



**EĞİTİM FAKÜLTESİ VE SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN
DEPRESYON VE MOTİVASYON BİLGİ DÜZEYLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI**

Rezzan DEMİRCİ

Yüksek Lisans Tezi

Danışman: Doç. Dr. Gökhan ACAR

Uşak

Ekim 2017

**EĞİTİM FAKÜLTESİ VE SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN
DEPRESYON VE MOTİVASYON BİLGİ DÜZEYLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI**

Rezzan DEMİRCİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı

Danışman: Doç. Dr. Gökhan ACAR

Uşak Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü

Uşak 2017

YÜKSEK LİSANS TEZ ÖZETİ

EĞİTİM FAKÜLTESİ VE SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN DEPRESYON VE MOTİVASYON BİLGİ DÜZEYLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI

Rezzan DEMİRCİ

Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı

Uşak Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2017

Danışman: Doç.Dr. Gökhan ACAR

Bu araştırmada spor bilimleri ve eğitim fakültesi öğrencilerinin depresyon ve motivasyon bilgi düzeyleri karşılaştırılmış ve sonuçlar ortaya konulmuştur. Araştırmanın evrenini 2016-2017 eğitim öğretim yılında Uşak Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi ve Eğitim Fakültesi öğrencileri olmak üzere toplamda 259 öğrenci tesadüfi (random) metodu ile belirlenmiştir.

Yapılan anket çalışmasında elde edilen veriler SPSS 13.0 istatistik programı yardımıyla analiz edilerek değerlendirilmiştir. Araştırmaya katılan öğrencilerin demografik durumlarının belirlenmesinde frekans (f), öğrencilerin kendileriyle ilgili depresyon algılarının motivasyonlarına etkisini ölçmek için korelasyon analizi uygulanmıştır. Öğrencilerin depresyon algıları ve motivasyon durumları ile ilgili görüşlerinin demografik özelliklerine göre fark gösterip göstermediğinin belirlenmesinde t testi ve tek yönlü anova testi uygulanmıştır. Öğrencilerin depresyon algıları ile motivasyon düzeyleri arasında nasıl bir ilişki olduğunu belirlemek için Pearson Korelasyonu yapılmıştır.

Öğrencilerin depresyon algıları ile ilgili sorulara verdikleri cevapların ortalamaları $ort=1,49$ olarak belirlenmiştir. Buna göre araştırmaya katılan öğrencilerde genel olarak depresyon belirtileri görülmemiştir. Depresyon ölçeğinin sorularına tek tek bakıldığı zaman yalnızca bir soruda düşük düzeyde depresyon algısı görülmüştür. Altıncı maddede "*Bazı şeyler için cezalandırılabilceğimi hissediyorum*" şeklinde sonuç ortaya çıkmıştır.

Öğrencilerin depresyon algıları için beden eğitimi spor öğretmenliği bölümü öğrencileri ile spor yöneticiliği ve eğitim fakültesi öğrencileri arasında anlamlı fark olduğu görülmektedir.

Ortamalar arası farklılıklara bakıldığında beden eğitimi spor öğretmenliği bölümünde öğrenim gören öğrencilerin depresyon algıları spor yöneticiliği ve sınıf öğretmenliği bölümünde öğrenim gören öğrencilere göre anlamlı bir şekilde daha düşük bulunmuştur.

Öğrencilerin depresyon algıları ile motivasyon düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığını belirlemek için yapılan korelasyon analizleri sonucunda, öğrencilerin depresyon algıları ile genel motivasyon algıları, motivasyonun içgüdüsel süreç boyutu, araçsal boyutu, dış benlik kavramı boyutu, içsel benlik kavramı boyutu arasında anlamlı bir ilişki görülmemiştir. Sadece öğrencilerin depresyon algıları ile hedef içselleştirme boyutu arasında çok düşük düzeyde bir negatif korelasyon bulunmuştur. Buna göre öğrencilerin depresyon algıları düştükçe hedef içselleştirme boyutunda motivasyonları çok düşük düzeyde bir artış göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: Depresyon, Motivasyon, Öğrenci.

ABSTRACT OF MASTER'S THESIS

COMPARISON OF THE KNOWLEDGE LEVELS OF THE STUDENTS OF THE TEACHERS' COLLEGES AND THE FACULTY OF SPORTS SCIENCES ON DEPRESSION AND MOTIVATION

Rezzan DEMIRCI

Department of Physical Education and Sports Teaching,

Institute of Social Sciences, Usak University, 2017

Supervisor: Assoc. Prof. Gokhan ACAR, Ph.D.

The present study compares the knowledge levels of the students of the faculty of sports sciences and the students of the teachers' college and presents the results. The sample of the study comprised a total of 259 students studied in the Faculty of Sports Sciences and in the Teachers' College in Uşak University in the 2016-2017 Academic Year, who were determined by the random selection method.

The average of the responses of the students to the questions about their depression perceptions was determined to be 1.49. Accordingly, no signs of depression were determined among the students who took part in the study in general. When the questions in the depression scale were examined individually, a low level of depression perception was determined only for one question. In the 6th entry, the result of "*I feel I will be punished for something.*" was obtained.

A statistically significant difference was found between the students studying in the Department of Physical Education and Sports Teaching and the ones studying in the Department of Sports Management and in the Teachers' College. When the differences between the averages were examined, the depression perception of the students studying in the Department of Physical Education and Sports Teaching was found to be statistically significantly lower comparing to the depression perception of the students studying in the Departments of Sports Management and Classroom Teaching.

As a result of the correlation analyses carried out in order to determine whether there was a statistically significant difference between the depression perception of the students and their level of motivation, no statistically significant difference was found between the depression perception of the students and their general perception of motivation, its dimension of 'instinctual process', its instrumental dimension, its dimension of 'external self concept' and its dimension of 'internal self concept'. A very low level of negative correlation was determined only between the students' depression perception and the dimension of target internalization. Accordingly, it can be said that the motivation of the students increases slightly in the dimension of the target internalization depending on the decrease in the depression perception of the students.



Key Words: Depression, Motivation, Student.

JÜRİ VE ENSTİTÜ ONAYI

Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı yüksek lisans programı 144017005 No’lu öğrencisi Rezzan DEMİRCİ’nin “Eğitim Fakültesi ve Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Depresyon ve Motivasyon Bilgi Düzeylerinin Karşılaştırılması” adlı tezi 31/10/2017 tarihinde, aşağıdaki jüri tarafından Uşak Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Lisansüstü Eğitim Öğretim ve Sınav Yönetmeliğinin ilgili maddeleri uyarınca, Yüksek Lisans tezi olarak değerlendirilerek kabul edilmiştir.

JÜRİ ÜYELERİ

İmza

Üye (Tez Danışmanı) :

Doç. Dr. Gökhan ACAR

Üye :

Yrd. Doç. Dr. Ahmet ŞAHİN

Üye :

Yrd.Doç. Dr. Ali PULAT

Üye :

Yrd. Doç. Dr. Abdusselam KÖSE

Üye :

Yrd. Doç. Dr. Mihriay MUSA

Enstitü Müdürü

Prof. Dr. Mehmet KARAYAMAN

ÖNSÖZ

Yüksek lisans yapmam konusunda bana cesaret veren ve her zaman desteğiyle yanımda duran burada isimlerini sayamadığım emeği geçen tüm dostlarıma teşekkürler...

Rezzan DEMİRCİ
Uşak- 2017

ÖZGEÇMİŞ

1992 Kayseri doğumlu olan Rezzan DEMİRCİ, ilk ve orta öğrenimini Mehmet Soysaraç İlköğretim Okulu' nda, lise öğrenimini Kayseri Kız Meslek Lisesi' nde tamamlamıştır. 2014 yılında Ahi Evran Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü' nden mezun olmuştur.

KISALTMALAR

- % : Yüzde
- \bar{x} : Aritmetik Ortalama
- **Akt**: Aktaran
- **Çev.** : Çeviren
- **Diğ**: Diğerleri
- **Ed**: Editör
- **F** : F Değeri (Anova Testinde Varyans Değeri)
- **f** : Frekans
- **N** : Denek Sayısı
- **p** : Anlamlılık Düzeyi
- **pp** : Page Paper (Sayfa numarası)
- **s.** : Sayfa
- **Ss** : Standart Sapma
- **Sd**: Serbestlik Derecesi
- **SPSS** : Statistical Package for the Social Sciences
- **t** : T Değeri (t-testi Değeri)
- **BDÖ**: Beck Depresyon Ölçegi

İÇİNDEKİLER

YÜKSEK LİSANS TEZ ÖZETİ.....	i
ABSTRACT	iii
JURİ ve ENSTİTÜ ONAYI.....	v
ÖNSÖZ.....	vi
ÖZGEÇMİŞ.....	vii
KISALTMALAR.....	viii
İÇİNDEKİLER.....	ix
TABLolar LİSTESİ.....	xii
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	xiv

GİRİŞ

1. PROBLEM DURUMU	1
1.1. ARAŞTIRMANIN AMACI.....	2
1.1.1 PROBLEM CÜMLESİ.....	2
1.1.2 PROBLEM ALT CÜMLESİ.....	2
1.2. ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ.....	2
1.3. ARAŞTIRMANIN SAYLITILARI	3
1.4. ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI	3
1.5. TANIMLAR.....	3

1. BÖLÜM: KAVRAMSAL ÇERÇEVE

1.1.1. DEPRESYON KAVRAMI	5
1.1.2. Depresyonun Nedenleri	8
1.1.3. Depresyonun Çeşitleri	12
1.1.3.1. Distmik Bozukluk	12
1.1.3.2. Çok Yönlü (Bipolar) Depresyon	13
1.1.3.3. Silotmik Bozukluk.	14
1.1.3.4. Negatif Etkilenme	15
1.1.3.5. Çifte Depresyon.....	15

1.1.3.6. Psikotik ve Nörotik Depresyon	16
1.1.3.7. Bedensel ve Dış Etkenli Depresyon	17
1.2. MOTIVASYON KAVRAMI	18
1.2.1. Motivasyonun Tanımı	18
1.2.2. Motivasyonun Önemi	20
1.2.3. Motivasyonun Çeşitleri	21
1.2.3.1. İç Motivasyonlar	21
1.2.3.2. Dış Motivasyonlar	22
1.2.3.3. Sosyal Motivasyonlar	22
1.2.3.4 Psikolojik Motivasyonlar	23
1.2.4. Motivasyonun Amaçları.....	23
1.2.4.1. Etkinlik.....	24
1.2.4.2. Verimlilik.....	24
1.2.4.3. Kalite.....	24
1.2.5. İnsan Doğası ve Motivasyon	25
1.2.5.1. X ve Y Kuramı	25
1.2.5.2. Z Kuramı	26
1.2.5.3. Olgunlaşmışlık Kuramı	27
1.2.6. Kapsam Teorileri.....	27
1.2.6.1. Maslow'un İhtiyaçlar Hiyerarşisi	28
1.2.6.2. Alderfer'in ERG Teorisi	29
1.2.6.3. Herzberg'in Çift Faktör Teorisi	29
1.2.6.4. McClelland Başarı İhtiyacı Teorisi	31
1.2.7. Süreç Teorileri	32
1.2.7.1. Beklenti Teorileri	33
1.2.7.2. Pekiştirme Teorileri.....	34

1.2.7.3. Adams'ın Eşitlik Teorisi.....	34
1.2.7.4. Locke'ın Amaç Teorisi	35
1.2.7.5. Hackman ve Oldman'ın İş Özellikleri Teorisi	36
2. BÖLÜM: YÖNTEM	37
2.1. Araştırma Modeli	37
2.2. Evren ve Örneklem	37
2.3. Veri Toplama Teknikleri	37
2.3.1 Veri Toplama Araçları	38
2.4. Verilerin Analizi	41
3. BÖLÜM: BULGULAR VE YORUM.....	42
4. BÖLÜM: SONUÇ VE ÖNERİLER.....	58
4.1. Sonuçlar.....	58
4.2. Öneriler	60
4.2.1. Uygulamalara Yönelik Öneriler	60
4.2.2 Araştırmacılara Yönelik Öneriler	60
KAYNAKÇA	61
EKLER.....	72
Ek 1: Anket Formu.....	72

TABLolar DİZİNİ

Tablo 1: Öğrencilerin Demografik Özelliklerine İlişkin Bulgular.....	42
Tablo 2: Öğrencilerin Kendileriyle İlgili Depresyon Algılarını Gösteren Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	44
Tablo 3: Öğrencilerin İçgüdüsel Süreç Boyutundaki Motivasyon Algıları.....	45
Tablo 4: Öğrencilerin Araçsal Boyuttaki Motivasyon Algıları.....	46
Tablo 5: Öğrencilerin Dış Benlik Kavramı Boyutundaki Motivasyon Algıları.....	47
Tablo 6: Öğrencilerin İçsel Benlik Kavramı Boyutundaki Motivasyon Algıları.....	48
Tablo 7: Öğrencilerin Hedef İçselleştirme Boyutundaki Motivasyon Algıları.....	48
Tablo 8: Öğrencilerin Depresyon Algıları ve Motivasyonlarının Sınıf Düzeylerine Göre Karşılaştırılması.....	49
Tablo 9: Öğrencilerin Depresyon Algıları ve Motivasyonlarının Sınıf Düzeylerine Göre Motivasyon Algısı ve İçgüdüsel Süreç Boyutunun Karşılaştırılması.....	50
Tablo 10: Öğrencilerin Depresyon Algıları ve Motivasyonlarının Öğrenim Gördükleri Bölüme Göre Karşılaştırılması.....	51
Tablo 11: Öğrencilerin Depresyon Algıları ve Motivasyonlarının Öğrenim Gördükleri Bölüme Göre Depresyon Algısı, Motivasyon Algısı ve Motivasyonun İçgüdüsel Süreç Boyutunun Karşılaştırılması.....	52
Tablo 12: Öğrencilerin Depresyon Algıları ve Motivasyonlarının Yaşadıkları Yer Değişkenine Göre Karşılaştırılması.....	54

Tablo 13: Öğrencilerin Depresyon Algıları ve Motivasyonlarının Yaşadıkları Yer Değişkenine Göre İçsel Benlik Kavramı Boyutu ve Motivasyonun Hedef İçselleştirme Boyutun Karşılaştırılması55

Tablo 14: Öğrencilerin Depresyon Algıları İle Motivasyonun Hedef İçselleştirme Boyutu Arasındaki İlişkiyi Gösteren Korelasyon Tablosu.....57



ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil No	Şekil Adı	Sayfa No
Şekil 1:	<i>Motivasyon Süreci</i>	20
Şekil 2:	<i>Maslow'un İhtiyaçlar Hiyerarşisi</i>	28
Şekil 3:	<i>Herzberg'in Çift Faktör Teorisi</i>	31



1. BÖLÜM

GİRİŞ

Bu bölümde, araştırmanın yapılmasını gerektiren problem durumu, araştırmanın amacı, önemi, araştırmanın varsayımları, sınırlılıkları ve tanımlar sunulmuştur.

