerine çok değişik açılardan katkı sağlamakla birlikte, kişisel doyum ve iyi olma düzeylerinde de artış sağlamasında da önemli bir rol üstlenmektedir. Bu çalışmalar doğrultusunda, ders dışı faaliyetlere katılmanın, kişinin mükemmeliyetçilik seviyesini azalttığı yorumu yapılabilir.

Spor bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerin akademik başarıları cinsiyetlere göre incelendiğinde, çalışmada elde edilen bulgulara göre erkekler ve kadınların akademik başarı düzeyleri ölçülmüş, sıra ortalamaları erkekler:283,17, kadınlar:315,83 şeklinde bulunmuştur. Bu verilere göre erkekler ve kadınların akademik başarıları arasında anlamlı bir fark görülmüştür.

Spor bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerin akademik başarılarının cinsiyete göre farklılaştığı belirlenmiştir. Bu bulgu, ilgili literatürde yer alan çalışmalara

ait bulgular tarafından desteklenmiştir (Denton ve McKinney, 2004; Doğan, 2016; Madran, 2006; Özer ve Sarı, 2009; Saygılı ve diğerleri, 2015; Şeker, Çınar ve Özkaya, 2004; Yusupu, 2015).

Çalışmanın bulgularını destekleyen araştırmalarda, kadınların başarı güdüsünün erkeklere göre daha yüksek olduğu, kadınların çalışma alışkanlığı ve düzenli olma becerisinin erkeklerden daha yüksek olduğu, bunun doğal bir sonucu olarak da akademik başarılarının erkeklere göre anlamlı derecede yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. (Madran, 2006; Şeker ve diğerleri, 2004). Bulgular literatür açısından değerlendirildiğinde benzer sonuçlar ortaya çıkmıştır ve kadınların akademik başarılarının erkeklere göre anlamlı derecede yüksek çıkmasının sebebinin de literatürde yer alan şekilde olduğu düşünülmektedir.

Cinsiyetlere göre akademik başarı farkını araştıran araştırmacılardan Tunçel ve Saracaloğlu (1999), bu çalışmanın bulgularından farklı olarak, öğrencilerin cinsiyetlere göre teorik başarılarının eşit, uygulama ders başarılarında ise erkeklerin kadınlardan daha yüksek başarıya sahip olduğu sonucuna varmıştır.

Ayrıca, kadın ve erkeklerin akademik başarı, motivasyon, zaman yönetimi, sınavlara hazırlanma, sınav kaygısı ve ders çalışma becerilerinin eşit olduğu sonucuna ulaşılan çalışma da mevcuttur (Bay, Tuğluk ve Gençdoğan, 2005).

Spor bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerin akademik başarıları aktif spor yapma durumlarına göre incelendiğinde, çalışmada elde edilen bulgulara göre aktif spor yapan (278,08) ve aktif spor yapmayan (315,35) öğrencilerin akademik başarı puanları ölçülmüş ve aktif spor yapmayanların lehine anlamlı bir fark görülmüştür.

Spor bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerin akademik başarıları aktif spor yapma durumlarına göre incelendiğinde, akademik başarılarının aktif spor yapmayanlar lehine farklılaştığı belirlenmiştir. Bu bulgu, ilgili literatürde yer alan birkaç çalışma tarafından desteklense de (Bayram, 2017; Cheung, 2004) literatürün büyük kısmı tarafından desteklenmemiştir (Aksu, 2018; Bilbek ve Yılmaz, 2014; Buckworth ve Nigg

2004; Çalık, 2017; Er, 2010; Grissom, 2005; Kara, 2018; Mücevher, Demirgil ve Erdem, 2016; Rahimi Asiabi, 2012; Saygılı ve diğerleri, 2015; Shephard, 1997; Yıldırım, 2015).

Akademik başarı ile aktif spor yapma durumu arasında güçlü bir ilişki olduğu kabul edilmektedir (Shephard, 1997). Amerikan Spor Hekimliği Birliği (ACSM) ve Amerikan Diyetisyenler Birliği rehberine göre kişinin sağlığını koruyabilmesi için, hafta boyunca en az 30 dakikalık orta şiddetli spor yapması önerilmektedir (Savcı, Öztürk, Arıkan, İnal İnce ve Tokgözoğlu, 2006).

Toplumumuzda aktif spor yapmanın özellikle zaman kaybı ve yorgunluk gibi nedenlere yol açacağından, akademik başarıya olumsuz etki edeceği düşünülmektedir. Aksine, fiziksel aktivite düzeyinin artırılması kişinin zihinsel, fiziksel ve ruhsal sağlığı açısından önemlidir. Trudeau ve Shephard (2008) tarafından ilkökul öğrencileri ile yürütülen çalışmada, öğrenciler gün içerisinde okul dersleri sonrasında ek olarak bir saatlik fiziksel aktivitede bulunmuş, bu aktivitenin öğrencilerin okul derslerine ayırdığı süreyi azaltmasına rağmen akademik başarılarına olumsuz bir etkisi görülmemiştir. Aynı çalışmadan elde edilen bulgulara göre, fiziksel aktiviteler öğrencilerin akademik başarılarına minimum düzeyde de olsa katkıda bulunduğu ve akademik öğrenme hızlarının arttığı ortaya çıkmıştır.

Kara (2018) tarafından gerçekleştirilen ve fiziksel aktivite düzeyine göre akademik başarının ölçüldüğü çalışmada, yeterli düzeyde spor yapan beden eğitimi öğretmen adaylarının, daha az düzeyde spor yapan öğretmen adaylarına göre akademik başarıları daha yüksek çıkmıştır. Saygılı ve diğerleri (2015) tarafından gerçekleştirilen çalışmada ise aktif spor yapmanın, dışa dönüklük ve açıklık gibi kişisel özellikleri geliştirdiğini, bu özelliklerin de akademik başarıyı artırdığı ortaya çıkmıştır.

Buckworth ve Nigg (2004) tarafından gerçekleştirilen çalışmanın sonucunda, üniversite öğrencilerinden fiziksel aktivitelere katılanların akademik puan ortalamaları, katılmayan öğrencilere göre daha yüksek ölçülmüştür. Bununla birlikte, aktif olarak spor yapan öğrencilerin yaşam kalitesi puan ortalamalarının katılmayan öğrencilere göre



yüksek olduğu sonucu da ortaya çıkmıştır. Bu çalışmadan elde edilen bulgular, Grissom (2005) ve Er (2010) tarafından da desteklenmektedir.

Parlaktaş (2018) tarafından gerçekleştirilen çalışmada, öğrencilerin akademik başarıları TEOG sınav puanıyla ölçülmüş ve fiziksel aktivite düzeyleri ile akademik başarıları arasında pozitif yönde zayıf ilişki bulunmuştur. Yine akademik başarılarının TEOG (Temel Eğitimden Ortaöğretime Geçiş Sınavı) sınav puanıyla ölçüldüğü Bilgin (2017) tarafından gerçekleştirilen diğer bir çalışmada, öğrencilerin fiziksel aktivite düzeyleri ile akademik başarıları arasında pozitif yönde düşük düzeyde bir ilişki saptanmıştır.

Tanır (2013) tarafından gerçekleştirilen çalışmada, fiziksel aktivite düzeyi ile akademik başarı arasında yok denecek kadar düşük bir ilişki bulunmuş, iki değişken arasındaki ilişkiyle ilgili bir yargıya varılmaması gerektiğini önermiştir.

Doğan (2016) tarafından, ortaöğretim seviyesinde öğrenim gören 767 öğrenciyle gerçekleştirilen çalışmada, öğrencilerin fiziksel aktivite düzeyleriyle akademik başarıları arasında istatistiki bir ilişki bulunamamıştır.

Coe, Pivarnik, Womack, Reeves ve Malina (2006), altıncı sınıf öğrencileriyle gerçekleştirdiği araştırmada, fiziksel aktivitelere katılan ve katılmayan öğrencilerin, ilk ve ikinci dönem not ortalamalarını karşılaştırmış ve fiziksel aktivitelere katılan öğrenciler ile fiziksel aktivitelere katılmayan öğrencilerin akademik not ortalamaları arasında anlamlı bir fark çıkmamıştır.

İlgili literatürü incelendiğinde, her ne kadar aktif spor yapma durumu akademik başarıyı güçlü bir şekilde etkileyen bir değişkense de, tek başına akademik başarının belirleyicisi olmadığı düşünülmektedir. Atılgan (1998), akademik başarının, bireyin duyuşsal, bilişsel, psikomotor özellikleriyle, merak, ilgi, konsantrasyon, verimli çalışma becerisi, sosyoekonomik koşulları ve çevre gibi bir çok faktör tarafından etkilendiğini söylemektedir. Buna bağlı olarak, bu çalışmada ölçülmeyen bazı değişkenlerin akademik başarıyı düşürme ihtimalinin yüksek olduğu düşünülmektedir.

Akademik başarı, aktif spor yapma durumundan ziyade, ders çalışmaya ayrılan süre ile daha fazla ilgilidir (Parlaktaş, 2018). Bu çalışmaya katılan ve spor bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerin, okul derslerinde uygulamalı derslerin olması ve bununla birlikte okul dışında kalan zamanda da aktif spora zaman ayırıyor olması, yeterince ders çalışmadığı anlamına gelebilir. Ayrıca akademik başarısını artırmak isteyen öğrencilerin, zamanını spor yapmak yerine ders çalışmaya ayırıyor olması da çalışmanın bu yönünü belirleyen bir etken olabilir.

Karataş, Yücel, Karademir ve Karakaya tarafından (2011) yapılan 2020 kişinin katıldığı çalışmada Malatya ilindeki spor tesislerinin yeterliliği incelenmiş ve katılımcıların %67,4'ünün tesisleri yeterli bulmadığı anlaşılmıştır. Aynı şekilde Kahramanmaraş'ta yapılan bir çalışmada (Gökdoğan, 2007), %52'lik bir çoğunluk spor tesislerini yeterli bulmamıştır. Yerlisu Lapa, Varol, Tuncel, Ağyar ve Certel (2012) tarafından, İzmir ilinde yapılmış çalışmada ise katılımcıların %57,3'ü tesisleri yeterli bulmadığını belirtmiştir. Bu doğrultuda, öğrencilerin yaşadıkları şehir ve şehrin sahip olduğu spor tesisleri imkânları çalışmanın bu yönünü belirlemede etkili olduğu düşünülmektedir. Nitekim çalışmanın örnekleminin dağılıma bakıldığında, %15,72'lik kısmı büyükşehirde, geriye kalan %84,18'lik kısmı ise büyükşehirlere göre daha kısıtlı imkânlara sahip şehirlerde öğrenim görmektedirler.