1. Problem Durumu

Bu çalışma spor bilimleri fakültesi ve eğitim fakültesi öğrencilerinin depresyon ve motivasyon düzeylerinin karşılaştırılması amacıyla yapılmıştır

Öğrencileri depresyona iten durumların azalması, bu olumsuz durumlardan uzak kalması doğrultusunda motivasyon düzeyinde ilerleme görülmesi tabii bir durumdur.

Depresyon son 30 yıldır büyük artış göstermektedir. Bu artış her bireyin hayatını olumsuz etkilediği gibi öğrencilerde de olumsuzluklara neden olmaktadır. Depresyon durumu öğrencilerin motivasyonunu da düşürecek böylece öğrenci derslerinde, arkadaşlıklarında kısaca hayatının bütün alanında olumsuzluklara neden olacaktır.

Dünya çapında yapılan araştırmalara baktığımız zaman depresyon her geçen gün arttığını görmekteyiz. Dünya sağlık teşkilatı (WHO) dünya nüfusunun %3-5'inin, yaklaşık 150-250 milyon kişinin çeşitli düzeylerde depresyon belirtilerine sahip olduğunu bildirmektedir.(Baltaş ve Baltaş, 1998).

Her davranışın arkasında bir istek, önünde ise amaç vardır. Amaçlara varmak için bireyin isteklerinin doyurulması gerekir (Sabuncuoğlu ve Tüz, 1998: 95). Tatmin edilmemiş ihtiyaçların varlığı sonucunda, insanı belli bir hedefe yönelten iç uyarıcı oluşur (Tezcan, 2006). Gizli gerilimin, boşaltılması ya da azaltılması sonucunda birey tatmin olacaktır.

1.1. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı eğitim fakóltesi ve spor bilimleri fakóltesi öğrencilerinin depresyon ve mativasyon bilgi düzeylerinin karşılaştırılmasıdır.

1.1.1. Problem Cümlesi

Eğitim fakóltesi ve spor bilimleri fakóltesi öğrencilerinin depresyon ve mativasyon bilgi düzeylerinin arasında farklılıklar var mıdır?

1.1.2. Problemin Alt Cümleleri

Problem cümlesi bilimsel olarak şu alt problemler çerçevesinde değerlendirilmiştir.

-Öğrencilerin kendileriyle ilgili depresyon algıları ne düzeydedir?

-Öğrencilerin mativasyon algıları ne düzeydedir?

-Öğrencilerin depresyon algıları ve mativasyon düzeyleri onların demografik özellikleri bakımından fark göstermekte midir?

-Öğrencilerin depresyon algıları ile onların mativasyon düzeylerini olumlu ya da olumsuz etkilemekte midir?

1.2. Araştırmanın Önemi

Dünyada bilinen en önemli gerçeklerden biri de insanın yalnız biyolojik bir organizma değil, aynı zamanda sosyal ihtiyaçları olan bir varlık olduğudur. Sosyal ihtiyaçların insanları motive etme düzeyinde önemli katkılarının olduğu bilinmektedir.

Bu sosyal dünyada öğrencilerin duygu durumlarının değişmesi olası bir durumdur. Ailelerinden uzakta eğitim almaları, arkadaşlıkları veya barındıkları ortam onların hayata karşı mativasyonlarının derecesini olumlu veya olumsuz yönde etkilemektedir. Aynı şekilde bu durumlardan dolayı depresyon belirtilerinin görölmesi de yüksek bir olasılıktır.

Geleceğin insanını eğitecek ve yetiştirecek olan öğretmen adayları, yönetici ve antrenörlerin öncelikle kendilerinin çalışkanlık, konuşma, kavrama ve ifade yeteneklerinin kendilerine olan güven duygusu, ahlaki durum, ruhsal durum, motivasyon bakımından hazır olması önem arz etmektedir. Bu durumu sadece yüksek öğretim kurumlarına devam edip mezun olmaktan çok öğrencilerin depresyon-motivasyon düzeylerini tespit etmek ve motivasyonu artırmada, depresyonla başa çıkmada önerilerde bulunmak araştırma sonunda ortaya konacak sonuçlar bu açıdan önem taşımaktadır.

1.3. Araştırmanın Sayıtları

-Araştırmaya katılan öğrenciler, “Beck Depresyon Ölçeği”ni ve “Motivasyon Ölçeğini” doğru, eksiksiz ve içtenlikle doldurdıkları varsayılmıştır.

- Örneklem grubu evreni temsil etme niteliğindedir.

1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları

-Araştırma, 2016-2017 eğitim-öğretim yılında Uşak Üniversitesi’nde öğrenim gören 259 öğrenci ile sınırlıdır.

-Araştırma, Beck Depresyon ölçeği ve Motivasyon Ölçeklerinden elde edilen verilerle sınırlıdır.

1.5. Tanımlar

Depresyon: İnsanın yaşama istek ve zevkinin kaybolduğu, kişinin kendisini derin bir keder içinde hissettiği, geleceğe ilişkin kötümser, karamsar düşünceler, geçmişe ilişkin yoğun, pişmanlık, suçluluk duygusu ve düşüncelerinin taşındığı, bazen ölüm düşüncesi, bazen intihar (özkıyım) girişimi ve sonuçta ölümün olabildiği, uyku, iştah, cinsel istek vb. ilgili fizyolojik bozuklukların olduğu (Vamık ve Çevik, 1993) ve benlik saygısında azalma şeklinde kendini gösteren duygusal duruma depresyon denir (Alper vd. 1997).

Motivasyon: Motivasyon güdülerin etkisiyle eyleme geçme ve gerçekleştirme sürecidir (Gm ve Sezgin, 2012: 1). İstekleri, arzuları, gereksinimleri, dürtüleri ve ilgileri kapsayan genel bir kavramdır (Lunenburg ve Ornstein, 1991). Kişinin gosterdiği cesitli davranışlar karşısında, dolaylı ve dolaysız “niçin”, “neden” sorularının yanıtları motivasyonun somut görünümünü ortaya koyar(Askun, 1978, s.450). Motivler, bazı insan davranışlarının sebeplerini açıklar ve bir davranışla sonuca ulaştırır (Can, 2005).



I. BÖLÜM

KAVRAMSAL ÇERÇEVE

Araştırmanın bu bölümünde araştırma konusu ile ilgili kaynak ve literatür taranarak konunun ilgili kısımları genelden özele doğru sıralanmıştır. Elde edilen bilgi ve bulgular bir araya getirilerek kavramsal çerçeve oluşturulmuştur.

1.1.1. DEPRESYON KAVRAMI

Hayattan zevk alamama, umutsuzluk, kararsızlık, ilgi ve istek kaybı, benlik saygısında azalma şeklinde kendini gösteren duygu durumuna depresyon denir (Alper vd. 1997).

Başka bir tanım ile depresyon, insanın yaşama istek ve zevkinin kaybolduğu, kişinin kendisini derin bir keder içinde hissettiği, geleceğe ilişkin kötümser, karamsar düşünceler, geçmişe ilişkin yoğun, pişmanlık, suçluluk duygu ve düşüncelerinin taşındığı, bazen ölüm düşüncesi, bazen intihar (özkıyım) girişimi ve sonuçta ölümün olabildiği, uyku, iştah, cinsel istek vb. ilgili fizyolojik bozuklukların olduğu bir hastalıktır (Vamık ve Çevik, 1993).

Depresyon sözcüğünün köküne baktığımız zaman Latince “depressus”dan geldiğini görüyoruz; aşağı doğru bastırmak, çekmek, bitkin, gamlı, kederli, meyus etmek, cesaretini kırmak, donuklaştırmak, durgunlaştırmak anlamına gelir. Depresyonun karşılığı Türkçede ruhsal çöküntü ya da çökkünlük olarak kullanılmaktadır (Köknel, 1989).

Depresyonun tarih içerisindeki gelişimine baktığımızda en eski tanımları MÖ dördüncü yüz yılda yaşamış olan, "tıbbın babası" olarak bilinen, Hippocrates'e kadar dayanmaktadır. Hippocrates, mental hastalıkların, olağanüstü güçler nedeniyle değil, doğal nedenlerle oluştuğuna inanmaktaydı. Melankoliyi tanımlarken dalaktan fazla üretilen siyah safradan oluştuğunu ileri sürmüştür. "Melan" siyah, "koli" ise safra karşılığı olup melankoli böylece adlandırılmış oluyordu (Aktaş, 2004:3).

Üzüntü ve depresyon arasındaki benzerliği incelediğimizde; karamsarlık, depresyonu normal üzüntüden ayıran en önemli öğedir. Kişinin, o anda başına gelenlerin gelecekte de kendisini bulacağına ya da içinde bulunduğu durumun değişmeyeceğine inancı depresyonun temel özelliğidir (Geçtan, 2000; s.159).

Depresyonu başlıca belirtileri; karamsarlık, kötümserlik, mutsuzluk, isteksizlik, sıkıntı, umutsuzluk, yalnızlık, huzursuzluk ve tedirginliktir. Kişinin bilişsel işlevlerinde bozukluk görülür. Kendini suçlar ve geleceğe yönelik beklentileri kaybolmuştur (Zorba ve Ark, 2005). Yoğun üzüntü hissi, çevrede olup bitenlere yönelik ilgi kaybının yanında suçluluk, utanç ve değersizlik hisleri ile kendini gösteren depresyon, çağımızda ruhsal bozuklukların "soğuk algınlığı" şeklinde tanımlanan, yaygın bir duygu durumu bozukluğudur (Morris, 1996). Dünyaya karşı ilginin azalması ve kaybı, diğer insanlara yatırım yapma veya bağlanma kapasitesinin kaybolması; kendini ayıplama, kınama, kendine serzenişte bulunma, sitem etme ve kendini aşağılama, hor görme gibi duygularla bir arada olan ciddi benlik saygısı ve kendilik değeri düşmesi saptanır (Vamık ve Çevik, 1993).

Depresif bir bireyin ilgi kaybı veya zevk aldığı etkinliklerden artık zevk almıyor olması depresyonun temel özelliklerinden birisidir. Hastalar genellikle kendilerini kederli, mutsuz ve değersiz hissettiklerini söylerler. Depresif duygudurumu ile birlikte mide ağrısı ve bunaltıdan şikâyet ederler. Depresif hastaların bilinci açıktır, genellikle algı bozukluğu görülmez fakat unutkanlığa çok sık rastlanır. Bu unutkanlık ağır üzüntü, sıkıntı ve dikkat azalmasına bağlıdır (Öztürk, 1995).

Duygusal olarak kendilerini toplumdan yalıtırlar, insanlardan uzaklaşırlar ve aile etkinliklerine ya da toplumsal olaylara katılmaya karşı koyarlar. Arkadaşları ile ilişkileri bozular. Okul başarısında düşme ilk ortaya çıkan bulgulardan birisidir (Göğüş, 2000). Önceleri depresyonun ataklar şeklinde geldiği ve ara dönemlerde tam iyileşme ile seyreden bir hastalık olduğu sanılmaktaydı. Ancak bugün tedavi edilmeyen depresyonun kronikleştiği, atak sayısı arttıkça yıkımın da arttığı bilinmektedir (Savrun, 1999). Anksiyete ve depresif duygu durumunun şiddetli ya da uzun süreli olması kişiye acı verir, yaşam kalitesini düşürür, sosyal yaşantısını bozar, işgücü kaybına neden olur (Ceylan ve diğ. 2003: s. 146).

Depresyonu temel karakteristik özelliği iki hafta yaşanan depresif duygu durumu yada hemen hemen her şeye ilgisizlik ve bunlara eşlik eden belirtiler olarak tanımlanır. Belirtiler oldukça inatçıdır ve hemen her gün kişiye egemendir. Kişide iştah bozukluğu uyku bozukluğu vücut ağırlığında değişmeler, uyku bozuklukları, enerjinin azalması, değersizlik duyguları, düşünme ve dikkat bozuklukları gibi durumlara sebep olmaktadır (Gençtan, 1994).

Depresif kişilik; dertli, kötümser, özgüvensiz, diğer insanların düşüncelerine ve söylediklerine göre yaşayan, mutsuz ve hayata karşı ümitsiz duygular barındıran kişiler olarak tanınırlar. Önceki zamanlarda depresif kişilik hallerinin doğuştan gelen bir durum olarak adlandırılırken günümüze gelindiğinde bu durumun belirmesinde en önemli etkenin çevre faktörleri olduğu belirlenmiştir (Boratav, 2000).

Depresif kişiliği bulunanların, hayata karşı karamsar baktıkları, çevresinde bulunan insanlar karşı güvensiz, irdeleyici ve küçümser tavırlara sahip oldukları belirtilmiştir. Depresif kişilikteki insanlarda özgüven eksikliği duyguları var olduğundan dolayı ufak başarısızlıklardan çok fazla etkilendikleri kendilerini hoşlandıkları durumlardan uzak tuttukları belirtilmektedir (Köroğlu, 1993).

Dünya çapında yapılan araştırmalara baktığımız zaman depresyon her geçen gün arttığını görmekteyiz. Dünya sağlık teşkilatı (WHO) dünya nüfusunun %3-5'inin, yaklaşık 150-250 milyon kişinin çeşitli düzeylerde depresyon belirtilerine sahip olduğunu bildirmektedir. Özellikle son 30 yıldır büyük bir artış kaydeden depresyon, psikiyatrinin temel uğraş konusu durumuna gelmiştir (Baltaş ve Baltaş, 1998).

Depresyonu bölgeler bazında incelediğimiz zaman en fazla görüldüğü bölgelerin, şehirleşmenin ve nüfus yoğunluğunun fazla olduğu, sanayilesmenin daha geliştiği yerlerde olduğu görülmektedir (Sagduyu ve ark., 2000,s.10).

Ruhsal hastalıkları olanların, özellikle de depresyonluların, sosyal girişimciliği azalarak, çevresel destekleri erozyona uğrar ve sonuçta, bu kisiler, çevrelerinin de olumsuz katkılarıyla uzun süreli, yakın ilişkiler kuramazlar (Askın,1999, s.35). Travmatik bir yasanti, çözümlenmeden bastırıldığında, sonraki bir zamanda, olumsuz bir yaşam olayı ile birlikte aktifleserek, rahatsızlık verici boyutlarda etkili olmaktadır (Özgen ve ark., 1999).

Depresyonun tedavi edilmemesi durumunda görülebilecek sonuçlar arasında intihar yer almaktadır. Depresif hastaların yaklaşık üçte ikisinin intiharı düşündüğü, %10-15'inin de intihar girişiminde bulunduğu belirtilmektedir. Depresif hastalarda intiharın zamanlaması da dikkat çekicidir. Genellikle düzelme başladığında, kişi intiharı tasarlayabilecek ve uygulayabilecek gücü kendinde bulduğunda intihar girişiminde bulunmaktadır (Yasemin, 2011).

Depresyon, bebeklikten yaşlılığa; her yaş cisiyet ve ekonomik düzeyde görülebilir. Yeni doğduğu zaman sağlık sorunlarından dolayı hastanede annesinden uzak kalan bebeklerin buna bir kaşılık olarak analitik depresyon, ileri yaşlarda kendi canına kıyma, daha da ileri yaşlarda ise farklı belirtilerle kendisini gösterir. Uyku sorunları, kişinin yapısının kederli olması, kendi canına kıyma gibi düşünceler yaş ilerlese bile varlığını korurlar (Adasal, 1973:547). Gelişimin ergenlik ve çocukluk zamanlarında belirtileri olan, ergenlikte hormonların değişmesi nedeniyle oluşan davranış bozukluklarının, çocukta depresyon tanısının konulmasını zorlaştırabilir (Köroğlu, 2004).

Depresyonun büyümesine neden olan en önemli neden, bireylerin yapısal özellikleriyle eşleşen stresli durumlarla karkıkarşıya gelmesidir. Böylelikle yalnızca kişilik durumlarına etki eden yaşantılar depresyona yatkınlığa neden olacak ve başka yaşantıların etkisi olmayacaktır (Kabakçı, 2001). Depresyonu anlamamızda, belki de, kişiligin degisme potansiyellerinin eksikliği, modernlesme bağlamında, nedensel bir etken olarak yorumlanabilir. Belki de, kişilik tanımının önemli bir unsurunu teşkil eden tutarlılık, sosyal ve kültürel degismeler anında, gerekli esnekliği engellediğinden, bireylerin acı çekmeleri ve ruhsal hastalıkları artmaktadır. Bunun yanı sıra, hastaların, kişiliklerinin bir parçasını oluşturan mizaçlarıyla sosyal karakterleri ve toplumdaki pozisyonları arasındaki çatlagın, uyumsuzlugun da, depresyonda önemli bir faktör olabileceği unutulmamalıdır (Yasar, 2003, s.122).

1.1.2. Depresyonun Nedenleri

Depresyon, bedensel veya ruhsal rahatsızlığa bağlı olarak oluşabileceği gibi arada hiçbir bağlantı olmadan da ortaya çıkabilir. Çökkünlük (depresyon), derin keder ve kişinin sıkıntılı olduğu zamanlarda ayrıca düşünsel, fizyolojik ve hareketlerde duraklama, kendini değersiz hissetme, kötümser düşüncelerin de ile olduğu bir rahatsızlıktır (Öztürk, 2004).

Depresyon ve kendilik kavramı arasındaki ilişkiye baktığımızda, kişinin kendilik kavramı kişisel tecrübelerinden, önemli kişilerle özdeşiminden, diğer kişilerin kendisine davranışlarından türer ve olumlu veya olumsuz olabilir. Eğer olumsuz tutumlar devam ederse bu kavram olumsuz kendilik semasına dönüşür. Bu temeldeki negatif yargı, yoksunluk ve red durumu tarafından aktive edilerek depresyona neden olur (Beck, 1974).

Depresyonun genetik yatkınlığının incelendiği araştırmalarda sonuçlar yatkınlığın bulunduğunu göstermektedir. Aile bireyleri arasında bulunan yüksek depresyonlu bireylerin birinci derece yakınlarında diğer ailelere göre iki veya üç misli daha fazla depresyon görülmektedir. Tek yumurta ikizlerinde bireylerin birinde depresyon görülmesi diğerinde de bu durumun görülme olasılığını oranı % 50'dir. Bu araştırmalar depresyonun genetik yatkınlığının bulunduğunu belirtmektedir (Erdogan, t.y.).

Depresyonun nedenlerini inceleyen Beck ve arkadaşları geliştirdikleri kurama göre, depresyonun nedeni temelde bir duygulanım bozukluğu değil, bilişsel bir bozukluktur, Beck (1979), depresyonun oluşmasında üç önemli bilişsel örüntüden bahsetmektedir.

1- Kişinin Kendine Olumsuz Bakışı: Depresif kişi kendini yosun, eksik, yenilmiş, değersiz ve yetersiz olarak görür. Beğenilmediğine ve sevilmediğine inanır ve kendinde gördüğü eksikliklerden dolayı kendini reddeder.

2 -Deneyimlere Olumsuz Bakış: Depresif kişi çevresiyle etkileşimi yenilmişliğinin ve eksikliğinin bir göstergesi olarak yorumlar.

3- Geleceğe Olumsuz Bakış: Kişi geleceğini umutsuz, sonu belirsiz, yoksun ve engellenmiş olarak görür.

Farklı modellere baktığımız zaman depresyona ilişkin farklı yaklaşımlar görmekteyiz. Bunlar:

1. Biyofiziksel-sosyal model:

- Genetik yatkınlık
- Gelişimsel Olaylar (erken çocukluk stres faktörleri, öğrenilmiş çaresizlik, kişi kaybı)

- Kişiler arası yaşantılar
- Fiziksel stres etmenleri
- Bireysel etmenler

2. Psikososyal Model:

- Güç ve dayanakların azalıp yok olması
- Toplumsal becerinin eksik olması
- Aile bağlarının sağlam olmaması, iletişim eksikliği
- Aile içi çatışmalar
- Kişinin kendisini yuargılama konusunda eksik olması
- Bireyin hayata ve kendisine karşı olumsuz bakış açısı
- Bireyin başaramayacağına olan inancı
- Sorunlara çözüm bulmada yetersizlik

3. Sosyal Model

- Ailede anlaşmazlıkların olması ve ayrılıklar
- Kişinin sevdiği bir yakınının veya evcil hayvanının ölümü
- Fraklı bir eve göçmek
- Akademik yetersizlik
- Uzun yaşanan kazalar, sağlık sorunları ve bunlardan dolayı hastede yatılı olarak kalma

- Çekingenlik ve suçluluk hisleri
- Bireylerin çalışmalarına yönelik yanlış veya yüksek beklenti
- Fiziksel, ruhsal veya sözlü istismar (Conner, 2001).

Depresyon günümüzde sık görülen bir hastalık olarak tanımlanmıştır. Bu sıklık yaklaşık her dört kişiden biri olarak ifade edilebilir. Hiçbir neden olmaksızın depresyon başlayabilir. Depresyona sebep olan etkenleri şöyle özetleyebiliriz (Köroğlu, 2006:26):

1- Yaşın ilerlemesiyle birlikte ortaya çıkma olasılığı artar. Otuz-kırk yaşları arasında görülme sıklığı çok yükselir.

2- Genelde kadınlarda, erkeklere göre, iki kat daha fazla görülür. Ancak 55 yaşının üzerindekielerde bu oran tersine döner ve erkeklerde daha sık görülür.

3- Yoksulluk ve işsizlik durumlarında daha sık görülür.

4- Boşanmışlarda ya da mutsuz bir evliliği olanlarda çok daha sık görülür. Eşleriyle yakın ve güvenli bir ilişkisi olmayan kadınların, önemli bir stres karşısında depresyon geçirme olasılıkları, böyle bir ilişkisi olanlara göre, dört kat daha fazladır.

5- Çoğu olguda (yaklaşık % 80'inde) son zamanlarda geçirilmiş stres yaratan bir olay (bir yitim, bir başarısızlık...) bulunur. Kalıtsallık Birinci derece akrabalarda ortaya çıkma olasılığı yaklaşık iki kat daha fazladır.

6- Küçük yaşlarda aile bireylerinden birini yitirme, ortaya çıkma olasılığını artırır.

7- İleri yaşlarda, başlıca ortaya çıkarıcı etken bedensel bir hastalıktır. Yaşlılarda, bedensel hastalıklar, depresyonun ortaya çıkma olasılığını altı kez artırır.

1.1.3. Depresyonun Çeşitleri

Depresyon birden fazla rahatsızlığın oluşturduğu bir hastalık topluluğudur. Bazı semptomların belirmesi , semptomların sürekliliği, bireylerin yaşantılarını nasıl etkilediğine bakılarak teşhis edilir (Köroğlu, 2004, s.73). Yaşamboyu kişilerde bir takım olumsuz durumlar görülebilir fakat bazı bireylerde bu durumlar süreklilik haline alır ve bir rahatsızlık göstergesi olabilir (Shorter, 1997).

1.1.3.1. Distmik Bozukluk

Distmi bozuklukta, insanlar yaşamları boyunca yaşadıkları başarısızlıkları, bir yakını ölümü, düş kırıklıkları gibi olaylar karşısında geçici süre çöküntü yaşarlar. Distimik kişiler ise benzer zorlanmalar karşısında aşırı ve daha uzun bir tepki gösterirler. Bu insanların zorlanmaya dayanıklılıkları azdır ve kolayca suçluluk duygusuna kapılırlar (Gençtan, 1994). Distimik bozukluk daha hafif ama daha kronik bir depresyondur. Bu tür çoğu gün neredeyse tüm gün boyu hissedilen ve yıllarca süren düşük düzeyli bir depresyondur (Koplewicz, 2004).

Asırı enerji veya bitkinlik, güvensizlik, konsantrasyon bozukluğu, umutsuz duygular ve karar verme güçlüğü diğer belirtileridir. Distmik bozukluk, ana depresyondan daha kroniktir fakat birey daha az semptom yasar (Miller, 2002, s.38). Distimi düşük şiddette olduğu için belirtileri tanımlamakta oldukça güçtür. Belirtileri birey kendi yaşamı içinde oğlan durumlardan biri olarak gözleyebilir ve tedavi için bir uzamana başvurma gereği duymayabilir. Bu 'gözlemlenme güçlüğü' nedeniyle tanı, hastanın 'nasıl görüldüğü ya da davrandığından' çok, 'hissettiği ve söylediğine' daya

nır. Başvuru, genellikle somatik belirtilerle psikiyatr dışı bir doktora, ya da distimi üzerine binen bir başka psikiyatrik bozukluk nedeniyle psikiyatra olur ve distimi bunların arkasına saklanır (Yazıcı, 2004:54-55). Erişkinlerde en az 2 yıl, çocuklar ve ergenlerde 1 yıl süreyle devam ettiği görülmektedir.