Çalışmanın sonucunu etkileyen bir diğer etken de evreni oluşturan üniversitelerin bulunduğu illerin mevsimsel şartları olabilir. Verilerin toplanma döneminin kış ve ilkbahar ayları olması ve bu dönemde aktif spor yapan öğrenci sayılarının büyük oranda değişme ihtimali yüksektir. Türkiye İstatistik Kurumu (2015) verilerine göre, son 4 hafta içerisinde, 10 yaş üstü spor yapan bireylerin çoğunluğu yürüyüş veya koşu ve bisiklet binme gibi açık hava sporlarını tercih etmişlerdir. Evreni oluşturan üniversitelerin bulunduğu illerin, Meteoroloji Genel Müdürlüğü'nün (2018) verilerine göre ülkemizin en fazla yağışlı gün sayısına sahip olduğu illerinden olduğu görülmektedir ve bu durum açık hava sporları yapılmasını doğrudan engelleyen bir faktör olarak karşımıza çıkmaktadır.

Yerlisu Lapa ve diğerkleri (2012) tarafından gerçekteştirilen çalışmada, bireylerin sportif faaliyetleri gerçekteştirdikleri yerleri seçme nedeninin %49'luk oranda yaşadıkları yere yakınlığı olduğu anlaşılmıştır. Bu noktada öğrencilerin yaşadıkları yerdeki spor faaliyetleri imkânlarına göre sonuçların değişebilme ihtimali belirmiştir.

Spor bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerin akademik başarıları ders dışı faaliyetlere katılma durumlarına göre incelendiğinde, çalışmada elde edilen bulgulara göre ders dışı faaliyetlere katılan (270,49) ve ders dışı faaliyetlere katılmayan (308,75) öğrencilerin akademik başarı puanları ölçülmüş ve ders dışı faaliyetlere katılmayanların lehine anlamlı bir fark görülmüştür.

Çalışmada elde edilen bulgular literatürde yer alan bazı araştırmalar tarafından desteklense de, çalışmanın bulgularının aleyhinde olan çalışmalar çoğunluktadır (Bakioğlu, 2017; Çebi, 2018; Freeman, 2017; Taşoğlu, 2010).

Çebi (2018) tarafından niteliksel araştırma yöntemi kullanılarak fen bilimleri dersine karşı olumsuz tutuma sahip 4 öğrenciyle yapılan araştırmada, öğrencilerin kendileri için oluşturulan okul dışı öğrenme ortamlarından faydalanmaları sağlanmıştır. 3 aylık araştırmanın sonucunda elde edilen bulgular neticesinde, öğrencilerin fen bilimleri dersine karşı ilgileri artmış, tutumları olumlu hale gelmiş ve ders başarıları artmıştır. Bakioğlu (2017) tarafından gerçekteştirilen araştırmada, oluşturulan kontrol ve deney gruplarına uygulanan ön test ve son test sonucunda, deney grubunda yer alan öğrencilerin ders başarılarının arttığı sonucuna ulaşmıştır.

Freeman (2017) tarafından 1145 öğrencinin katılımıyla gerçekteştirilen diğer bir çalışmada, öğrencilerin ders dışı faaliyetlere katılımının akademik başarıyı artırdığı, okul dışı faaliyetlerin, öğrencilerin ikinci evi gibi gördükleri okulları tarafından organize edilmesinin ise öğrencileri yüksek oranda mutlu ettiği ortaya çıkmıştır.

Yine Taşoğlu (2010) tarafından gerçekteştirilen çalışmada, yapılan ön test sonucu kontrol grubu ile deney grubu arasında coğrafya dersi başarıları arasında anlamlı bir fark yokken, coğrafya öğretime yönelik okul dışı faaliyetler yapıldıktan sonra tekrar

ölçüm yapılmış ve iki grup arasında okul dışı faaliyetlere katılan grup lehine anlamlı fark bulunmuştur.

Aydınoğlu (2017) ise, 232 ortaokul öğrencisiyle gerçekleştirdiği çalışmada, okul dışı faaliyetlerin akademik başarıyı yordamadığı sonucuna ulaşmıştır.

İlgili literatürde, ders dışı faaliyetlere katılımın akademik başarıyı doğrudan etkilediği sonuçları çoğunlukta olsa da, akademik başarı sadece ders dışı faaliyetlere katılma durumuna göre belirlenmemektedir. Nitekim Sezer (2007), akademik başarıyı kişisel, sosyo-ekonomik ve okul kaynaklı faktörlerin de etkilediğini belirtmiştir.

Şeker ve diğerleri (2004) tarafından üniversite öğrencileriyle gerçekleştirilen çalışmaya göre, öğrencinin akademik başarısını cinsiyet, mezun olunan program, düzenli çalışma alışkanlığı, arkadaşlar, lise mezuniyet puanı gibi etkenler de önemli ölçüde etkilemektedir ve Polat (2008) tarafından gerçekleştirilen çalışma da bu çalışmayı destekler niteliktedir.

Okullarda yürütülen ders dışı faaliyetlerin, okulların sosyoekonomik durumuna göre yapılması nedeniyle, imkânları daha yüksek olan okullarla diğerleri arasında adaletsiz bir faaliyet seviyesi ortaya çıkmaktadır (Covay ve Carbonaro, 2010). Bu doğrultuda Sarı (2012), 309 lise öğrencisiyle yaptığı çalışmada, farklı sosyoekonomik düzeye sahip üç liseyi çalışmasına dâhil ederek, sosyoekonomik faktörlere bağlı olarak öğrencilerin okullarda düzenlenen ders dışı faaliyetlere katılma durumuna bakmıştır. Araştırmanın sonucuna göre, düşük sosyoekonomik düzeye sahip okul öğrencileri ile orta ve yüksek sosyoekonomik düzeye sahip okul öğrencileri arasında ders dışı faaliyetlere katılımında önemli derecede anlamlı farklar ortaya çıkmıştır.

Üniversite öğrencilerinin geneli, öğrenim gördükleri okula başka şehirlerden gelmektedir. Bununla birlikte farklı şehre gitmenin öğrenci üzerinde değişik zorlukları vardır (yabancı çevre, yaşadığı ortamın temizliği, yemek vb.). Bu zorlukların belki de en büyüğü şüphesiz maddiyat kısmı olacaktır (geçim, beslenme, ev kirası/yurt ücreti, giyim vb.). Maddi imkânları yetersiz olan öğrencinin ders dışı faaliyetlerin gerçekleştiği

zamanlarda (özellikle hafta sonu) hem ekonomik seviyesini artırmak hem de iş hayatına başlangıç düşüncesiyle çalışma hayatına atılması, öğrenciyi ders dışı faaliyetlere hatta okul derslerine dahi katılmaktan alıkoyabilmektedir.

TIMSS (National Center for Education Statistics, 2008) verilerine göre, Türk öğrencilerin en çok zaman ayırdığı faaliyet ödev yapma olduğu anlaşılırken, Won ve Han'ın (2010) Amerika ve Güney Kore uyruklu 8912 öğrenciyle yaptığı araştırmaya göre ise öğrencilerin en çok zamanı televizyon izlemeye ayırdığı anlaşılmıştır. Bu bilgilerden hareketle ülkemiz eğitim sistemine dâhil olan öğrencilerin, ders dışı faaliyetlere ayıracak fazla vakitlerinin olmadığı düşünülmektedir.

Erdoğan, Şanlı ve Şimşek Bekir'in (2005) Gazi Üniversitesi öğrencileri arasından 295 öğrenciyle yaptıkları araştırmada, öğrencilerin üniversiteyi beklediklerinden daha kötü bulduğunu, üniversite öğrencilerinin öğrenim hayatlarından memnun olmadıklarını, ekonomik nedenlerden dolayı sosyal, kültürel faaliyetlere katılamadıklarını ortaya çıkarmışlardır. Bu çalışmada öğrencilerin üniversiteye uyumunu güçleştiren en büyük sebebin %55,3'lük oranla "sosyal ve kültürel faaliyetlere katılma" olduğu sonucu çıkmıştır. Aynı çalışmada okulun imkân yaratması durumunda yapmak istedikleri sorusuna öğrencilerin %25,8'i yarı zamanlı çalışma, %62,1'i de sportif ve kültürel faaliyetlere katılma cevabı vermiştir.

Öğrencilerin akademik başarısını en çok etkileyen nedenler arasında, öğrencinin okul dışında ücretli bir işte çalışması ve ev işlerine yardım etmesi de yer almaktadır. Sahip olduğumuz kültür yapısı gereği, kadınların ev işlerine yardım etmesi, erkeklerin de dışarıda ücretli bir işte çalışması ya da aile büyüklerine yardım etmesi, ders çalışma zamanını kısıtlayacağından, akademik başarıyı düşürebilmektedir.

Spor bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerin akademik başarıları ile mükemmeliyetçilik düzeyleri arasındaki ilişkiye bakıldığında, mükemmeliyetçiliğin akademik başarıyı yordayıp yordamadığını tespit etmek amacıyla yapılan çoklu regresyon analizi sonucunda, mükemmeliyetçiliğin üç boyutunun da (katı

mükemmeliyetçilik, özeleştiril mükemmeliyetçilik, kendini beğenmiş mükemmeliyetçilik) akademik başarıyı yordamadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Çalışmanın bulguları literatür tarafından desteklenmemiştir (Ablard ve Parker, 1997; Accordino ve diğerleri, 2000; Altun ve Yazıcı, 2010; Nounopoulos ve diğerleri 2006; Ram, 2005; Stoeber ve Eismann, 2007; Stornelli, Flett ve Hewitt 2009; Uz Baş, 2011).