Kişinin kendisini daha iyi hissettiği kısa dönemlerle dönüşümlü olarak yer değiştirerek sürebilir. Kişinin iş yaşamını ve toplumsal yaşamını bozabilir. Böyle bir hastalığı olan birçok kişi toplumdan uzaklaşır ve yine birçok kişinin üretkenliği düşer. Distiminin belirti ve bulguları şunlardır (Köroğlu, 2000:78-79).

- 1- Genel bir çökkünlük,
- 2- İçsel gücün azalması ya da etkinlik düzeyinde azalma, ağırkanlılık,
- 3- Uyku sorunları,
- 4- Kendine güvende azalma ya da yetersizlik duyguları
- 5- Düşüncelerini odaklayamama, belirli bir konuya yoğunlaşamama ve karar vermede zorluklar çekme,
- 6- Sürekli bir ağlamaklılık,
- 7- Cinsellikten soğuma ve eskiden zevk alınan etkinliklerden kopma,
- 8- Umutsuzluk ve üzüntülere kapılma,
- 9- Günlük sıradan sorumluluklarıyla baş edemeyecekmiş gibi düşünme,
- 10- Geleceğe ilişkin karamsarlık, geçmişe dalıp gitmeler,
- 11- Toplumdan uzaklaşma,
- 12- Konuşkanlığın azalması,

1.1.3.2. Çok Yönlü (Bipolar) Depresyon

Bipolar ya da ‘manik-depresif’ terimleri, sağlıklı dönemler arasında ortaya çıkan ve depresif mizaç ile manik epizodlar arasında gidip gelen dramatik duygudurum dalgalanmalarını tarif eder. Mizacın kabardığı dönemlerin bazıları nispeten hafif geçebilir (hipomanik) ve hatta kişinin yaratıcılığını, üretkenliğini ve enerjisini artırıyor izlenimi verebilir (Taneli, 2001). Bipolar depresyon türün özelliği, ruh halinde ve enerjide alışılmadık dalgalanmalardır. Gençlerdeki yaygınlığı tartışılmakta olsa da genellikle ergenlik sürecinde yaşanan bir depresyon dönemiyle başlar. Araştırmalar ayrıca majör depresyon geçiren

ergenlerin %20 ila %40'nda beş yıl içerisinde iki kutuplu bozukluk geliştiğini göstermektedir (Koplewicz, 2004).

Manik epizodlarda, kişi kendine zarar verebilecek davranışlar sergiler; bunlar: grandiyosite, öngörülemeyen duygudurum değişiklikleri, uykusuzluğu başlatabilecek irritabilite (bazı kişiler günler ve geceler boyunca uyumazlar), çok yüksek borçlanmayla sonuçlanabilecek kontrolsüz harcamalar ve uygunsuz cinsel davranışlar olabilir. Bu davranışlar, kişinin genelde sürdürdüğü günlük aktivitelerden çok farklı olmaları nedeniyle kolayca tanınır ve kişinin hastaneye yatırılmasını sağlarlar (Taneli, 2001).

Bipolar teshisi yapılabilmesi için manik durumda görülen semptomların en az üçünün bir hafta boyunca gözlemlenmesi gereklidir. Çocugun ruh durumu anormal ve abartılı tutumlar göstermeli ve zaman içinde de rahatsız edici olmalıdır. Teknik olarak bir kisinin bipolar depresyonda olduğunu belirlemek için mutlaka depresif durum yaşamış olması gerekmez, fakat çocuklar için bu gereklidir, çünkü tipik olarak çocuklar, manik durumdan önce birçok depresif durum deneylerler (Miller,2002,s.39-40). Depresyon yaşayan bireylerin öncesinde diğer insanlara ısınamadıkları, rahatsızlanabileceklerini hayal ettikleri, fazla aktif, fazla harcama yapan, uykuya gereksinim duymadıkları bir zaman dilimi yaşayıp yaşamadıkları kesinlikle öğrenilmelidir. Böyle beliren bir veyabirden fazla mani nöbeti geçiren bireylerde teşhis çok yönlü duygudurum bozukluğudur.

1.1.3.3. Silotmik Bozukluk

Silotmik bozukluk, aralıklarla zamanlarda oluşan bunalımlı ruh halinin yanı sıra, genel olarak büyük tepkilerin gösterildiği bir psikolojik bunalım halidir. Bu bozukluğu yasayan çocuklarda hipermanik ve depresif durum görülmektedir. Bu durum distmik bozuklukta gördüğümüz ana depresyona esdeger değildir. Depresyon süresine bakıldığı zaman, çocuklarda bu durum bir yıl, yetiskinlerde iki yıl alan bir süreci kapsar (Miller,2002,s.42).

1.1.3.4. Negatif Etkilenme

Negatif etkilenme birçok uyarının, depresyonun ve endişelenme durumunun aynı anda yaşanmasıdır. Çocuklara baktığımız zaman daha da sık görmekteyiz çünkü henüz biyolojik açıdan incinebilirlikleri sürmektedir. Zaman geçtiğinde bu durum ilerleyecek, çocuk yetiskinliğe adım attığında bu negatif etkilenme durumu değişecek, rahatsızlık yerini ya tam bir depresyona ya da temel bir yoğun endişe alışkanlığına bırakacaktır.

Negatif etkilenme durumunun belirtileri olarak, tedirginlik, değersizlik duygusu, düzensiz devam eden mutsuzluk, kendini doğru değerlendirememesi, gelecekle ve dünya ile ilgili kötümser düşüncelere sahip olmak olarak açıklanabilir. Tecrübelerime dayanarak negatif etkilenme yaşayan çocukların, eleştiren ebeveynleri ve önyargılı büyükleri olduğunu gördüğümü söyleyebilirim (Miller, 2002,s.47-48).

1.1.3.5. Çifte Depresyon

Çifte depresyon, major depresyon ve distimi bozukluğunun bir arada görüldüğü depresyon çeşididir. Major depresyon tanısı alan hastaların yaklaşık %40 kadarı distimik bozukluk tanısında alır.

Çifte depresyon hastalarda ki Premorbid kişilik özellikleri açısından dikkat edilmesi gereken, kronik seyirli ve sağaltım zor, hatta dirençli bir kümeyi oluşturmaktadır. Bu hastaların ele alınmasında hedef, tam Remisyondan çok, işlevselliği olabildiğince artırmak olabilir. Bu nedenle ilaç Sağaltımına göre, psikoterapi yöntemlerinin daha geçerli olabileceği düşünülebilir (Yazıcı ve ark, 2008). Çifte depresyon durumunda, major depresyonun ve distimik bozukluğunun tedavisi birlikte yapılmalıdır. Yalnız bir durumun tedavi edilmesi halinde istenilen iyileşme haline ulaşmak neredeyse imkânsız olacaktır.

1.1.3.6. Psikotik ve Nörotik Depresyon

Depresyon çeşitlerinde psikotik alt tipin teşhis yönünden daha çok istikrarlı görüldüğü söylenebilir. Bunun açıklaması: psikotik depresyon teşhisi konan kişiler ilerdeki depresyon belirtilerinde de psikotik depresyon teşhisi almaya devam edeceklerdir (Çalışkan, 2007). Hissi durumdaki bozukluklar ve en önemlisi bilinç görevlerinde birkaç işlevi yerine getirememe durumu psikotik depresyonun en önemli belirtileridir.

Bireyde gerçeklik algısının zarar görmesiyle bir takım rahatsızlık belirtileri ortaya çıkar. İleri ruhsal işlevler bozulur. Böylelikle bilinç bulanıklığı, hayrete düşme durumu, düş ve sayıklama surumları belirir. Bireysel ve bireyler arası işlevler zedelenir. Birey rütun görevlerini, çalışmalarını ve sürekli olarak yaptığı işleri yapamaz hale gelir. Psikotik psikoanalitik kuramda "ego regression" ego gerilemesi olarak da bilinmektedir. Psikotik depresyon çok nadir beliren bir durumdur. Her depresyon hastasında yüzde 10 miktarında düş ve saçmalama durumu ortaya çıkar. Bireylerin az bir bölümünde ise "gerçeklik" zihin zedelenmesi belirir (Zehirlenme, 2007).

Yaşadığımız olumlu veya olumsuz durumlara göre bazılarımız zaman zaman hissi bunalım yaşarız; bazılarımız bir arkadaşımızı kaybedince, bazılarımız derslerimizde başarısız olunca, bir uğraşımız olmadığı zamanlarda hissi bunalım durumu içerisine gireriz. Kimi insanlarda bu durum uzun süre devam etse de birey hayatını devam ettirebilir. Bu bireyler sinirsel bunalım reaksiyonu(nevrotic depressive reaction) gösterir. Bu durum artarak devam ederse ve kişi hayatını devam ettiremez duruma ulaşırsa, buna psikotik depresyon (duygusal çöküntü psikozu/depressive psychosis) denir (Cüceloglu,1991, s.454).

Diger taraftan nörotik depresyon; reaktif depresyon, eksojen depresyon ve hafif depresyon ile esdeger sayılmaktadır. Eksojen depresyon ve nörotik depresyon belirli bir depresyon türü yansıtmak adına bizlere pek yararlı olamamaktadır (Miller, 2002,s.42-45).

1.1.3.7. Bedensel ve Dış Etkenli Depresyon

Endojen depresyon içsel bir etken nedeniyle, fiziksel olarak oluşan depresyon demektir (Miller, 2002,s:42-45). Daha çok bedenin kendi kimyasından kaynaklanan sebeplerden oluşur ve dış dünyanın değişikliklerine hiç bağlı değildirler ya da az bağlıdırlar. Bu tip depresyon yapısında çağlar boyu önemli bir artış gözlenmiştir (Batlas ve Batlas, 2004, s:129). Depresif ataklar daha çok endojen niteliktedir ve bozuklukla birlikte giderler.

‘Eksojen’ kişinin dışında demektir. Bu çeşit depresyon kişinin kendisi dışında meydana gelmiş ölüm, asagılanma ve stres gibi durumlarda ortaya çıkmaktadır. Kisi çok derin düşüncelere dalar, değersizlik umutsuzluk ve konsantrasyon eksikliği gibi durumların etkisinde kalır. Endojen ve eksojen depresyon arasındaki ayırım yapay bir ayırımdır. Her zaman kişinin biyolojik yapısı ve çevresel etkenlerin etkilesimi önemli rol oynamaktadır. Bu iki faktörün bir araya gelisi, uzmanlara göre gerek eksojen ve gerekse endojen depresyonun en göze çarpan özelliğidir. Eksojen depresyonun açıklamaları bir yana, ‘endojen depresyondan ayrılan özellikleri veya tamamen farklı olduğuna dair çok az bir araştırma bulunmaktadır (Miller, 2002,s.42-45).

1.2. MOTIVASYONUN KAVRAMI

1.2.1. Motivasyonun Tanımı

Kelime olarak motivasyon Latince “hareket etmek” anlamına gelen “movere” kelimesinden türemektedir (Şimşek vd. 2008: 177). “Motive” kelimesinin Türkçe karşılığı güdü ve saik gibi kelimelerdir. Saik kelimesi ise Osmanlı sözlüklerine göre “sevk eden” ve “harekete geçirici” anlamına gelmektedir (Eroğlu, 2009: 407, Gözüm, 2017: 59).

Motivasyon; istekleri, arzuları, gereksinimleri, dürtüleri ve ilgileri kapsayan genel bir kavramdır (Lunenburg ve Ornstein, 1991). İnsanların davranışlarının temelinde güdüler yatar. Güdü bireyi, bir amaca ulaşmak için davranmaya iten, eyleme geçiren; bireyin davranışını güçlendiren, etkinleştiren, yöneltten bir iç güçtür (Başaran, 1991).

Motivasyon insan hayatının merkezinde bulunur ve birçok konuda yaşamı etkiler. Toplumun arzularını tartısan bir politikacı, çalışma gücünün etkili olması ile ilgilenen is adamı, çocuklarının göstermiş olduğu eforu tartısan ebeveyn, sporcuların sorumlulukları ile ilgili sikayette bulunan antrenör ya da öğrencilerinin çalışma alışkanlıklarından sızlanan öğretmen durumlarının tümü motivasyon seviyesi ile ilişkilidir (Roberts, 1992). Kişinin hem kendi içinde hem de dışında oluşan enerji veren bir dizi gücün işle ilişkili davranışları başlatması, bu davranışların şeklini, yönünü, yoğunluğunu ve devamlılığını belirlemesidir (Donovan, 2009).

Baska bir tanımla kişinin gösterdiği cesitli davranışlar karşısında, dolaylı ve dolaysız “nicin”, “neden” sorularının yanıtları güdunun somut görünümünü ortaya koyar (Askun, 1978, s.450). Motivler, bazı insan davranışlarının sebeplerini açıklar ve bir davranışla sonuca ulaştırır (Can, 2005). Bu sebeple insanları motive edebilmek için öncelikle onları motive eden unsurları tanımak ve ihtiyaçlarını tatmin etmek gerekmektedir (Genç, 2004). Kişiden kişiye, durumdan duruma ve gereksinimden gereksinime farklılık göstermektedir. Kişiyi bir gün motive eden unsurlar, başka bir gün önemsiz hale gelebilir (Kim, 2005). Bu yüzden motivasyon bireysel bir olgudur ve kişiden kişiye farklılık göstermektedir. Motivasyon seviyesini belirleyen temel etkenlerden biri, kişilerin ihtiyaçlarının farklı olmasıdır (Fındıkcı, 1999).

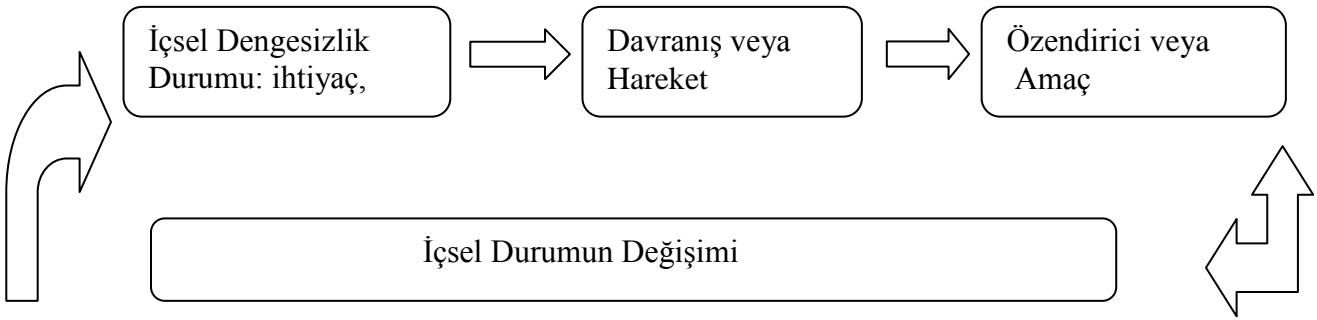
Motivasyon güdülerin etkisiyle eyleme geçme ve gerçekleştirme sürecidir (Gm ve Sezgin, 2012: 1). Bir gereksinimi gidermek için balanılan davranışlardır. Bu gereksinim, pozitif ya da negatif bir olay sonucunda ortaya çıkabilmektedir. Olayın pozitif ya da negatif nde olması, motivasyonu durdurmamaktadır (Kim, 2005).

Motivasyon, davranıtaki seçicilik, yogunluk ve ısrarcılığı izah etmek için kullanılan bir terimdir (Tutko, 1971). Kiiyi bazı durumlarla karşı karşıya getirerek, onun bu durumlar olmadan evvel sergileyeceği davranıştan, başka bir Şekilde davranmasını sağlar (Eroğlu, 2004, s.321).

Motivasyonu meydana getiren asıl gereksinim ve arzular aslında bireylerin yaşadıkları toplum ve kültürle birlikte harmanlanarak o bireylerin psikolojilerini Őekillendirir. Bireylerin motivasyonları hayatlarında bağ içerisinde oldukları her Őeyle bağlantılıdır (Bingol, 1990, s.190).

Açlık, susuzluk, cinsellik gibi fizyolojik kökenli güdülere birincil güdü ya da dürtü adı verilirken; insanlara özgü basarılı olma, para kazanma istegi gibi psikososyal güdülere ikincil güdü ya da ihtiyaç denir (ztrk, 1998). İkincil güdülerin birincil güdülerden dogdugu kabul edilir. Örneğin para kazanma güdüsü beslenme ya da barınma ihtiyacını karsılamayla yakından ilişkilidir (Long, 2000). Nasıl gelirse gelisin, ikincil güdülerin gelisminde kalıtımın yanı sıra çevrenin etkisi de önemli rol oynar. Bu yüzden ikincil güdüler; kisiye, topluma, yere ve zamana göre farklılıklar gösterebilir (ztrk, 1998).

Motivasyon kavramını “insan davranışlarının belirlendiği, etkilendiği ve açıklandığı davranışsal bir yntim süreci” olarak da tanımlayabiliriz (Eroğlu, 2009: 408). Motivasyon dört temel yapıtaşı vardır ve bu dört değişkenin karşılıklı etkileşimi motivasyon sürecini oluşturmaktadır. Kişinin değişik düzeydeki gereksinim, istek ve hedeflerine bağlıdır. Kişilerin hareketlerine sebep olan asıl etmenleri etkileyerek kişileri birŐerler yapmaya yöneltmek ve eyleme geçmelerini sağlamak mativasyonla basarılabılır (Eroğlu, 1995). Motivasyon sürecini aşağıdaki Őekildeki gibi gösterebiliriz.



Şekil 1: Motivasyon Süreci (Kaynak, Steers ve Porter, 1987)

1.2.2. Motivasyonun Önemi

Bireylerin her hareketi bir heves ve istek doğrultusunda oluşur. Hedeflere ulaşmak için kişilerin tatmin edilmesi şarttır (Sabuncuoğlu ve Tüz, 1998: 95). Doyurulmamış gereksinimler bireyleri amaca yönlendiren bir iç dürtü dönüşür (Tezcan, 2006). Doyurulmayan istek ve gereksinimler ilerleyen günlerde kişilerde ruhi gerilim ve dengesizlikler gösterir. Gerilimin tamamen yok edilmesi veya bir kısmının giderilmesiyle kişide doyum sağlanacaktır.

Ruhsal dengesizlikler ve motivasyonun araştırılıp kontrol edilmesi kolay bir durum değildir. Bu durumun tersine, farklı davranışa yöneltme araçlarıyla ve etraftaki bunula alakalı olarak sergilenen hareketlerin araştırılmasıyla nedenleri ve nitelikleri bulunabilir. Hedefe ulaşılmasıyla bireydeki gerginlik ve istikrarsızlık azalır ve bireyi o harekete yönelten gücün etkililiği de azalmış olur (Eren, 2001). Hedefler kişilere zevk verebilir veya üzüntü verebilir ve böylece kişiyi yaklaşma, tatmin olma, uzaklaşma gibi davranışlara itebilir (Tezcan, 2006).

Motivasyon bireylerin hareketlerinin altında yatan sebepleri gösteren ve bireyi harekete yönlendiren güçlerdir. Bireyin bir gereksinimi oluştuğundabunu doyumak için harekete geçecektir. Bu hareket isteği ortadan kaldıracak şekilde olacaktır. Örneğin, karnı aç olan kişinin doymak için yemek arama ve bulma hareketine yönelmesi bu duruma örnektir.

1.2.3. Motivasyonun Çeşitleri

Motivasyonun kişilerin hareketlerinde önemli yeri vardır. Harketlerimizin yönlendirilmesi matovasyon tarafından gerçekleştirilir. Kişilerde içsel arzu ve ümit olur bu durum ise motivelerin niceiğinde artışa neden olur. Motivasyonlar birbirlerini tamamlamak ya da kuvvetini yok etmek amacıyla biri diğerine etkide bulunur ve bireylerin hareketlerine tesir ederler. Motivasyon değişik boyutlarda oluşur, doyumun sağlanıp sağlanmamasına göre çoğalma yada azalma oluşur (Eren, 1996: 413).

Güdüler, olusma biçimleri, yönleri ve siddetleri gibi ölçütlere dayanarak çeşitli sekilerde sınıflandırılabilirler. Düsünsel bir yapıya dayanan güdülere ussal güdü, duygusal nitelik taşıyanlara ise ussal olmayan güdü denir. Bunların dışında güdüler dört bölümde incelenebilir (Meral, 2007).

1.2.3.1. İç Motivasyonlar

İçsel motivasyon davranışları bireyin doğumundan ölümüne kadar yaşam boyu sürer ve unutulmazlar. İç güdü, bireyleri dogal nitelik taşıyan gereksinimlere yönelten bilinçsiz davranışlardır. Daha çok hayvanların davranışları ile özdeslestirilmişlerdir. İç güdüler insanların hayvanlarla paylastıkları ortak motivlerdir. Bu tür güdüler öğrenmeyi gerektirmez ve unutulmazlar, fakat giderilme biçimleri farklıdır. Acıkma, susama, soluma, cinsel dürtü vs. gösterilebilir. İnsanları hayvansal ve dogal nitelikli davranışlara yönelten olgular veya tepkilerdir (Sabuncuoğlu ve Tüz, 2003: 123).

İç motivasyonlar, bilinli olarak yapılmamaktadırlar tabii hareketlerin bir neticesi olarak dünyasal bir düzeni gösterirler. Fakat bireylerin şuurlu hareketlerinin anlamlandırılmasında iç motivasyonların yeri bulunmamaktadır (Özkalp, 1981).

Açlık ve susuzluk dürtülerinin yol açtığı güdüsel davranışların yanı sıra, bedenin fizyolojik dengesini korumak amacıyla, zaman zaman yapılan birçok davranış vardır. Daha çok bu tür fizyolojik ihtiyaçların yol açtığı dürtülerin kaynaklarına içsel motivasyon denir (Özkalp, 1997).

İçsel motivasyon, bireylerin istek, heves, gereksinim gibi faktörlerle oluşur. İçsel motivasyonda kişileri harekete iten ve doyurulduğu zaman sakinleşen tabii bir itici güç bulunmaktadır. Bireyin ruhi olarak içinde bulunan bu güçle kişi kendisini motive etmektedir. Yaptıklarından haz duyma ve doyum eylemin gerçekleşme aşamasında ortaya çıkmaktadır (Eren, 1993). Bu bireyler başarılı olmak için kendilerini yönetebilme özelliğini taşımaktadırlar (Nicholls ve Robert, 1992).

1.2.3.2. Dış Motivasyonlar

Kişinin dışarıdan kontrollü olunan zamanlarda, davranışa yöneltten sebepler de dış etmenlerdir. Dış motivasyonda kişinin güdülenmesi için grup, toplum ya da üstlerce verilen mükafatlar bulunmaktadır. Kişilerin motive edilmesi dış nedenlerle teşvik edici sebepler sunularak oluşturulursa dış motivasyon sağlanır (Ercan, 2003: 108). Dış motivasyon kişinin dışarıdan aldığı ödül ve ceza gibi tesir edici şeylerle oluşmaktadır. Dış pekiştireçler(para, madalya, kupa vb.) maddi ödüller veya manevi ödüller (takdir edilme, övülme vb.) olabilir. (Türkmen, 2005).

Dışsal güdü başka kişiler tarafından gelen iyi veya kötü tesirleri olan, hareketin yeniden yapılma sıklığını düşüren maddi veya maddi olmayan destekleme ve pekiştirme yöntemidir. Motivasyonu artıran uyaran dışarıdan sağlanmaktadır. Örneğin, kişinin başarısız olmaması için ve kötü not almaması için çalışması gibi (Yüksel, 2004: 105-107).

1.2.3.3. Sosyal Motivasyonlar

Toplumsal hayatımızın içerisinde bulunan yaşantılarımızla oluşan iç itimlere tesir eden etmenlerdir (Karaman, 2010: 31). Kişi bu etkilere ulaşabilmek amacıyla yüksek düzeyde gayret sarf eder. Topluluğa ait olmak, kişiler arasında bilinmek, sevilme, diğer insanlarla yardımlaşmak, ilgilenilmek gibi sosyal açıdan destekleyen hareketlerdir (Kaplan, 2007). Birey, amacına ulaştığı takdirde mutluluğa ulaşır. Bu tür güdüler insan yaşamıyla paralel olarak ilerler. Okul hayatında başarılı bir öğrenci olmak isteyen birey, iş hayatı başladığında iyi bir görev ve kariyere sahip olma isteği taşır (Sabuncuoğlu ve Tüz, 1998, s. 101).

Sosyal güdüler bazen fizyolojik güdüleri asabilir. Örneğin savaş sırasında dinsel inançların etkisiyle "ölürse şehit, kalırsa gazi" olmak güdüsü bireyin fizyolojik gücünden daha

etkili olabilir. Bu sosyal motivlerin eseridir (Başaran, 1991). Sosyal güdüler bireyden bireye farklılık gösterdiği gibi toplumdan toplumda değişebilmektedir

1.2.3.4. Psikolojik Motivasyonlar

Psikolojik güdüler, doğuşan gelebildiği gibi sonradan da kazanılabilmektedir. Bireylerin kişilik ve davranış modellerini oluştururlar. Kişilik genellikle bireyleri birbirinden ayıran davranışlar toplamı olarak ifade edilebilir. Çeşitli aşamalardan geçerek gelişen insanların kişilik yapıları psikolojik güdülerin oluşma biçimini etkiler (Sabuncuoğlu ve Tüz, 2003: 127). motivasyon çeşitlerinin arasında en karmaşık ve anlaşılması zor olan motivlerdir çünkü insanlar olayları farklı şekilde algılamakta ve farklı tepkiler vermektedirler. Psikolojik ihtiyaçlardan kaynaklanan güdülerin akışı incelenebilir lakin sebebini anlamak zordur (Taşpınar, 2006, s.20-21).

Psikolojik motivasyon, kimi zaman kişinin kendini öne çıkarma arzusu, kimi zamanda özgür yaşama arzusudur. Bu amaçları bir araya getiren topluluğun başı olma isteğidir. İnsanlar başarıya kavuşmak, ödüller almak isterler ve bu hedeflerine ulaşabilmek için tutkulu bir şekilde uğraşırlar (Eren, 2001).

1.2.4. Motivasyonun Amaçları

Motivasyon amaca ulaşma ile son bulan bir süreçtir. Birey amaca sahip olduğu zaman doyum sağlanmış olacaktır ve kişi bundan sonra huzura kavuşacaktır fakat, yeni bir ihtiyacın belirmesiyle bu döndü tekrar edecektir (Tezcan, 2006). Birey, amacı doğrultusunda çalıştıkça bu konudaki gelişimini fark eder ve motivasyonu sürdürür (Schunk, 2009).