Altun ve Yazıcı'nın (2010) gerçekleştirdiği, öğrencilerin olumlu ve olumsuz mükemmeliyetçilik özellikleriyle akademik başarıları arasındaki ilişkini incelediği çalışmada, olumlu mükemmeliyetçilikle akademik başarı arasında pozitif yönde, olumsuz mükemmeliyetçilikle akademik başarı arasında negatif yönde anlamlı ilişki saptanmıştır. Roohafza ve diğerleri (2010) tarafından gerçekleştirilen çalışmada da aynı sonuçlara ulaşılmıştır.

Accordino ve diğerleri (2000) ile Nounopoulos ve diğerleri (2006) çalışmalarında katı mükemmeliyetçilik düzeyinin akademik başarıyla yüksek ilişkili olduğunu ve önemli bir yordayıcısı olduğunu söylemektedir. Stornelli ve diğerleri (2009) tarafından gerçekleştirilen çalışmada ise, katı mükemmeliyetçilik puanıyla akademik başarı arasında pozitif yönde bir ilişki görülürken, özeleştiril mükemmeliyetçilikle akademik başarı arasında bir ilişki görülmemiştir.

Ram (2005) çalışmasında 99 öğrenciyle çalışmış ve olumlu mükemmeliyetçiliğin akademik başarıyı artırdığını, olumsuz mükemmeliyetçiliğin ise akademik başarıyla bir ilişkisi olmadığını belirtmiştir.

Ablard ve Parker (1997) tarafından 6. sınıf öğrencileri ve bu öğrencilerin ebeveynleriyle gerçekleştirilen çalışmada, ebeveyn beklentilerinin çocuklarda özeleştiril mükemmeliyetçilik özelliğini geliştirdiğini, bunun sonucunda da akademik başarılarının arttığını ortaya çıkmıştır. Uz Baş (2011) tarafından 418 ilköğretim öğrencisiyle gerçekleştirilen diğer bir çalışmada da, mükemmeliyetçilikle akademik başarı arasında

pozitif yönde bir ilişki bulunmuş ve mükemmeliyetçiliğin akademik başarının anlamlı bir yordayıcısı olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Literatürde yer alan çalışmalar, mükemmeliyetçiliğin akademik başarının yordayıcısı olduğunu göstermektedir. Bu çalışmada, mükemmeliyetçilik ile akademik başarı arasında bir ilişkiye rastlanmama sebebinin, akademik başarı kavramının spor bilimleri alanında öğrenim gören öğrenciler için farklılaşması olduğu düşünülmektedir. Çünkü spor bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerin lisans not ortalamaları, sadece akademik dersleri ölçmeyip; beceri ve yetenek gerektiren uygulamalı dersleri de kapsamaktadır. Nitekim Şevik (2014), başarının akademik başarıyı da kapsayan çok geniş bir kavram olduğunu, ancak okuldaki başarı denildiğinde akademik başarının akla geldiğini ve bu nedenle eğitim araştırmalarında başarı ve akademik başarıyı ayırmanın güç olduğunu söylemektedir. Ayrıca Güleç ve Alkış (2003) da okullardaki başarıyı, akademik programlardaki derslerde öğrenciler tarafından alınan puan veya notların ortalaması şeklinde açıklamaktadır.

## BÖLÜM VI

Bu bölümde araştırma bulgularının özeti verilmiş, elde edilen sonuçlar doğrultusunda gelecekte yapılacak araştırmalar için önerilere yer verilmiştir.

### 6. Sonuç ve Öneriler

#### 6.1. Sonuç

Bu araştırmada, Spor bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerin akademik başarıları ile mükemmeliyetçilik düzeyleri incelenmiştir. Araştırmaya, 651 öğrenci (425 erkek, 226 kadın) katılmıştır. Araştırmada Büyük Üçlü Mükemmeliyetçilik Ölçeği ile Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır.

Katılımcıların mükemmeliyetçilik düzeyleri cinsiyetlere göre incelendiğinde, mükemmeliyetçilik boyutları için cinsiyete bağlı bir fark görülmemiştir. Mükemmeliyetçilik düzeyleri aktif spor yapma durumuna göre incelendiğinde, katı mükemmeliyetçilik boyutunda spor yapmayanlar lehine bir fark görülürken, özeleştirel mükemmeliyetçilik ve kendini beğenmiş mükemmeliyetçilik boyutlarında fark görülmemiştir. Mükemmeliyetçilik düzeylerine ders dışı faaliyetlere katılma durumuna göre bakıldığında ise boyutlara göre bir fark ortaya çıkmamıştır.

Çalışmaya katılan öğrencilerin akademik başarıları cinsiyetlere göre incelendiğinde, kadınlar lehine anlamlı bir fark olduğu görülmüştür. Öğrencilerin akademik başarıları aktif spor yapma durumuna göre incelendiğinde, aktif spor yapmayan öğrenciler lehine anlamlı bir fark ortaya çıkmıştır. Ders dışı faaliyetlere katılma durumuna göre akademik başarılarına bakıldığında ise, ders dışı faaliyetlere katılmayanlar lehine bir fark olduğu görülmüştür.



Araştırmanın sonucunda elde edilen bulgulara bakıldığında, spor bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerin, mükemmeliyetçilik düzeylerinin akademik başarılarını yordamada anlamlı bir katkısının olmadığı görülmüştür.

## 6.2. Öneriler

Spor bilimlerinde öğrenim gören öğrencilerin akademik başarıları ile mükemmeliyetçilik düzeylerinin incelendiği bu çalışmanın bulguları doğrultusunda, gelecek araştırmalara ve uygulamalara yönelik öneriler aşağıda sunulmuştur:

- Sporun mükemmeliyetçilik üzerine etkisi gelecek çalışmalarda daha detaylı ele alınabilir.
- Büyük Üçlü Mükemmeliyetçilik Ölçeği, mükemmeliyetçiliğe yeni bir boyut kazandırmıştır. Bu ölçek kullanılarak daha fazla çalışma yapılabilir.
- Mükemmeliyetçilik özelliğinin, kişinin yetiştiği aile ortamından etkilenmesi göze alındığında, öğrenciler ile ebeveynlerinin birlikte araştırılması daha sağlıklı sonuçlar verebilir.
- Spor bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerin, okula özel yetenek sınavıyla girdikleri göz önüne alındığında, spor bilimleri öğrencileriyle ÖSYM (Öğrenci Seçme ve Yerleştirme Merkezi) tarafından düzenlenen YKS (Yüksek Öğretim Kurumları Sınavı) ile alım yapan fakülte öğrencilerinin mükemmeliyetçilik düzeyleri karşılaştırılabilir.
- Literatüre bakıldığında genellikle olumlu ve olumsuz mükemmeliyetçiliğin akademik başarıyı yordama düzeyi incelenmiştir. Mükemmeliyetçiliğin üç boyutunun akademik başarıyı yordama düzeyi araştırılabilir.

- Spor bilimleri alanında akademik başarı ile ilgili yapılacak çalışmalarda, öğrencilerin akademik dersler ve uygulamalı dersler için başarılarının ayrı ayrı ölçülmesi önemli olabilir.
- Spor bilimlerinde öğrenim gören öğrencilerin aktif spor yapma düzeylerini fiziksel aktivite ölçme yöntemleriyle ölçmek sağlıklı sonuçlar vermesi açısından iyi olacaktır. Fiziksel aktivite düzeyini doğrudan (gözlem, oda kalorimetresi, çift katmanlı su yöntemi, pedometre, akselerometre, fiziksel aktivite kaydı ya da günlük) ve dolaylı (endirekt kalorimetre, beslenme ölçümleri, fizyolojik ölçümler, fiziksel aktivite anketleri) ölçüm yöntemleri ile ölçmek daha sağlıklı sonuçlar verebilir.
- Spor alanında öğrenim gören öğrencilerin aktif spor anlayışı değişebilir. Önemli bir spor geçmişine sahip olmasına rağmen araştırmanın yapıldığı dönemde aktif spor yapmaması çalışma sonucunu değiştirebilir. Bu nedenle aktif spor durumu yalnızca araştırmanın yapıldığı dönemi kapsayan değil; daha detaylı bir ölçüt haline getirilebilir.
- Ders dışı faaliyetlere katılma durumu incelenirken, faaliyetlere katılımın yanında faaliyetlere ne düzeyde katıldığının öğrenilmesi (süresi, sıklığı) daha uygun olabilir.

## BÖLÜM VII

### KAYNAKÇA

- Ablard, K. E., ve Parker, W. D. (1997). Parents' Achievement Goals and Perfectionism in Their Academically Talented Children. *Journal of Youth and Adolescence*, 651-667.
- Accordino, D. B., Accordino, M. P., ve Slaney, R. B. (2000). An Investigation of Perfectionism, Mental Health, Achievement, and Achievement Motivation in Adolescents. *Psychology in the Schools*, 535-545.
- Akkaya, E. (2007). *Academic Procrastination Among Faculty Of Education Students: The Role Of Gender, Age, Academic Achievement, Perfectionism And Depression*. Yüksek Lisans Tezi, Middle East Technical University, The Graduate School Of Social Sciences, Ankara.
- Aksu, E. (2018). *Beden Eğitimi ve Spor Öğretmen Adaylarının Fiziksel Aktivite Düzeylerinin Akademik Başarı ve Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Trabzon.
- Aktaş, İ., ve Erhan, S. E. (2015). Spor Yapan ve Spor Yapmayan Bireylerin Benlik Saygısı ve Risk Alma Düzeylerinin İncelenmesi (Erzurum İli Örneği). *Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 40-51.
- Alim, E. (2018). *Ergenlerde Mükemmeliyetçilik, Öznel İyi Oluş ve Depresyon Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Altun, F., ve Yazıcı, H. (2010). Öğrencilerin Olumlu ve Olumsuz Mükemmeliyetçilik Özellikleri ile Akademik Başarıları Arasındaki İlişkiler. *International Conference on New Trends in Education and Their Implications*, (s. 534-539). Antalya.
- Anshel, M. H., Weatherby, N. L., Kang, M., ve Watson, T. (2009). Rasch Calibration of A Unidimensional Perfectionism Inventory for Sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 210-216.