Öğrenmeye dönük amaçlara sahip olan bireyler gerçekten o konuyu kapsamlı bir şekilde öğrenmeye odaklanırlar. Öğrenme odaklı bireyler başarısızlıktan veya baskaları ile karşılaştırılmaktan rahatsızlık duymazlar çünkü asıl amaçları konuyu en iyi şekilde öğrenebilmektir. Performans amaçlı bireylerde ise daha zor görevlerden kaçınma, kendilerini fazla yormama eğilimi görülür (Eggen, 1997). Öğrenme odaklı bireylerin mativasyonları motivasyon süreci boyunca en üst düzeydedir ve dış uyarıcılardan olumsuz yönde etkilenmezler.

1.2.4.1. Etkinlik

Etkinliği, bireyin yaptığı uğraşta etkin olma durumu, bazı etkileri oluşturma yeteneği, yeterli olma derecesi olarak açıklayabiliriz. Motivasyonda etkinlik ise, bireylerin motivasyonlarının yüksek olması yaptığı işlerde de yeterli, etkin bireyler olmasını sağlayan bir unsurdur. Motivasyon düzeyi yüksek olan bireyler kendi yeteneklerini, kapasitelerini bilir ve aynı zamanda yapacakları işlerde nasıl etkin olmaları gerektiğini de bilerek doğru yönde hareket ederler.

1.2.4.2. Verimlilik

Verimlilik düşük girdi ile en yüksek çıktıyı kazanmak veya istenilen sonuca en az çaba harcayarak ulaşmaktır (Peter, 1972). Motive olmayan bireyler, etkili performans gösteremezler ve verimli işler yapamazlar. Kabiliyetleriyle aynı olmayan, saçma olduğunu düşündüğü işler yapan yüksek kabiliyeti olan çalışanlarda, yorgunluk, sıkılmışlık, ruhen ve bedenen performanslarında düşme gibi bir takım olaylar görülür. Düşük moral, verimliliği negatif etkilemektedir (zdemir, Muradova, 2008).

1.2.4.3. Kalite

Kalite birden çok yöne sahip bir terimdir. Bireyin performansı, güvenirlik, dayanıklılık, servis olanakları, uygun ve estetik olma gibi bieden fazla özelliği içine almaktadır. Motivasyon durumunun değişkenliği bireyin ortaya koyduğu veya yaptığı işlerin kaliteli olmasını da etkiler. Yüksek motivasyon yüksek kalite iken, düşük motivasyon da düşük kalite demektir. Yani motivasyon ile kalite arasında pozitif yönde bir korelasyondan söz edebiliriz.

1.2.5. İnsan Doğası ve Motivasyon

1.2.5.1. X ve Y Kuramı

Douglas McGregor insan doğası ile güdüleme arasındaki ilişkileri X ve Y kuramları altında toparlamıştır. uygulamada yöneticiler, bu iki kuramdan birini benimseyerek, insanı o kuramın bilgileri ışığında güdülemeye çalışmışlardır (Can, Kavuncubaşı, 2005). Liderler, X ya da Y kuramı üzerinden hareketle benimsedikleri kuramın bilgileri ile motivasyona çalışmaktadırlar (Can ve diğerleri, 1998). Her yönetsel eylem veya kararın arkasında, insan özellikleri ve insan davranışı hakkında varsayımlar yer almaktadır (McGregor, 1970). McGregor'a göre "X kuramı da Y kuramı da geçerlidir ancak evrensel nitelik taşımamaktadırlar" (Quick ve Quick, 2004).

McGregor'un X ve Y kuramlarına göre birey değerlendirmesi, aşağıda maddelendirilmiştir (McGregor, 1970):

X kuramına göre;

- İnsanlar doğal olarak çalışmayı sevmezler ve fırsat bulurlarsa çalışmaktan kaçınırlar,
- Normal hayatta bireyler çalışmaktan hoşlanmadıkları ve çalışma alanında emek sarf etmedikleri için yönetilme, kontrol edilme ve ceza gibi yöntemlerle korkutulmalıdırlar,
- Normal bireyler kariyere önem vermek yerine, sorumluluktan uzak duran ve kendilerine en çok maddi kar sağlayan işi seçerler,
- İnsanların çoğunluğu yaratıcı değildir ve değişikliğe karşı direnç gösterirler,
- Bireyler içinde oldukları örgütün amaçlarından çok kendilerini önemsemektedirler,
- X kuramında örgüt çalışanlar örgütle bütünlük sağlamazlar (Durmaz, 2002).
- X kuramında liderler işgörenleri motive etmek için planlama, örgütleme, korkutma, denetleme gibi tekniklere başvurur ve ekonomik araçlara ağırlık verirler (Şimşek, 1995).

Y kuramına göre;

- Kişi doğuştan çalışmayı sevmeme gibi bir davranışa sahip değildir zamanla iş bir tatmin veya ceza kaynağı haline gelir,
- Birey çalışmaya başlamadan önce kendisine koyduğu hedeflere yaklaşmak için kendisini idare edecektir(X kuramında idare çevreden gelir, burada kişiye aittir),
- Normal bireyler, her zaman öğrenmeyi severler ve şartlar uygun olduğu zaman sorumluluktan kaçmayıp sorumluluğu almak isterler,
- İnsan yapısında bulunan özgünlük, üretkenlik gibi bir takım özellikler hayatta nadir kişilere verilmeyip bir çok kişiye bu özellikler verilmiştir,
- Hedeflere sadık kalma, hedeflere ulaşma yolundaki ödüllere göre şekillenir. Ödüller arasındaki kişinin tatminini sağlama, örgütsel hedeflere dayanan emeklerin doğrudan çıktılarıdır.
- Y kuramında ise çalışanlar örgütle bütünleşirler (Durmaz, 2002).
- Y kuramında ise liderler çalışanlarına yeteneklerine uygun iş alanları yaratmaya ağırlık verirler (Can ve diğerleri, 1998).

1.2.5.2. Z Kuramı

Örgüt yönetiminde yalnızca X veya Y kuramını kullanmak bütün durumlarda örgütlerde başarıyı sağlamayabilir. X kuramının işaret ettiği klasik örgüt yaklaşımı bazı durumlarda başarılı sonuç verirken bazı durumlara etkili olmayabilmektedir. Y kuramına uygun yönetim yaklaşımı da zaman zaman olumlu sonuçlar verebilmekle birlikte, bazı durumlarda olumlu sonuç vermeyebilmektedir (Morse ve Lorsch, 1975). Bu iki kuramı başarılı hale getirebilmek için varsayımlar birleştirilip Reddin Z kuramı oluşturulmuştur.

X ve Y kuramlarında, insanların nasıl davrandıkları incelenirken, Z teorisinde ise ana konu, insanların davranışlarının arkasında yatan nedenlerdir. X teorisinde kişiler pasif yönetilen değil, gerçekçi hareketleriyle istek ve arzuları olan farklı yapıdaki bireyler olarak ele alınırlar (Karakoç, 1998). Z teorisi kişiyi olumlu veya olumsuz olarak değerlendirmemekte ve X ve Y teorilerinin çeşitli zamanlarda olumlu yönde katkı sağlayacağını savunmaktadır (Can, Kavuncubaşı, 2005).

1.2.5.3. Olgunlaşmışlık Kuramı

Argyris'in olgunlaşma teorisine göre, "bireylerin yapısıyla ilgili düşüncelerini bireylerin olgunlaşmaları yönünden geliştirmiştir. Bireyler olgunlaşmamış kişilerken vakit geçtikçe olgun kişiler haline gelirler" (Gürüz ve Yaylacı, 2004). Olgunlaşmamış insan pasif, bağımlı, kısıtlı düşünce kabiliyetine sahip, sıkılgan, diğerlerinden daha alt seviyede ve benliğini tanımayan insandır. Olgun insan ise bunların zıttı olarak aktif, bağımsız, öngörülü, derin ilgileri olan, üst seviyede ve benlik sahibi insandır (Can ve diğerleri, 1998).

Argyris'e göre "çok az insan tamamen olgunlaşabilmektedir. Olgunlaşamamanın ana sebebi, örgütlerdeki emir komuta mantığı, iş bölümü, denetim ve liderlik stillerinin olgun insana uyumlu olmamasıdır" (Mutlu, 2003). Örgütlerde bulunan katı kurallar bağımlı kişiliklerin oluşmasını sağlarlar ve olgunlaşmayı engellerler. Bu örgütlerde çalışan olgun bireylerde ise işi bırakma, örgüte güvenin yitirilmesi gibi tepkiler oluşur. Liderler çalışanlarını motive etmek için onların seviyelerine göre yöntemler kullanmalıdır

1.2.6. Kapsam Teorileri

Kapsam kuramları bireyleri güdüleyen etmenleri inceleyen statik kuramlardır (Bowditch ve Buono, 1990). Kapsam kuramları kişinin içerisinde var olan motivasyon ve gereksinimleri doyurmaya yönlendiren ya da gizli olarak kişilerde var olan motivasyonları ortaya çıkarmaya yöneltmektedir (Eroğlu, 2004)

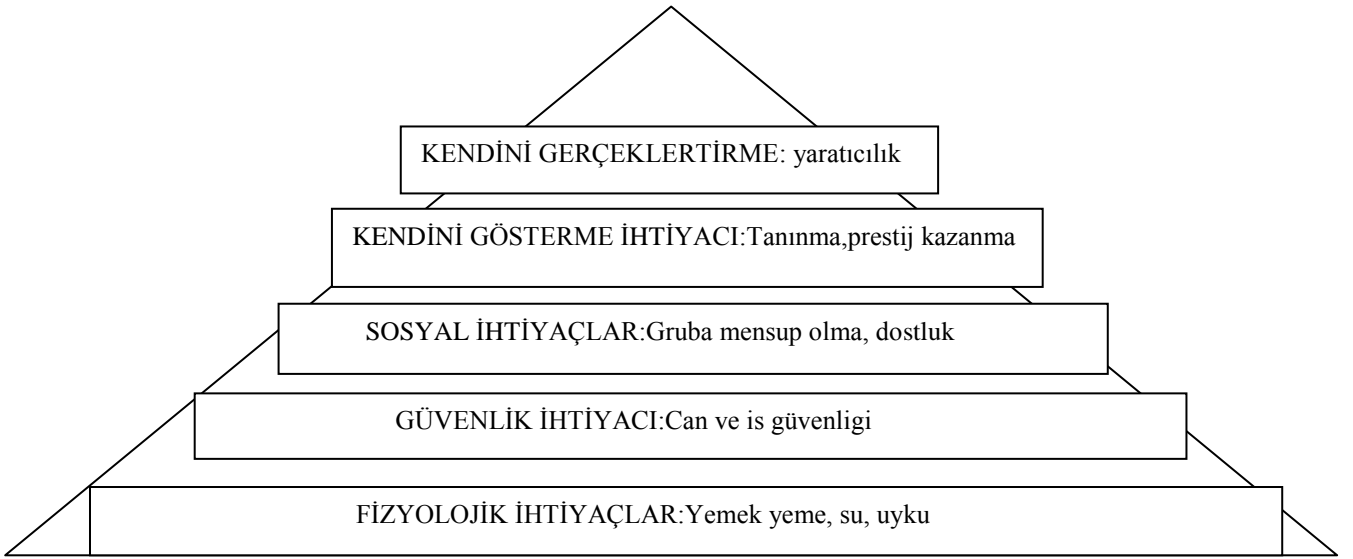
Kapsam teorileri, kişileri motive eden faktörlerin neler olduğunu açıklar; ancak bu etmenlerin davranış üzerindeki işleyişi hakkında pek bilgi vermezler (Tınaz, 2001).

1.2.6.1. Maslow'un İhtiyaçlar Hiyerarşisi

Moslow insanların doğuştan gelen davranışlarına yön veren bir takım gereksinimler olduğunu belirtir. İhtiyaçlar teorisine göre bu gereksinimler beş ana grupta incelenir (Bowditch ve Buono, 1990).

Kişinin ihtiyaçları belli bir sıraya göre sıralanırlar (Maslow, 1987). Bu ihtiyaçlar hiyerarşik sırasına göre en temelden başlayarak; fizyolojik ihtiyaçlar, güvenlik ihtiyaçları, sosyal ihtiyaçlar, kendini gösterme ihtiyacı ve kendini gerçekleştirme ihtiyacı olarak sıralanır. İnsanlar, hiyerarşik yapıda alt-düzey olan gereksinimleri giderdikçe, en alttakinden en üste doğru ilerlemektedir (Maslow, 1987).

Bu teoriye göre, üst düzeydeki ihtiyaçlar yalnızca bir aşağı düzeydeki ihtiyaçlar karşılandığında meydana gelirler. Fakat tatmini sağlanan istekler insanı etkilemez. Bireyi her zaman karşılayamadığı ihtiyaçları güdüler ve bireyin davranışlarına etkği eder (Peker & Aytürk, 2002, s.62).



Şekil 2 : Maslow'un İhtiyaçlar Hiyerarşisi (Kaynak, 1987, s.127)

“Karşılanan ihtiyaçlar insanı motive etmez. Kişi olgunlaştıkça, üst seviye ihtiyaçları öne çıkmaya başlar” (Maslow, 1987). İhtiyaçlar hiyerarşisinde insan ihtiyaçları sonsuz ve sınırsızdır. Bütün bireylerin yüksek seviye ihtiyaçlarının olacağı diye bir varsayım yoktur. Bu nedenle, hiyerarşinin en üstünde yer alan kendini gerçekleştirme aşamasına herkes ulaşamayabilir (Cüceloğlu, 2004, s.236).