- Antony, M. M., ve Swinson, R. P. (2000). *Mükemmeliyetçilik Dost Sandığınız Düşman*. (A. Açıköz, Çev.) İstanbul: Kuraldışı Yayıncılık.
- Aslan, A. E. (2002). *Örgütte Kişisel Gelişim*. Ankara: Nobel Yayın.
- Atılgan, M. (1998). *Üniversite Öğrencilerinin Ders Çalışma Alışkanlıkları ile Akademik Başarılarının Karşılaştırılması (Gaziantep Üniversitesi Öğrencileri Üzerine Bir Araştırma)*. Yüksek Lisans, Gaziantep Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gaziantep.
- Aydınoglu, A. (2017). *The Relationship Between After School Activities And Youth' Academic Achievement, Social Anxiety, Confidence, and Connection and the Mediatory Role of Sense of Humor*. Yüksek Lisans Tezi, Bahçeşehir Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Bakioğlu, B. (2017). *5. Sınıf Vücudumuz Bilmecesini Çözüm Ünitesinin Okul Dışı Öğrenme Ortamı Destekli Öğretiminin Etkililiği*. Doktora Tezi, Amasya Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Amasya.
- Bandura, A. (1977). Self-Efficacy: Toward a Unifying Theory of Behavioral Change. *Psychological Review*, 191-215.
- Bay, E., Tuğluk, M. N., ve Gençdoğan, B. (2005). Üniversite Öğrencilerinin Ders Çalışma Becerilerinin İncelenmesi (Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Örneği). *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 94-105.
- Bayram, Ş. (2017). *Sağlık Bilimleri Öğrencilerinde Fiziksel Aktivitenin Akademik Başarıya Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Medipol Üniversitesi, Sağlık Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Benk, A. (2006). *Üniversite Öğrencilerinde Mükemmeliyetçi Kişilik Özelliğinin Psikolojik Belirtilerle İlişkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Bilbek, M., ve Yılmaz, C. Y. (2014). Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Sosyal Karşılaştırma Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 105-112.
- Bilgin, E. (2017). *Ortaokul Öğrencilerinin Fiziksel Uygunlukları ve Akademik Başarıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

- Bloom, B. S. (2012). *İnsan Nitelikleri ve Okulda Öğrenme*. (D. A. Özçelik, Çev.) Ankara: Pegem Akademi.
- Bruinsma, M., ve Jansen, E. (2005). Who Succeeds at University? Factors Predicting Academic Achievement of First-Year Dutch Students. *Higher Education Research & Development*, 204-205.
- Buckworth, J., ve Nigg, C. (2004). Physical Activity, Exercise, and Sedentary Behavior in College Students. *Journal of American College Health*, 28-34.
- Burns, D. D. (1980). The Perfectionist's Script for Self-Defeat. *Psychology Today*, 34-52.
- Büyükbayraktar, Ç. (2011). *Üniversite Öğrencilerinde Mükemmeliyetçilik ve Öfke İlişkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Camadan, F. (2009). *Orta Öğretim Öğrencilerinin Mükemmeliyetçilik Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Cheung, C.-K., ve Kwok, S.-T. (1998). Activities and Academic Achievement Among College Students. *The Journal of Genetic Psychology*, 147-162.
- Cırcır, B. (2006). *Öğretmen Adaylarının Denetim Odakları ve Mükemmeliyetçilik Tutumlarının Bazı Özlük Niteliklerine Göre Karşılaştırmalı Olarak İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Coe, D. P., Pivarnik, J. M., Womack, C. J., Reeves, M. J., ve Malina, R. M. (2006). Effect of Physical Education and Activity Levels on Academic Achievement in Children. *American College of Sports Medicine*, 1515-1519.
- Cook, L. C., ve Kearney, C. A. (2009). Parent and Youth Perfectionism and Internalizing Psychopathology. *Personality and Individual Differences*, 325-330.
- Covay, E., ve Carbonaro, W. (2010). After the Bell: Participation in Extracurricular Activities, Classroom Behavior, and Academic Achievement. *Sociology of Education*, 20-45.
- Çalık, S. U. (2017). *Ders Dışı Egzersizlerden Atletizm Modülünün Örneklem Okul Öğrencilerinin Akademik Başarı ve Benlik Saygısına Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

- Çalıkoğlu, B. S. (2009). *Üstün Zekalı Öğrencilerin Çalışma Alışkanlıkları ile Mükemmeliyetçilik Özellikleri Arasındaki İlişki*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Çebi, H. (2018). *Farklı Okul Dışı Öğrenme Ortamlarının, Öğrencilerin Fen Bilimleri Dersine Karşı İlgi ve Tutumlarına Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Yıldız Teknik Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Çepikkurt, F. (2011). *Üniversiteli Hentbolcuların Mükemmeliyetçilik ve Kaygı Düzeyleri ile Başarı Hedefleri ve Müsabaka Sonuçlarına Yaptıkları Yükleme Biçimleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Doktora Tezi, Çukurova Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Adana.
- Çepikkurt, F. (2018). *Sporda Mükemmeliyetçilik ve Nedensel Yüklemeler*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Demirtaş, H., ve Çınar, İ. (2004). Yönetici, Öğretmen, Veli ve Öğrencilerin Başarı Algısı ve Eğitime İlişkin Görüşleri (Malatya İli Örneği). *XIII. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı*, (s. 1-14). Malatya.
- Denton, L. F., ve McKinney, D. (2004). Affective Factors and Student Achievement: A Quantitative and Qualitative Study. *34th ASEE/IEEE Frontiers in Education Conference*, (s. 6-11). San Jose.
- Doğan, U. (2016). *Lise Öğrencilerinde Fiziksel Aktivite Seviyesi ile Akademik Başarı Arasındaki İlişki*. Yüksek Lisans Tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Dunkley, D. M., Zuroff, D. C., ve Blankstein, K. R. (2003). Self-Critical Perfectionism and Daily Affect: Dispositional and Situational Influences on Stress and Coping. *Journal of Personality and Social Psychology*, 234-252.
- Dunn, J. G., Dunn, J. C., ve Syrotuik, D. G. (2002). Relationship Between Multidimensional Perfectionism. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 376-395.
- Dunn, J. G., Gotwals, J. K., ve Dunn, J. C. (2005). An Examination of the Domain Specificity of Perfectionism Among Intercollegiate Student-Athletes. *Personality and Individual Differences*, 1439-1448.

- Er, F. (2010). *Düzenli Spor Yapan ve Yapmayan Üniversite Öğrencilerinin Fiziksel Uygunluk Düzeyleriyle Akademik Başarıları Arasındaki İlişkinin Karşılaştırılması*. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Erdoğan, S., Şanlı, H. S., ve Şimşek Bekir, H. (2005). Gazi Üniversitesi, Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin Üniversite Yaşamına Uyum Durumları. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 479-496.
- Erdoğan, M. Y. (2006). Yaratıcılık ile Öğretmen Davranışları ve Akademik Başarı Arasındaki İlişkiler. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 95-106.
- Ereyi, B. (2018, Eylül 19). *tedmem.org*. Türk Eğitim Derneği: <https://tedmem.org/blog/okullarda-ders-disi-etkinliklerin-islevleri> adresinden alındı
- Ergün, H., Özdemir, M., Çorlu, M. A., ve Savran, C. (2004). Dil ve Sayısal Yetenekler İle Fizik Başarısı Arasındaki İlişki. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 361-368.
- Erözkan, A. (2009). The Predictors of Depression in Eighth Grade Primary School Students. *İlköğretim Online*, 334-345.
- Eskiili, B. (2015). *Erişkinlerin Mükemmeliyetçilik Düzeyleri ile Bazı Değişkenler Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Eum, K., ve Rice, K. G. (2011). Test Anxiety, Perfectionism, Goal Orientation, and Academic Performance. *Anxiety, Stress, & Coping*, 167-178.
- Filaire, E., Rouveix, M., Pannafieux, C., ve Claude, F. (2007). Eating Attitudes, Perfectionism and Body-Esteem of Elite Male Judoists and Cyclists. *Journal of Sports Science and Medicine*, 50-57.
- Flett, G. L., ve Hewitt, P. L. (2005). The Perils of Perfectionism in Sports and Exercise. *Current Directions In Psychological Science*, 14-18.
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., ve Singer, A. (1995). Perfectionism and Parental Authority Styles. *Individual Psychology: Journal of Adlerian Theory*, 50-60.
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., Blankstein, K. R., ve Pickering, D. (1998). Perfectionism in Relation to Attributions for Success or Failure. *Current Psychology*, 249-262.
- Flett, G. L., Sherry, S. B., Hewitt, P. L., ve Nepon, T. (2014). Understanding The Narcissistic Perfectionists Among Us: Grandiosity, Vulnerability, and The Quest for The Perfect Self. *Handbook of the Psychology of Narcissism*, 43-66.

- Freeman, R. (2017). *The Relationship Between Extracurricular Activities And Academic Achievement*. PhD. Dissertation, National Louis University, National College of Education, Louis.
- Freud, S. (1992). *Endişe*. (L. Özcengiz, Çev.) İstanbul: Dergah Yayınları.
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C., ve Rosenblate, R. (1990). The Dimensions of Perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 449-468.
- Frost, R. O., Turcotte, T. A., Heimberg, R. G., Mattia, J. I., Holt, C. S., ve Hope, D. A. (1995). Reactions to Mistakes Among Subjects High and Low in Perfectionistic Concern over Mistakes. *Cognitive Therapy and Research*, 195-205.
- Genç, M., Abuhanoğlu, H., ve Ayanoglu, Y. (2016). İşletme Alanında Eğitim Gören Lisans Öğrencilerinin Mükemmeliyetçilik Algısının Belirlenmesine Yönelik Bir Araştırma. *Gazi İktisat ve İşletme Dergisi*, 65-88.
- Gotwals, J. K., ve Dunn, J. G. (2003). An Examination of Perfectionism and Self-Esteem in Intercollegiate Athletes. *Journal of Sport Behavior*, 17-38.
- Gökalp, M. (2006). Üniversite Öğrencilerinin Başarılarını Etkileyen Okul-İçi Faktörler. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 72-81.
- Gökdoğan, D. (2007). *Kahramanmaraş İlindeki Öncelikli Spor Branşlarının Tespiti ile Bu Branşların Seçimine Etki Eden Sebeplerin Araştırılması ve Kitle Spounun Yaygınlaşması Açısından Değerlendirilmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Dumlupınar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kütahya.
- Grissom, J. B. (2005). Physical Fitness and Academic Achievement. *Journal of Exercise Physiology*, 11-25.
- Güleç, S., ve Alkış, S. (2004). Öğretmenlerin Sınıf Ortamında Kullandıkları Davranış Değişirme Stratejileri. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 247-266.
- Hacıcaferoğlu, S. (2014). Halk Oyunları Branşına Katılan Sporcuların Sosyo Ekonomik Profillerinin İncelenmesi. *İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 14-24.
- Hewitt, P. L., ve Flett, G. L. (1991). Perfectionism in the Self and Social Contexts: Conceptualization, Assessment, and Association With Psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 456-470.
- Hill, A. P., Madigan, D. J., Smith, M. M., Mallinson-Howard, S. H., ve Donachie, T. C. (2019). Perfectionism in Sport. *Encyclopaed of Psychology*, 1-19.