1.2.6.2. Alderfer'in ERG Teorisi

Alfred, Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarsisi teorisini daha basit hale getirerek ERG teorisini ortaya çıkarmıştır (Daft, 1987). Bu modelde ihtiyaçlar hiyerarşisinden farklı olarak kişinin yüksek ihtiyaçları karşılanmadığında hüsrana uğrayıp alt seviye ihtiyaçlarına yöneldiği varsayılır (McShane ve Glinow, 2003). Ayrıca, Maslow'unkinden farklı olarak, aynı anda birden fazla ihtiyacın faaliyet gösterebileceğini de kabul etmektedir (Kretiner, 2004)

ERG teorisinde İhtiyaçlar Hiyerarşisi teorisinin tersine eğer kişi üst düzeydeki ihtiyacını bir türlü tatmin edemezse bu konuda yaşadığı mutsuzluk ve hayal kırıklığı onu bir alt düzeydeki ihtiyacın tatminine geri döndürür ve kişi bu yolla motive olur (Aşan, 2001: 228) Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisi özellikle çalışma yaşamı için geliştirilmemiş iken Alderfer (1972) teorisinde örgütlerdeki insanların ihtiyaçlarına yönelik bir uyarlama yapmaya çalışmıştır (Özer ve Topaloğlu, 2008: 90). Bu teoriye göre üç tür ihtiyaç bulunmaktadır;

Varolma(Existence) ihtiyacı: İnsanların yaşamlarını daim ettirebilmeleri için gerekli olan temel ihtiyaçlar yani fizyolojik ihtiyaçlarıdır (Barutçugil, 2004). Maslow'un kuramındaki ilk iki basamaktaki gereksinimlere karşılık gelmektedir.

Sosyal (Relatedness) ihtiyaçlar: Kişiler arası ilişkiler kurmaya yönelik ihtiyaçlardır. Maslow'un sevgi ve ait olma ile saygınlık ihtiyaçlarından dışsal saygınlık faktörlerini (statü sahibi olma ve itibarlı olanaklar elde etme gibi) kapsamaktadır (Aşan, 2001: 228).

Gelişme (Growth) ihtiyacı: Kisisel yönden gelisme ve yeteneklerini artırma ihtiyacı. Başarı ve sorumluluk isteği doğrultusundaki saygınlık gereksinimini de içine alır. Maslow'un kuramındaki özgerekleştirme gereksinimine denk gelir (Başar, 2014).

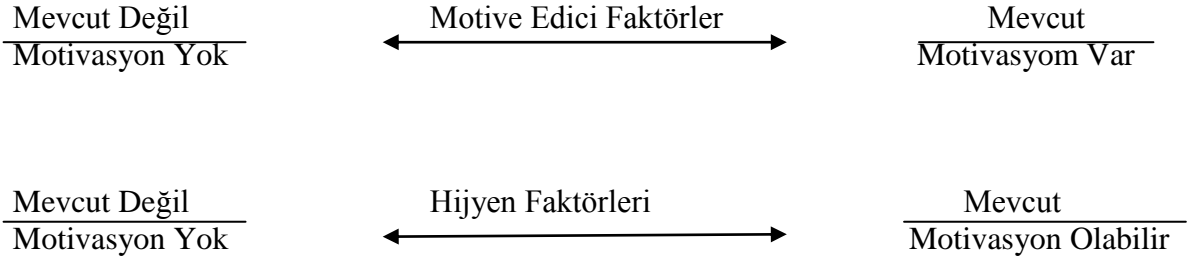
1.2.6.3. Herzberg'in ift Faktör Teorisi

Herzberg tarafından gelistirilen bu teori, kişinin işine karşı tutumunun, işindeki başarıyı ya da başarısızlığı direkt olarak etkileyeceği gorusune dayanır (Aktas, 2002, s.194). Herzberg, Pittsburg Bölgesi'nde yaklaşık iki yüz muhasebeci ve mühendisten olusan bir grup üzerinde araştırma yapmıştır (Akıncı,2001). Araştırmaya katılanlara “İşinizde kendinizi ne zaman son derece iyi ve ne zaman son derece kötü hissettiğinizi ayrıntılı olarak açıklayınız” sorusu sorulmuş ve istediklerini yazmaları istenmiştir (Koçel, 2010: 626). Araştırmalar

sonucunda, Herzberg motivasyonun hijyen faktörleri ve motive edici faktörlerden etkilendiğini savunmaktadır. Motive edici faktörler kişinin yaptığı işle ilgili içsel faktörlerken, hijyen faktörleri ise iş yaptığı çevre ile alakalı dışsal unsurlardır (Herzberg, 1989). Bu teorinin varsayımlarına göre çalışma ortamında çalışanların karamsar olmasına neden olan işi bırakmasına ve doyumun olmamasına neden olan hijyen faktörleri ile çalışma ortamında çalışanı iyi hissettiren, iş yerine bağlayan özendirici veya doyuma ulaştıran etmenlerin birbirinden farklı olduğunun bilinmesi gerekir (Deniz, 2005, s.146).

Hijyen faktörü: İşletme politikası ve idaresi iş ortamı, maaş miktarı, iş hayatı dışındaki yaşamda mutluluk seviyesi, hiyerarşik ilişkiler gibi etmenler “hijyen faktörleri” olarak belirtilirler (Kaplan, 2007). Herzberg bunlara dışsal faktörler adını da vermektedir (Eren, 1996:423). Herzberg’in bunlara hijyen etmenler demesinin nedeni bunların işgöreni çalıştığı yerden koparan, ayıran etmenler olmasındandır (Eren, 1998, s.411). Hijyen faktörünün yokluğu tatminsizliğe neden olur. Yöneticilerin hijyen faktörlerini asgari düzeyde buldurması gerekir. Ancak bu, motivasyonu sağlamak için yeterli olmadığından aynı zamanda motive edici faktörler de buldurularak çalışanların motivasyonları sağlanmalıdır (Mirzeoğlu, 2005).

Motive edici faktörler: Başarı, tanınma, ilerleme, işin kendisi, gelişme imkânı ve sorumluluk motive edici faktörler arasında yer almaktadır (Eroğlu, 2004, s.335). Herzberg bunlara içsel faktörler adını da vermektedir (Eren, 1996: 423). Bu faktörlerin varlığı, bireye bireysel başarı hissi verdiği için, bireyi motive edecektir. Bunların yokluğu ise bireyin motive olmaması ile sonuçlanacaktır (Koçel, 1998). Motive edici faktörlerin yokluğu tatminsizliğe neden olmaz; ama varlığı motivasyonda artışı sağlar (Çetinkanat, 2000).



Şekil 3 : Herzberg'in Çift Faktör Teorisi (Kaynak: Koçel, 2010: 626)

1.2.6.4. McClelland Başarı İhtiyacı Teorisi

Motivasyon ve iş yaşamı konularının arasındaki bağı, kişiselden boyuttan hareketle sosyal boyutta inceleyen McClelland, birey gereksinimlerini başarı, sadakat ve güçlülük gereksinimleri olarak adlandırır (Eroğlu, 2004, s.339). McClelland insanın davranışını şekillendiren bu ihtiyaçların önemini kişiler arası ilişkilerde, akademik başarıda, hayat tarzının seçiminde ve iş performansı üzerindeki etkilerinde görülebileceğini iddia etmiştir (Özer ve Topaloğlu, 2008: 96). Başarı ihtiyacı kuramı, diğer kapsam kuramlarının aksine “ihtiyaçların doğuştan olduğu varsayımını” reddetmekte ve ihtiyaçların öğrenme ile ortaya çıktığını ileri sürmektedir (Buyukgoz, 2008, s.49).

McClelland'a göre yüksek başarı ihtiyacı; “İyi iş yapma ya da bir kusursuzluk standardıyla rekabet etmenin önemli olduğu eylemlere yönelme” olarak tanımlamıştır (Özer ve Topaloğlu, 2008: 96). Sorunlara çözüm bulmada kişisel sorumluluk almak isterler, amaca yöneltilirler, ortalama, gerçekçi ve elde edilebilen amaçlar ortaya koyarak bir dereceye kadar riske girerler, yaptıkları işin sonucunu görmek isterler, yüksek enerji ve istekle zorlu çalışmalara girerler (Simsek vd., 2003, s.142).

“Yüksek başarı gereksinimine sahip bireyler, ne büyük ne de küçük riskler almayarak, başarılarını hesaplanan riskler olarak göstermek gereksinimi hissetmektedirler. Bu bireyler, hedefledikleri amaca doğru hangi düzeyde ulaştıklarını anlamak için hızlı ve kesin şekilde bir geri bildirim alma ihtiyacı duymaktadırlar. Başarıya hedeflenen kişiler olarak kişisel sorumluluk almakta son derece kararlılırlar” (McClelland, 1961, 1965).

McClelland'a göre yüksek güçlülük ihtiyacı; "Yüksek bir güçlülük ihtiyacı ise, baskalarını etkilemek ve yönlendirmek arzusu, baskalarını kontrol altına alabilmek" şeklinde ifade edilir (Tınaz, 2000). Güç ihtiyacı yüksek olan bir kişi güç ve otorite kaynaklarını genişletme, baskalarını etki altında tutma ve gücünü koruma davranışlarını göstermektedir (Koçel, 2010: 627). Bu bireyler diğer kişileri etkilemek ve kontrol etmek isterler, lider olacak pozisyonlar arar, diğerleri ile yarışmayı severler, Öğretici olmaktan ve topluluğa hitap etmekten hoşlanırlar (Aşan, 2001: 231).

McClelland'a göre yüksek bağlılık ihtiyacı; "Sevgi, ait olma ve bağlı olma ihtiyacıdır. Başkaları ile ilişkiye girmeyi, grup üyesi olmayı ve sosyal ilişkiler geliştirmeyi" ifade eder (Önen ve Tüzün, 2005: 47). Aynı zamanda grup ve örgüt içerisinde kabul edilme ve kimlik oluşturma arzusudur (Barbuto vd. 2005). Yüksek bağlılık ihtiyacı görülen bireyler, diğerleriyle arkadaşlık ve duygusal ilişki içine girmek isterler ve bir gruba katılarak kimlik duygusuna erişmek isterler (Can, 2005: 240): İnsanları arkadaşlık kurmaya yönelten farklı sebepler vardır. Bunlardan biri kişinin gerçekten iyi bir arkadaşlıktan hoşlanmasıdır. Diğerleri ise kişilerin para, çıkar ve diğer maddi ödüllerden yararlanmak için başkalarıyla arkadaşlık kurma istekleridir (Eroğlu, 2009: 426)

1.2.7. Süreç Teorileri

Süreç teorileri, bireylerde davranışların nasıl belirdiğini, nasıl devam ettirildiğini ve nasıl son verildiği durumlarının açıklanmasını hedefler (Eroğlu, 2004). Süreç teorileri ihtiyacın doğuşundan doyumuna kadar gözlemlenebilen motivasyon sürecinin özelliğini ayırt etmeye uğraşır (Ergül, 2005: 69). Hareketlerin belirişinden son buluşuna kadar geçen zamana; bu zamanda bulunan parametreleri ve bunların arasındaki bağı anlamlandırmaya uğraşırlar (Tınaz, 2001).

1.2.7.1. Beklenti Teorileri

Teoride, kişilerin farklı algı düzeylerine göre farklı davranış ve motivasyonlar sergileyebileceği vurgulanmaktadır (Adair, 2003). Gösterilen fazla emek performansın yükselmesini sağlayacaktır böylelikle bireyin gereksinimleri karşılayacak ödülleri sağlayacaktır (Strauss,1980). Beklenti teorilerinin temelini oluşturan Vroom'un beklenti değer teorisi ve Lawyer-Porter'in geliştirilmiş beklenti teorilerinin ortak noktaları şunlardır (Eroğlu, 2004, s.345):

- Birey, farklı davranış yolları içinden kendi davranışının, kendisi için uygun bir sonuç ile neticelenip neticelenmeyeceği düşüncesinden etkilenir.
- Birey, belli bir davranışta bulunmanın uygun bir sonuçla neticeleneceğini düşünebilir.
- Diğer faktörlerin eşit olduğu durumlarda, birey kendisine en verimli sonucu verecek şekilde davranmaya çalışır.

Vroom'un beklenti teorisi, insanların hareketlerini sergilerken kendileri için olumlu gelişmelerin olması, ödüller elde etmesiyle ilişkili olarak aynı davranışları göstermeye devam eder (Efil, 1993). Vroom'a göre, bireyler düşünerek nasıl seçimler yapacaklarını bulurlar ve bu seçimlere ulaşmak için yaşamsal tahminler yürütürler (Aktas, 2002, s.197). bu teoride bireyler aklını kullanabilen ve düşünebilen varlıklardır. İçinde buldukları zaman veya gelecekteki yaşamları konusunda mantıklı tercihlerde bulunurlar. Kişinin motive olması bulunduğu çevreye bağlıdır. Bu çevre çalışanın ihtiyaçları, hedefleri ve beklentileri ile uyum içinde ise kişi motive olabilmektedir (Şimşek vd. 2011: 194).