- Hill, A. P., Stoeber, J., Brown, A., ve Appleton, P. R. (2014). Team Perfectionism and Team Performance: A Prospective Study. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 303-315.
- Hollander, M. H. (1965). Perfectionism. *Comprehensive Psychiatry*, 94-103.
- Hortaçsu, N. (1997). *İnsan İlişkileri*. Ankara: İmge Kitabevi Yayınları.
- Hurka, T. (1993). *Perfectionism*. ABD: Oxford University Press.
- Kara, H. (2018). *Öğretmen Adaylarının Fiziksel Aktivite Düzeyleri ve Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışlarının Akademik Başarı ile İlişkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.
- Karataş Karayel, G. (2011). *Ergenlerde Yalnızlığın Yordayıcısı Olarak Mükemmeliyetçilik*. Yüksek Lisans Tezi, Muğla Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Muğla.
- Karataş, Ö., Yücel, A. S., Karademir, T., ve Karakaya, Y. E. (2011). Malatya'da Sporun Yaygınlaştırılması Açısından Spor Tesislerinin Yeterlilik Düzeyinin İncelenmesi. *Hacettepe Spor Bilimleri Dergisi*, 154-163.
- Keskin, G., ve Sezgin, B. (2009). Bir Grup Ergende Akademik Başarı Durumuna Etki Eden Etmenlerin Belirlenmesi. *Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi*, 3-18.
- Kıral, E. (2012). *İlköğretim Okulu Yöneticilerinin Mükemmeliyetçilik Algısı ve Kontrol Odağı ile İlişkisi*. Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Kohut, H. (1972). Thoughts on Narcissism and Narcissistic Rage. *Psychoanalytic Study of the Child*, 360-400.
- Kottman, T., ve Ashby, J. (2000). Perfectionistic Children and Adolescents: Implications for School Counselors. *Professional School Counseling*.
- Köroğlu, A. (2008). *Lise Öğrencilerinin Mükemmeliyetçi Özellikleri ile Rekabetçi Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Kwak, L., Kremers, S. P., Bergman, P., Ruiz, J. R., Rizzo, N. S., ve Sjöström, M. (2009). Associations between Physical Activity, Fitness, and Academic Achievement. *The Journal Of Pediatrics*, 914-918.

- Madran, D. (2006). *Üniversite İngilizce Hazırlık Öğrencilerinin Başarı Güdüsü Düzeylerinin Başarıları Üzerine Etkileri*. Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Martin, M., ve Greenwood, C. W. (2002). *Çocuğunuzun Okulla İlgili Sorunlarını Çözebilirsiniz*. (F. Zengin Dağdır, Çev.) İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Meteoroloji Genel Müdürlüğü. (2018). *2018 Yılı İklim Değerlendirmesi*. Ankara: Tarım ve Orman Bakanlığı Meteoroloji Genel Müdürlüğü.
- Miller, K. J., ve Mesagno, C. (2014). Personality Traits and Exercise Dependence: Exploring the Role of Narcissism and Perfectionism. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 368-381.
- Mücevher, M. H., Demirgil, Z., ve Erdem, R. (2016). Sportif Aktivitelerin Akademik Başarı Üzerindeki Etkisi: SDÜ İİBF Öğrencileri Üzerine Bir Araştırma. *V. Türkiye Lisansüstü Çalışmaları Kongresi Bildiriler Kitabı*, (s. 119-132).
- Nartgün, Ş., ve Çakır, M. (2014). Lise Öğrencilerinin Akademik Başarılarının Akademik Güdülenme ve Akademik Erteleme Eğilimleri Açısından İncelenmesi. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 379-391.
- National Center for Education Statistics. (2008). *Trends in International Mathematics and Science Study*. Washington: U.S. Department of Education.
- Nealis, L. J., Sherry, S. B., Sherry, D. L., Stewart, S. H., ve Macneil, M. A. (2015). Toward A Better Understanding of Narcissistic Perfectionism: Evidence of Factorial Validity, Incremental Validity, and Mediating Mechanisms. *Journal of Research in Personality*, 11-25.
- Nounopoulos, A., Ashby, J. S., ve Gilman, R. (2006). Coping Resources, Perfectionism and Academic Performance Among Adolescents. *Psychology in the Schools*, 613-622.
- Olçay, A., ve Döş, İ. (2009). Ortaöğretimde Başarıyı Olumsuz Etkileyen Unsurların Öğrenci Boyutuyla Tespitine Yönelik Bir Uygulama. *Gaziantep Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 131-155.
- Oran Pamir, Ç. (2008). *Lise Öğrencilerinin Mükemmeliyetçilik Düzeyleri ile Anne Baba Tutumları Arasındaki İlişki*. Yüksek Lisans Tezi, Muğla Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Muğla.

- Özer, H., ve Sarı, A. (2009). Kovaryans Analizi Modelleriyle Üniversite Öğrencilerinin Başarılarını Etkileyen Faktörlerin Belirlenmesi: Atatürk Üniversitesi İİBF Öğrencileri için Bir Uygulama. *Dokuz Eylül Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 105-126.
- Parlaktaş, Y. (2018). *Ortaokul 8. Sınıf Öğrencilerinde Fiziksel Aktivite Düzeyi ile Akademik Başarı Arasındaki İlişki (Kırıkkale İli Örneği)*. Yüksek Lisans Tezi, Kırıkkale Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kırıkkale.
- Pirinççi, L. N. (2009). *Lise Öğrencilerinin Mükemmeliyetçilik Düzeyleri ile Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Polat, G. (2008). *Sosya Ekonomik Değişkenlerin Yükseköğretim Öğrencilerinin Akademik Başarısı Üzerindeki Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Süleyman Demirel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Isparta.
- Powers, T. A., Koestner, R., ve Topciu, R. A. (2005). Implementation Intentions, Perfectionism, and Goal Progress: Perhaps the Road to Hell Is Paved With Good Intentions. *European Journal of Social Psychology*, 902-912.
- Rahimi Asiabi, S. (2012). *Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinde Fiziksel Aktivite Alışkanlıkları ve Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışlarının Akademik Başarı ile İlişkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Ram, A. (2005). *The Relationship of Positive and Negative Perfectionism to Academic Achievement, Achievement Motivation, and Well-Being in Tertiary Students*. Yüksek Lisans Tezi, Canterbury Üniversitesi, Psikoloji Anabilim Dalı, Canterbury.
- Randall, E. T., Bohnert, A. M., ve Travers, L. V. (2015). Understanding Affluent Adolescent Adjustment: The Interplay of Parental Perfectionism, Perceived Parental Pressure, and Organized Activity Involvement. *Journal of Adolescence*, 56-66.
- Rheume, J., Ladouceur, R., ve Freeston, M. H. (2000). The Prediction of Obsessive-Compulsive Tendencies: Does Perfectionism Play A Significant Role? *Personality and Individual Differences*, 583-592.

- Rice, K. G., ve Slaney, R. B. (2002). Clusters of Perfectionists: Two Studies of Emotional Adjustment and Academic Achievement. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 35-48.
- Rice, K. G., Ashby, J. S., ve Slaney, R. B. (1998). Self-Esteem as a Mediator Between Perfectionism and Depression: A Structural Equations Analysis. *Journal of Counseling Psychology*, 304-314.
- Rice, K., ve Preusser, K. J. (2002). The Adaptive/Maladaptive Perfectionism Scale. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 210-222.
- Roohafza, H., Afshar, H., Sadeghi, M., Soleymani, B., Saadaty, A., Matinpour, M., ve Asadollahi, G. (2010). The Relationship between Perfectionism and Academic Achievement, Depression and Anxiety. *Iranian Journal of Psychiatry and Behavioral Sciences*, 31-36.
- Sapmaz, F. (2006). *Üniversite Öğrencilerinin Uyumlu ve Uyumsuz Mükemmeliyetçilik Özelliklerinin Psikolojik Belirti Düzeyleri Açısından İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
- Saracaloğlu, A. S., Saygı, C., Yenice, N., ve Altın, M. (2016). Müzik ve Sınıf Öğretmeni Adaylarının Mükemmeliyetçilik ve Duygusal Zekâ Düzeylerinin İncelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 70-89.
- Sarı, M. (2012). Ortaöğretim Öğrencilerinin Ders Dışı Etkinliklere Katılımının İncelenmesi. *Kuramsal Eğitimbilim Dergisi*, 72-89.
- Sarıer, Y. (2016). Türkiye’de Öğrencilerin Akademik Başarısını Etkileyen Faktörler: Bir Meta-analiz Çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1-19.
- Sarioğlu, A. F. (2011). *Öğretmen Adaylarının Akademik Erteleme Eğilimi ile Mükemmeliyetçilik Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Savcı, S., Öztürk, M., Arıkan, H., İnal İnce, D., ve Tokgözoğlu, L. (2006). Üniversite Öğrencilerinin Fiziksel Aktivite Düzeyleri. *Türk Kardiyoloji Derneği Arşivi*, 166-172.
- Saya, P. (2006). *Lise Öğrencilerinde Bağlanma Biçimleri ve Mükemmeliyetçilik İlişkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

- Saygılı, G., Atay, E., Eraslan, M., ve Hekim, M. (2015). Düzenli Olarak Spor Yapan ve Yapmayan Öğrencilerin Kişilik Özellikleri ile Akademik Başarıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 161-170.
- Sezer, Ö. (2007). Sınıf Tekrar Eden Öğrencilerin Bazı Demografik Özellikleri ile Bu Öğrenciler ve Öğretmenlerinin Sınıf Tekrar Etme Hakkındaki Görüşleri. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 31-48.
- Siegle, D., ve Schuler, P. A. (2000). Perfectionism Differences in Gifted Middle School Students. *Roeper Review*, 39-44.
- Slaney, R. B., Rice, K. G., Mobley, M., Trippi, J., ve Ashby, J. S. (2001). The Revised Almost Perfect Scale. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 130-145.
- Smith, M. M., Saklofske, D. H., Stoeber, J., ve Sherry, S. B. (2016). The Big Three Perfectionism Scale: A New Measure of Perfectionism. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 670-687.
- Stephard, R. J. (1997). Curricular Physical Activity and Academic Performance. *Human Kinetics Journals*, 113-126.
- Stirling, A. E., ve Kerr, G. A. (2006). Perfectionism and Mood States Among Recreational and Elite Athletes. *The Online Journal of Sport Psychology*, 13-27.
- Stoeber, J. (2014). Perfectionism in Sport and Dance: A Double-Edged Sword. *International Journal of Sport Psychology*, 385-394.
- Stoeber, J., ve Eismann, U. (2007). Perfectionism in Young Musicians: Relations with Motivation, Effort, Achievement, and Distress. *Personality and Individual Differences*, 2182-2192.
- Stoeber, J., ve Otto, K. (2006). Positive Conceptions of Perfectionism: Approaches, Evidence, Challenges. *Personality and Social Psychology Review*, 295-319.
- Stoeber, J., ve Rambow, A. (2006). Perfectionism In Adolescent School Students: Relations. *Personality and Individual Differences*, 1379-1389.
- Stoeber, J., ve Stoeber, F. S. (2009). Domains of Perfectionism: Prevalence and Relationships with Perfectionism, Gender, Age, and Satisfaction With Life. *Personality and Individual Differences*, 530-535.

- Stoeber, J., Sherry, S. B., ve Nealis, L. J. (2015). Multidimensional Perfectionism and Narcissism: Grandiose or Vulnerable? *Personality and Individual Differences*, 85-90.
- Stornelli, D., Flett, G. L., ve Hewitt, P. L. (2009). Perfectionism, Achievement, and Affect in Children: A Comparison of Students From Gifted, Arts, and Regular Programs. *Canadian Journal of School Psychology*, 267-283.
- Stumpf, H., ve Parker, W. D. (2000). A Hierarchical Structural Analysis of Perfectionism and Its Relation to Other Personality Characteristics. *Personality and Individual Differences*, 837-852.
- Sturman, E. D., Flett, G. L., Hewitt, P. L., ve Rudolph, S. G. (2009). Dimensions of Perfectionism and Self-worth Contingencies in Depression. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 213-231.
- Sun Selşik, Z. E. (2003). *The Dimensions of Perfectionism And Their Relations To Helpless Explanatory Style*. Yüksek Lisans Tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Şahin, H. (2011). *Lise Öğrencilerinde Mükemmeliyetçilik ve Saldırganlık İlişkisi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Şaşmaz, D. (2015). *Artık Mükemmeliyetçi Değilim*. İstanbul: Bizim Kitaplar.
- Şeker, R., Çınar, D., ve Özkaya, A. (2004). *Çevresel Faktörlerin Üniversite Öğrencilerinin Başarı Düzeyine Etkileri*. XIII. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı'nda sunulan bildiri, İnönü Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Malatya.
- Şevik, Y. (2014). *İlkokul Müdür ve Müdür Yardımcılarının Öğrencilerin Akademik Başarısını Etkileyen Faktörlere İlişkin Görüşleri ile Akademik Başarısına Katkıları*. Yüksek Lisans Tezi, Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Burdur.
- Tanır, H. (2013). *İlköğretim 8. Sınıf Öğrencilerinde Fiziksel Aktivite Düzeyi ve Bazı Antropometrik Özelliklerin Akademik Başarı ile İlişkisi*. Doktora Tezi, Kırıkkale Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kırıkkale.
- Taşoğlu, M. (2010). *Coğrafya Öğretiminde Okul Dışı Etkinliklerin Öğrencinin Akademik Başarısına Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

- Tazegül, Ü., ve Güven, Ö. (2015). Vücut Geliştirme Sporcuları ile Farklı Spor Dallarındaki Elit Sporcuların ve Spor Yapmayan Bireylerin Narsisizm Seviyelerinin Karşılaştırılması. *International Journal of Social Science*, 465-473.
- Terry-Short, L. A., Owens, R. G., Slade, P. D., ve Dewey, M. E. (1995). Positive and Negative Perfectionism. *Personality and Individual Differences*, 663-668.
- Tezcan, H. (2015). *Rehberlik ve Psikolojik Danışma Öğrencilerinin Öz Duyarlıkları ile Mükemmeliyetçilikleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Üniversitesi, İstanbul.
- Trudeau, F., ve Shephard, R. J. (2008). Physical Education, School Physical Activity, School Sports and Academic Performance. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 1-12.
- Tuncer, B., ve Voltan-Acar, N. (2006). Kaygı Düzeyleri Farklı Üniversite Hazırlık Sınıfı Öğrencilerinin Mükemmeliyetçilik Özelliklerinin İncelenmesi. *Kriz Dergisi*, 1-15.
- Tunçel, Z., ve Saracaloğlu, A. S. (1999). Spor Yüksekokulları Öğrencilerinin Başarılarını Etkileyen Faktörler. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 63-76.
- Türk Dil Kurumu. (2011). *Büyük Türkçe Sözlük*. Ankara: Türk Dil Kurumu Yayınları.
- Türkiye İstatistik Kurumu. (2015). *Zaman Kullanım Araştırması*. Ankara: Türkiye İstatistik Kurumu.
- Uz Baş, A. (2011). Dimensions of Perfectionism in Elementary School-Aged Children: Associations with Anxiety, Life Satisfaction, and Academic Achievement. *Eğitim ve Bilim*, 261-272.
- Voigt, D. (1998). *Spor Sosyolojisi*. (A. Atalay, Çev.) İstanbul: Alkım Yayınevi.
- Won, S. J., ve Han, S. (2010). Out-of-School Activities and Achievement Among Middle School Students in the U.S. and South Korea. *Journal of Advanced Academics*, 628-661.
- Yaoar, A. A. (2008). *Üniversite Öğrencilerinin Mükemmeliyetçi Kişilik Özelliği ile Empati Düzeylerinin Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Yerlisu Lapa, T., Varol, R., Tuncel, E. F., Ağyar, E., ve Certel, Z. (2012). Belediye'ye Ait Park Alanlarını Sportif Amaçlı Kullanan Bireylerin Katılımlarının ve Beklentilerinin İncelenmesi: Bornova Örneği. *I. Rekreasyon Araştırmaları Kongresi*, (s. 851-865). Antalya.

- Yeşilyaprak, B. (2012). *21. Yüzyılda Eğitimde Rehberlik Hizmetleri*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Yıldırım, M. (2007). *Şiddete Başvuran ve Başvurmayan Ergenlerin Yalnızlık Düzeyleri ve Akran Baskısı Düzeyleri Açısından İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Yıldırım, M. (2015). *Üniversite Öğrencilerinin Spora Dayalı Fiziksel Aktivitelere Katılımları ve Yaşam Kalitelerinin Akademik Başarı ve Sosyalleşme Üzerine Etkisi*. Doktora Tezi, Anadolu Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Yıldız, M., Sezen, A., ve Yenen, İ. (2007). İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinde Durumluk-Sürekli Kaygı Düzeyleri ile Akademik Güdülenmeler Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Dokuz Eylül Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 213-239.
- Yusupu, R. (2015). *Üniversite Öğrencilerinde Kariyer Kararları ile Mükemmeliyetçilik, Öğrenme Motivasyonu ve Akademik Başarı Arasındaki İlişkiler*. Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.



## EKLER

### EK-1. Araştırma Anketi

#### Değerli Katılımcı,

Bu araştırmada “**Spor Bilimleri Alanında Öğrenim Gören Öğrencilerin Akademik Başarıları ile Mükemmeliyetçilik Düzeyleri Arasındaki İlişkinin Karşılaştırılması**” başlıklı çalışmamıza veri toplamak için siz değerli katılımcıların görüşlerine başvurulmuştur. Ölçeklerimizdeki maddelerin değerlendirilmesinde doğru veya yanlış cevap yoktur. Değerlendirmelerinizi yaparken sizin için en uygun olan seçeneği işaretlemeniz yeterli olacaktır. Bu araştırma doğrultusunda elde edilecek olan veriler sadece bu araştırmada değerlendirilmek üzere kullanılacaktır. Veriler hiçbir şekilde bir üçüncü şahıs veya kurumla paylaşılmayacaktır. Araştırmamıza katılımda gönüllülük esastır. Anketi doldurmayı istediğiniz an bırakabilirsiniz. Ölçek maddelerini değerlendirirken göstereceğiniz samimiyet ve dürüstlük bizim için çok önemlidir. Verdiğiniz katkıdan dolayı teşekkür ederiz.

Muhammed KANIK

Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü  
Beden Eğitimi Öğretmenliği Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Öğrencisi  
**İrtibat için elektronik-posta:** kanikmuhammed@gmail.com

### I - BÖLÜM – Kişisel Bilgiler

Yaş: \_\_\_\_\_

Cinsiyet:  Erkek  Kadın

Bölümünüz: \_\_\_\_\_

Lisans Not Ortalamanız: \_\_\_\_\_

Aktif spor yapıyor musunuz:  Evet  Hayır

Cevabınız evet ise branşınız: \_\_\_\_\_

Okul eğitiminiz dışında kişisel gelişiminize katkı sağlamak adına faaliyetleriniz var ise son 3 faaliyeti belirtiniz (yabancı dil kursu, bilgisayar kursu, konferans, çalıştay, seminer vb.).

1) \_\_\_\_\_ 2) \_\_\_\_\_ 3) \_\_\_\_\_

### II. BÖLÜM – Ölçekler

**Açıklama:** Aşağıdaki ölçek bireylerin mükemmeliyetçilik düzeylerini değerlendirmek üzere hazırlanmış ifadelerden oluşmaktadır. Lütfen aşağıdaki maddeleri dikkatlice okuyunuz. Her bir ifadeye 1’den 5’e kadar ne derece katıldığınızı aşağıdaki ölçeği kullanarak belirtiniz. Sizin için uygun olduğunu düşündüğünüz kutucuğun üzerine “X” işareti koyunuz.

		Hiç Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
1.	Mükemmel olmayı çok istiyorum.	1	2	3	4	5
2.	Olabildiğince kusursuz olmak için çabalarım.	1	2	3	4	5
3.	Mükemmellikten daha azına asla razı olmam.	1	2	3	4	5
4.	Girişimde bulunduğum her şeyde mükemmel olmak benim için önemlidir.	1	2	3	4	5
5.	Bir şeyi ya kusursuz yaparım ya da hiç yapmam.	1	2	3	4	5
6.	Kendimi iyi hissetmem için her zaman kusursuzu hedeflerim.	1	2	3	4	5
7.	Mükemmeliyete ulaşmak için çabalamayı bırakmış olsaydım, kendime olan saygımı yitirdim.	1	2	3	4	5

		HİÇ Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
8.	Birey olarak değerim mükemmel olmama bağlıdır.	1	2	3	4	5
9.	Mümkün olduğu kadar mükemmel olmaya çalışmak beni değerli hissettirir.	1	2	3	4	5
10.	Kendimle ilgili düşüncelerim mükemmel olmaya bağlıdır.	1	2	3	4	5
11.	Bir hata yaptığımda başarısız olmuş gibi hissederim.	1	2	3	4	5
12.	Hata yapma ihtimali karşısında çok kaygılanırım.	1	2	3	4	5
13.	Hata yapma fikri beni korkutur.	1	2	3	4	5
14.	Hata yaptığımı hissedince utanırım.	1	2	3	4	5
15.	Küçük bir hata yapmak bile beni üzer.	1	2	3	4	5
16.	Hareketlerimin çoğu hakkında tereddüt duyarım.	1	2	3	4	5
17.	Yaptığım çoğu şeyden emin değilim.	1	2	3	4	5
18.	Yaptığım her şeyde şüphelerim vardır.	1	2	3	4	5
19.	Yaptığım işleri doğru yapıp yapmadığımdan asla emin olamam.	1	2	3	4	5
20.	Bir şeyi doğru yapıp yapmadığımdan şüphe duyma eğilimindeyimdir.	1	2	3	4	5
21.	Bir şeyi kusursuz bir şekilde yapmazsam kendimi acımasızca yargılarım.	1	2	3	4	5
22.	Performansım mükemmelliğin altında kaldığında öfkenden deliye dönerim.	1	2	3	4	5
23.	Bir şeyi mükemmel bir şekilde yapmadığımda kendimi hayal kırıklığına uğramış hissederim.	1	2	3	4	5
24.	Performansım kusursuz olmadığında kendimi affetmekte zorlanırım.	1	2	3	4	5
25.	İnsanlar benden çok şey bekler.	1	2	3	4	5
26.	Bir işi mükemmel yapmadığımda insanlar hayal kırıklığına uğrar.	1	2	3	4	5
27.	İnsanların benden aşırı beklentileri vardır.	1	2	3	4	5
28.	Herkes benden mükemmel olmamı bekler.	1	2	3	4	5
29.	Arkadaşlarım ve ailemden kusursuz olmalarını beklerim.	1	2	3	4	5
30.	Başkalarının yaptığı her şey kusursuz olmalı.	1	2	3	4	5
31.	Bana yakın olan insanların mükemmel olmasını beklerim.	1	2	3	4	5
32.	İnsanlar onlardan çok şey beklediğimden şikâyet ederler.	1	2	3	4	5
33.	Diğer insanların işlerini mükemmel şekilde yapmaları benim için önemlidir.	1	2	3	4	5
34.	İnsanların hataları hakkında oldukça eleştirelimdir.	1	2	3	4	5
35.	Başkaları hata yaptığında sinirlenirim.	1	2	3	4	5
36.	Başkalarının ellerinden gelenin en iyisini yaptığını bilsem bile kendimi tatminsiz hissederim.	1	2	3	4	5
37.	Başkalarının hatalarını yakalamakta hızlıyım.	1	2	3	4	5
38.	Özel muameleyi hak ediyorum.	1	2	3	4	5
39.	Diğer insanların benim için kuralları esnetmesini beklerim.	1	2	3	4	5
40.	İnsanlar benim ne kadar mükemmel olduğumu fark etmediklerinde rahatsız olurum.	1	2	3	4	5
41.	Her şeyin benim istediğim gibi olmasını hak ederim.	1	2	3	4	5
42.	Yaptığım her işte kesinlikle en iyiyim.	1	2	3	4	5
43.	Mükemmel olduğumu biliyorum.	1	2	3	4	5
44.	Diğer insanlar gizliden gizliye benim mükemmelliğime hayrandır.	1	2	3	4	5
45.	Diğer insanlar benim üstün yeteneklerimi kabul ederler.	1	2	3	4	5

## EK-2. Ölçek İzni

19.08.2017

Gmail - Permission for "Perfectionism Scale"



Muhammed Kanik <kanikmuhammed@gmail.com>

### Permission for "Perfectionism Scale"

**Martin Smith** <msmit454@uwo.ca>  
 Alici: Muhammed Kanik <kanikmuhammed@gmail.com>

26 Mayıs 2017 17:49

Dear Muhammed,

Thank you for your interest in our scale. Sounds like a fascinating study. Without hesitation I grant you permission to use our scale.

Best,

Martin

--

Martin M. Smith, MSc., Ph.D. Candidate  
 Department of Psychology  
 Personality and Measurement  
 The University of Western Ontario  
 Social Science Center, 7316  
 London, Ontario, Canada, N6A 3K7  
[Google Scholar](#) -- [ResearchGate](#) -- [Academia.edu](#)

**From:** Muhammed Kanik <kanikmuhammed@gmail.com>  
**Sent:** Friday, May 26, 2017 9:51:01 AM  
**To:** Martin Smith  
**Subject:** Permission for "Perfectionism Scale"

Dear Smith,  
 I am writing you from Turkey. I am a master student in Department of Physical Education and Sports in Abant İzzet Baysal University. I am planning to conduct a research on perfectionism levels of physical education and sport department students. If you give me permission I want to use your "Perfectionism Scale" in my study. I will be waiting for good news. Thanks for your consideration...

Best regards,

--

**EK-3. Ölçek Uygulama İzni**

A.İ.B.Ü - Gelen Evrak No: 08/04/2019-E.9680



T.C.  
BARTIN ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ  
Öğrenci İşleri Daire Başkanlığı



Sayı : 44030360-730.08.03-E.1900024635  
Konu : Anket İzni Hk. (Muhammed  
KANIK)

08/04/2019

BOLU ABANT İZZET BAYSAL ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜNE

İlgi : Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Rektörlüğünün (Öğrenci İşleri Daire Başkanlığı) 20.03.2019 tarihli ve 79594239-302.14.03.05.01-E.2991 sayılı yazısı.

Üniversiteniz Eğitim Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi Öğretmenliği Ana Bilim Dalı Beden Eğitimi Öğretmenliği Bilim Dalı tezli yüksek lisans programı öğrencisi Muhammed KANIK'ın hazırlamış olduğu "Spor Bilimleri Alanında Okuyan Öğrencilerin Akademik Başarıları ile Mükemmeliyetçilik Düzeyleri Arasındaki İlişkinin Karşılaştırılması" konulu tez çalışmasına veri sağlamak amacıyla Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulumuzda eğitim gören öğrencilere yönelik anket uygulaması yapılabilmesi uygun görülmüştür.  
Bilgilerinizi ve gereğini arz ederim.

*e-İmzalıdır*

Prof. Dr. Sedat YAZICI  
Rektör a.  
Rektör Yardımcısı

Belge Doğrulamak İçin: <http://ubys.bartın.edu.tr/ERMS/Record/ConfirmationPage/Index> adresinden M77A9FC kodu girerek belgeyi doğrulayabilirsiniz.

Adres : Bartın Üniversitesi Rektörlüğü  
Merkez/bartın,74100

Bilgi İçin İrtibat : Dilek Kuvvetlioğlu - Bilgisayar İşletmeni

Telefon : (0 378) 2235298

Belgegeçer No : (0 378) 2235042

dkuvvetlioglu@bartın.edu.tr

İnternet Adresi : <http://www.bartın.edu.tr/>

**Bu belge, 5070 sayılı Elektronik İmza Kanununa göre Güvenli Elektronik İmza ile imzalanmıştır.**  
Evrak sorgulaması [http://e-belge.bu.edu.tr/en/Vision/Validate\\_Doc.aspx?V=BENPB722N](http://e-belge.bu.edu.tr/en/Vision/Validate_Doc.aspx?V=BENPB722N) adresinden yapılabilir.

Evrak Tarih ve Sayısı: 28/03/2019-E.20462



T.C.  
BOLU ABANT İZZET BAYSAL ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ  
Öğrenci İşleri Daire Başkanlığı

Sayı : 79594239-302.14.03/  
Konu : Araştırma İzni (Muhammed KANIK)

EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

İlgi : 14/03/2019 tarih ve 17017 sayılı Araştırma İzin İstemi (Muhammed KANIK) konulu yazımız.

Enstitünüz Beden Eğitimi Öğretmenliği Ana Bilim Dalı Beden Eğitimi Öğretmenliği Bilim Dalı yüksek lisans programı öğrencisi Muhammed KANIK'ın "Spor Bilimleri Alanında Okuyan Öğrencilerin Akademik Başarıları ile Mükemmeliyetçilik Düzeyleri Arasındaki İlişkinin Karşılaştırılması" konulu tez çalışmasına veri sağlamak amacıyla Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu bölümlerinde eğitim gören öğrencilere anket uygulama talebi Rektörlüğümüz tarafından uygun görülmüştür.

Konunun ilgili öğrenciye bildirilmesi hususunda bilgilerinizi ve gereğini rica ederim.

**e-imzalıdır**

Prof. Dr. Erol AYAZ  
Rektör Yardımcısı

Evrak Tarih ve Sayısı: 21/03/2019-E.17739



T.C.  
DÜZCE ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ  
Öğrenci İşleri Daire Başkanlığı



Sayı :57909333/302.08.01/  
Konu :Araştırma İzni (Muhammed  
KANIK)

SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ DEKANLIĞINA

Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi Öğretmenliği Ana Bilim Dalı Beden Eğitimi Öğretmenliği Bilim Dalı tezli yüksek lisans programı öğrencisi Muhammed KANIK'ın "Spor Bilimleri Alanında Okuyan Öğrencilerin Akademik Başarıları ile Mükemmeliyetçilik Düzeyleri Arasındaki İlişkinin Karşılaştırılması" konulu tez çalışmasına veri sağlamak amacıyla biriminiz öğrencilerine anket çalışması uygun bulunmuştur.

Gereğini ve bilgilerinizi rica ederim.

E - imzalıdır.

Prof.Dr. İlhan GENÇ  
Rektör a.  
Rektör Yardımcısı

EKLER :  
1- Etik Kurul Raporu  
2- Dilekçe  
3- Araştırma Önerisi  
4- Anket  
5- Anket İzni

20/03/2019 Mem.	: A.ÖZCAN
20/03/2019 Şb.Müd.	: A.GÜVEMLİ
20/03/2019 Öğ.İş.D.Şşk.	: R.EKİNCİ
20/03/2019 Gen. Sek. Yrd.	: B.GÜNDOĞDU
20/03/2019 G.Sek.	: H.S.ATEŞ

<https://ebys.duzce.edu.tr/envision-Dogrula/BelgeDogrulama.aspx>

BARKOD NO: \*BE6PB73LY\*

Konuralp Yerleşkesi Konuralp/DÜZCE 81600  
Tel: : 0(380) 542 1118  
E-Posta: :

Ayrıntılı bilgi için irtibat: Aysun Özcan  
Faks: 0(380) 542 1119  
Elektronik ağ:www.ogrencisleri.duzce.edu.tr



Bu belge 5070 sayılı Elektronik İmza Kanununun 5. Maddesi gereğince güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.



T.C.  
KARABÜK ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ  
Genel Sekreterlik



Sayı : 32469041-045.99-E.3333  
Konu : Araştırma İzni (Muhammed KANIK)

25/03/2019

BOLU ABANT İZZET BAYSAL ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜNE

İlgi : 20/03/2019 tarihli ve 2991 sayılı yazı.

Üniversiteniz Eğitim Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi Öğretmenliği Ana Bilim Dalı Beden Eğitimi Öğretmenliği Bilim Dalı tezli yüksek lisans programı öğrencisi Muhammed KANIK, Doç. Dr. Ünal KARLI'nın danışmanlığında "Spor Bilimleri Alanında Okuyan Öğrencilerin Akademik Başarıları ile Mükemmeliyetçilik Düzeyleri Arasındaki İlişkinin Karşılaştırılması" konulu tez çalışmasını Üniversitemiz Hasan Doğan Beden Eğitimi Spor Yüksekokulunda eğitim gören öğrenciler ile yapabilmeyi ilgi sayılı yazı ile talep etmektedir.

Söz konusu çalışmanın Üniversitemiz Hasan Doğan Beden Eğitimi Spor Yüksekokulu öğrencileri ile öğrencilerin eğitim ve öğretimlerini aksatmayacak şekilde yapılabilmesi Üniversitemiz Rektörlüğünün 22/03/2019 tarih ve 12954 sayılı yazısı ile uygun görülmüş olup, bir örneği ekte sunulmuştur.

Bilgilerinizi ve gereğini arz ederim.

**e-İmzalıdır**  
Prof. Dr. Refik POLAT  
Rektör

Ek: Tez Çalışması Hk (11 sayfa)

**Evrakı Doğrulamak İçin** : [https://ebys.karabuk.edu.tr/enVision/Validate\\_Doc.aspx?V=BEND4E9FR](https://ebys.karabuk.edu.tr/enVision/Validate_Doc.aspx?V=BEND4E9FR)

Adres:Demir Çelik Kampüsü Rektörlük Binası Merkez/Karabük  
Telefon:(370) 418-7900 Faks(370) 418-7902  
e-Posta:genelsekreterlik@karabuk.edu.tr Elektronik Ağ:http://gensek.karabuk.edu.tr

Bilgi için: Demet ÖZDEMİR  
Unvanı: Bilgisayar İşletmeni



Bu belge, 5070 sayılı Elektronik İmza Kanununa göre Güvenli Elektronik İmza ile imzalanmıştır



T.C.  
KOCAELİ ÜNİVERSİTESİ  
Spor Bilimleri Fakültesi Dekanlığı



Sayı : 39162747-044/  
Konu : Muhammed KANIK'ın Anket  
Çalışması İzni Hk.

REKTÖRLÜĞE

İlgi : 20/03/2019 tarihli, 2991 sayılı ve "Araştırma İzni (Muhammed KANIK)" konulu yazı

Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi Öğretmenliği Ana Bilim Dalı Beden Eğitimi Öğretmenliği Bilim Dalı tezli yüksek lisans programı öğrencisi Muhammed KANIK'ın "Spor Bilimleri Alanında Okuyan Öğrencilerin Akademik Başarıları ile Mükemmeliyetçilik Düzeyleri Arasındaki İlişkinin Karşılaştırılması" konulu tez çalışmasına veri sağlamak amacıyla Fakültemizde öğrenim öğrencilere anket uygulama talebini dekanlığımızın uygun görüşü ile gereği için onayımıza arz ederim.

**Prof.Dr. Hakan DEMİR**  
Dekan Vekili

EK :  
İlgi yazı ve ekleri

DAĞITIM  
Gereği:  
Rektör Yardımcılığı (Eğitim Öğretim)

Bilgi:  
Doç.Dr. Elif KARAGÜN  
Doç.Dr. Betül BAYAZIT  
Doç.Dr. Elif KARAGÜN  
Doç.Dr. Serap ÇOLAK  
Doç.Dr. Kürşad SERTBAŞ  
Doç.Dr. Bergün MERİÇ BİNGÜL  
Selçuk ALPASLAN  
Süheyla KUYUCU  
Tuba BOZKURT  
Pınar BULUT

**Ek Üzerindeki Mevcut Elektronik İmzalar**

HAKAN DEMİR (Spor Bilimleri Fakültesi Dekanlığı - Dekan Vekili) 22/03/2019 10:43



Evrak Tarihi ve Sayısı: 26/03/2019-16715



T.C.  
ZONGULDAK BÜLENT ECEVİT ÜNİVERSİTESİ  
Genel Sekreterlik

Sayı : 39633678/605.01/  
Konu : Araştırma İzni (Muhammet KANIK)

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEKOKULU MÜDÜRLÜĞÜNE

İlgi : 20/03/2019 tarihli ve 98801420- 605.01- 15673 sayılı yazınız.

Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi Öğretmenliği Ana Bilim Dalı Beden Eğitimi Öğretmenliği Bilim Dalı tezli yüksek lisans programı öğrencisi Muhammed KANIK'ın, "Spor Bilimleri Alanında Okuyan Öğrencilerin Akademik Başarıları ile Mükemmeliyetçilik Düzeyleri Arasındaki İlişkinin Karşılaştırılması" konulu tez çalışmasını Yüksekokulunuzda eğitim gören öğrencilere uygulanması talebi Rektörlüğümüzce uygun görülmüştür.

Bilgilerinizi rica ederim.

c-İmzalıdır  
Prof. Dr. Veysel Haktan ÖZACMAK  
Rektör a.  
Rektör Yardımcısı

Dağıtım:  
Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu  
Müdürlüğüne

Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi Rektörlüğü, 67100 Zonguldak AYRINTILI BİLGİ İÇİN İRİBAZ: S.GÜNDOĞ  
Tel: (0372) 291 14 96- 291 13 47 Faks: (0372) 257 21 40  
E-Posta: gensok@beun.edu.tr; Elektronik Ağ: http://w3.beun.edu.tr/  
KEP Adresi: beun@hsgn.kep.tr

Bu belge 5070 sayılı Elektronik İmza Kanununun 5. Maddesi gereğince güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

## EK-4. Etik Kurul İzni



**Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi**  
**Sosyal Bilimlerde İnsan Araştırmaları Etik Kurulu**

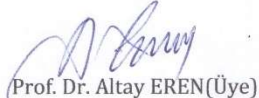
**Araş. Gör. Muhammed KANIK**  
 Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi  
 Eğitim Fakültesi  
 Beden Eğitimi Öğretmenliği ABD

Sayın Araş. Gör. Muhammed KANIK,

"Spor Bilimleri Alanında Öğrenim Gören Öğrencilerin Akademik Başarıları ile Mükemmeliyetçilik Düzeyleri Arasındaki İlişkinin Karşılaştırılması" İnsan Araştırmaları Etik Kuruluna yapmış olduğunuz başvuru (Protokol NO. 2019/31) kurulumuzun 26.02.2019 tarihli ve 2019/02 toplantısında değerlendirilerek etik olarak uygun bulunmuştur. Bilgilerinize sunarız.

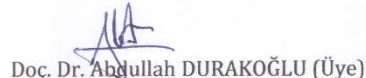
  
 Prof. Dr. Hamit COŞKUN (Başkan)

  
 Prof. Dr. Mehmet ERYİĞİT (Üye)

  
 Prof. Dr. Altay EREN (Üye)

  
 Doç. Dr. H. Bırol YALÇIN (Üye)

  
 Doç. Dr. Seval ALKOY (Üye)

  
 Doç. Dr. Abdullh DURAKOĞLU (Üye)

  
 Av. Zuhale Demirci (Üye)

## ÖZGEÇMİŞ

10.02.1987 yılında Afyon'da doğdum. İlköğrenimimi Dürdane Özdilek İlköğretim Okulu, ortaöğrenimimi Çelik Halat Lisesi'nde tamamladım. 2010 yılında Kocaeli Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği bölümünden mezun oldum. Öğretmenlik mesleğinde ilk görevimi Bingöl Karlıova ilçesi, Çukurtepe Ortaokulu'nda yaptım ve 2015 yılından beri Kocaeli Başiskele ilçesi Kullar Kartonsan Ortaokulu'nda görevime devam etmekteyim. Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi Öğretmenliği Anabilim Dalı'nda yüksek lisans eğitimimi sürdürmekteyim. Kocaeli'nin Kartepe ilçesinde ikamet etmekteyim ve yabancı dilim İngilizcedir.

### İletişim

e-posta : [kanikmuhammed@gmail.com](mailto:kanikmuhammed@gmail.com)

Telefon: 554 600 51 51