Vroom'un modeli geliştirilerek, Porter ve Lawler modeli olan iç ve dış motivasyon kuramı keşfedilmiştir. İçsel güdü kişinin bir etkinliği enterasan olarak görmesinden ve etkinlikten doyum sağladığı için yapmasını anlatırken, dışsal güdü etkinlik ve maddi manevi ödül gibi etmenlerle bir bağı olması yönündedir. Bu şekilde doyum etkinlikle değil, onun sağladığı ödllerle gerçekleşmiş olur (Gagne, Deci, 2005).

Porter ve Lawler, Vroom'un bulduğu güdüye etki eden etmenlere ilavebireyin kabiliyeti,, öğrenim düzeyi, gereksinim olan yeteneğin karmaşık olması ve teknolojik kısıtlamalar gibi dış etmenleri de önemli kılmışlardır (Ellis ,Dick 2003).

1.2.7.2. Pekiştirme Teorileri

Bu teori, bir takım amaçların iş alanındaki kişilere uyarlanmasıyla elde edilmiştir. Bu uyarlanan amaçlara bakıldığı zaman bireylerin yaptıkları hareketlere karşı verilen ödüllerin hareketin yeniden yapılmayı artırdığını, aynı şekilde hareket sonrası verilen cezaların ise hareketin yapılma sıklığını azalttığı görülmektedir. Hareketin hiçbir şekilde ceza veya ödülle karşılık bulmaması sonucunda davranışta sönme meydana gelecektir (Tezcan, 2006). Beklenen hareketin gösterilmesiyle verilecek olan ödül ve ceza hareketin hemen ardından verilmelir yoksa geçiken dönüt hareketler üzerinde istenen etkiyi yaratmayacaktır (Tınaz, 2000, s.35).

Bu kurama göre, bireyler kişisel olarak en çok ödüllendirilen davranışa yönelirler. Bireylerin davranışı ödüllerin kontrol altında tutulmasıyla şekillendirilmektedir (Simsek vd., 2003, s.148). Pekiştirme teorisine göre belirli bir davranışın sonucunda eğer organizma haz duymuşsa bu davranışı tekrar eder, eğer acı duymuşsa bir daha bu davranışı göstermez. Organizma ancak sonucundan memnun olduğu davranışı tekrar etmek ister. Böylece davranış tekrar edildikçe öğrenilmiş ve pekiştirilmiş olur (Eren, 1996: 453).

1.2.7.3. Adams'ın Eşitlik Teorisi

J. Stacy Adams tarafından geliştirilen modelde, insan güdülenmesinin temelinde, insanların kendilerine eşit davranılması isteği yatar (Can vd., 1995, s.330). Eşit davranma insanı motive eden önemli bir faktördür (Güney, 2011: 360). Aynı ortamdaki işgörenlerin gösterdikleri emek sonucunda elde edeceklerini eşit bulmamaları ve eşitsizlik hissetmeleri kişisel iş başarıları ve iş doyumları açısından etkilidir (Öztürk, 2003). Birey, ancak kendisi ile diğer çalışma arkadaşları arasında tam eşitlik ve dengenin sağlandığına inandığı zaman huzura kavuşur (Tınaz, 2009, s.12).

Güdülemenin temelinde insanların kendilerine esit davranılması istegi yatar. Bu dogrultuda Adams'ın kuramının temelinde dört kavram bulunmaktadır (Can ve Kavuncubası, 2005):

- *Kisi*: Esitligi ya da esitsizligi algılayan kisi,
- *Diger kisi*: Ödül ve katkı anlamında karşılaştırma yapılan kisi,
- *Ödüller (Çıktılar)*: Kisinin çalışması karşılığı elde ettiği ücret,
- *Katkılar (Girdiler)*: Kisinin isine tasıdığı eğitim, yetenek, zeka, deneyim, emek gibi özellikler.

Toeri birçok çalışmada doğrulanmıştır fakat burada yöneticileri bekleyen en önemli sorun, çalışanların kendi girdi ve çıktılarını nasıl olctukleri, kimlerle karşılaştırdıkları ve karşılaştırma yaptıkları kisinin girdi ve çıktılarını ne şekilde değerlendirdiklerini tahmin etme konusundaki zorluktur (Tetik ve Pala, 2009, s.90).

1.2.7.4. Locke'ın Amaç Teorisi

Edwin Locke tarafından 1968 yılında geliştirilen amaç teorisi,sergilenen hareketlerin nedeninin altında kişilerin şuurlu amaç ve maksatlarının bulunduğunu savurunur.Zor amaçlar daha çok verim sağlar.verimi çoğaltmanın başka bir yoluda kişilere dönüt verilmesidir (Can vd.,1995, s.331). Amaç modelinde niyetler özel bir önem tasır. Ayrıca davranışı güdüleyen şeyin bilinçli amaçlar olduğu vurgulanır (Can ve Kavuncubası, 2005: s,308).

Kişinin bir amaca sahip olması performansını artıracaktır, çünkü amaçlar kişiye ne tür ve ne düzeyde bir performans beklendiğine dair açıklık getirmektedir (Tozkoparan, 2008: 127). Teoriye göre ulaşılması zor amaçlar kolay amaçlara göre daha yüksek düzeyde performans ile sonuçlanır ve sonuçlara ilişkin geribildirim olması da olmamasına oranla daha yüksek performansa neden olur (Robbins ve Judge,2012: 214). Amaçlar bireyler tarafından açık ve anlaşılır olmalıdır. Teoriye göre örneğin bir satış elemanı “bir ayda 10 tane ürün satmalısın” şeklindeki belirgin bir amaca elinden gelenin en iyisini yap şeklindeki genel bir amaçtan daha fazla motive olacaktır (Aşan, 2001: 235).

Teori, amaç bağıllığı, görevin zorluğu ve geribildirim gibi kavramların bireyin performansı üzerindeki etkisini ele almıştır. Teorinin başlıca önermeleri şu şekildedir (Tezcan, 2006):

- Özel amaçlar, genel amaçlara göre daha yüksek performansa sebep olur.
- Amacın zorluğu oranında, performans ta genellikle artma eğilimindedir.
- Amaçların performansı arttırabilmesi için, çalışanın amaçları kabul etmesi gerekmektedir.

1.2.7.5. Hackman ve Oldman'ın İş Özellikleri Teorisi

Hackman ve Oldman (1976) iş özellikleri teorisinde “kişi ve iş arasında bağıntıdan söz eder ve bu konu üzerinde yoğunlaşır”. İşin bazı özelliklerinin motivasyonu etkilediği üzerinde durulmuştur. Neden birtakım işlerin diğerlerine nazaran içsel olarak daha motive edici olduğunu açıklanmıştır. Teori , iş etmenleri, güdü ve işteki başarıyla alakalı, ruhsal olaylar, iş sonuçları ve gelişme gereksinimi arasındaki çift yönlü bağa dayanmaktadır (Can, 2005, s.250). Bu modelde işyerinde işgörenin kalitesine ve iş deneyimine göre yapılacak değişimlerle işin yeniden tasarlanması ve verimliliğin yükseltilmesi hedeflenmektedir (Eren, 2004; Gözüm ve Karaçor, 2017, s.503).

İşin güdüsel gücünü fazlalaştıran temel ölçütleri; yetenek farklılıkları, işin yapısı, işin mahiyeti, kedinin yetebilme ve dönütlerdir (Riggio, 2003). Bu görev ölçütlerinin algılanması, tutumsal ve eylemsel sonuçları etkiler (Ambrose ve Kulik, 1999). Kabiliyet değişiklikleri, işin yapısı ve işin gerekliliği bireyin işin anlamlılığını; otonomi görevle ve çalışma sonuçları ile alakalı bireyin görevlerini; dönütler ise bireyin görevdeki çıktılarını algılamasını etkiler (Riggio, 2003). Üst düzeyde çalışmayı sürdürebilmek için kişiler dönütlere gereksinim (Katzell ve Thompson, 1990).

II. BÖLÜM

YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın temel amacına uygun olarak; araştırmanın modeli, araştırma evreni ve örnekleme, veri toplama teknikler, veri toplama aracının uygulanması ve verilerin çözümlenmesinde kullanılan istatistiksel yöntem ve teknikler açıklanmıştır.

2.1. Araştırma Modeli

Bu araştırmada nicel araştırma yöntemlerinden betimsel araştırma yöntemi kullanılmıştır ve anket metodu ile veri toplama yoluna gidilmiştir. Anket yönteminde, araştırmacı ile veri kaynağı olan denek arasındaki iletişim, yalnızca yazı ile yapılır ilişkisel (correlational) yöntem ve nedensel karşılaştırma (causal comparative) yöntemi kullanılmıştır. İlişkisel araştırma; iki ya da daha fazla değişken arasındaki ilişkinin, değişkenleri etkileme çabası olmadan incelenmesidir (Arseven, 2011).

2.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini 2016-2017 eğitim öğretim yılında Uşak ilinde bulunan Uşak Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi ve Eğitim Fakültesi öğrencileri oluşturmuştur. Araştırmada örneklem grubunu oluşturan Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği bölümünden 107, Spor Yöneticiliği bölümünden 41, Eğitim Fakültesinden 111 toplamda 259 kadın, 131 erkek olmak üzere toplamda 390 öğrenci tesadüfi (random) metodu ile belirlenmiştir.

2.3. Verilerin Toplama Teknikleri

Araştırma kapsamında iki ayrı veri toplama aracı kullanılmıştır. Bunlardan birincisi depresyon düzeylerinin ölçülmesi için kullanılan Beck (1967) tarafından geliştirilen Beck Depresyon Envanterini ilk olarak Türkçe'ye uyarlayan Hisli, (1988)'i tekrar Dölek (1999)'un uyarladığı ölçekten uygulanmıştır. İkincisi ise, öğrencilerin motivasyonu ölçmek için kullanılan 1998 yılında J.E.Barbuto ve R.W.Scholl tarafından geliştirilen, Necla Dölek tarafından Türkçe'ye çevrilen Motivasyon Kaynakları Envanterinden yararlanılmıştır.

2.3.1 Veri Toplama Araçları

Araştırmada kullanılan anketin birinci bölümünde öğrencilerin cinsiyet, öğrenim gördükleri sınıf, hangi düzeyde spor yaptıkları, öğrenim gördükleri bölüm, öğrenimleri sırasında barındıkları yer, yaşamlarının büyük bölümünü geçirdikleri yerleşim yerine ilişkin demografik bilgilere ait sorular yer almaktadır.

Anketin ikinci bölümünde öğrencilerin kendileriyle ilgili depresyon algılarını belirlemek için Beck ve ark (1967) depresyon envanterini Hisli, (1988) yılında Ege Üniversitesi Edebiyat Fakültesinin çeşitli bölümlerinde okuyan 17–23 yaşları arasında 259 öğrenciye Beck Depresyon Envanteri ve MMPI-D ölçeğini uygulamış, yapılan istatistiksel analizler sonucunda iki ölçek arası korelasyon katsayısı $r = 0.50$ çıkmıştır. Bu sonucunda yurtdışında aynı kriter ile yapılmış birlikte geçerlik çalışmaları ile uyduğu görülmüştür. Bu çalışmada envanterin bulunan faktör yapısının da, Batı üniversite öğrencileriyle yapılmış çalışmalarda elde edilen faktör yapısına benzediği bulunmuştur. Daha sonra Dökmen (1999) tarafından Beck Depresyon Envanterinde bulunan 21 maddenin her biri 0,1,2,3 ile numaralanmış dört cümleyi içermektedir. “0” numaralı cümle, o maddede belirtilen depresif belirtilerin olmadığını gösterecek şekilde, diğer numaralarla başlayan cümleler ise o belirtinin gittikçe daha yoğun yaşandığını gösterecek şekilde yazılmıştır. Envanterden alınabilecek toplam puan 0-63 arasındadır. Araştırmamızda 4 dereceli bir ölçek kullanılmış olup, “1” numaralı cümle, o maddede belirtilen depresif belirtilerin olmadığını gösterecek şekilde, diğer numaralarla başlayan cümleler ise o belirtinin gittikçe daha yoğun yaşandığını gösterecek şekilde yazılmıştır. Türkiye’de bu ölçek kullanılarak yapılan çalışmalarda, 12 ve altında bir puan almanın endişelenecek bir durum olmadığına, 13-16 arasında bir puan almanın da depresyon düzeyi açısından sınırda bir yerde bulunduğu işaret ettiği belirlenmiştir. Ancak, 17-21 arası bir puan aldıysa, bu sonuç hafif düzeyde depresyon belirtileri yaşadığını göstermektedir sonucuna ulaşılan ölçek kullanılmıştır.

Depresyon Anketi İle İlgili 4'lü Likert Ölçeği aralık değerleri

Ağırlık	Seçenek	Sınırlar
1	Depresyon yok	1,00 – 1,75
2	Düşük depresyon	1,76 – 2,50
3	Orta depresyon	2,51 – 3,25
4	Yüksek depresyon	3,26 – 4,00

Bu araştırmada kullanılan 21 soruluk depresyon algıları ölçeğinin güvenilirlik analizi sonucunda iç tutarlılık değeri 0,905 Cronbach's alpha olarak bulunmuştur.

Depresyon Algıları Ölçeği		
Güvenilirlik İstatistikleri		
Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
0,905	0,906	21

Anketin üçüncü bölümünde öğrencilerin motivasyon düzeylerini ölçmek için 30 soruluk bir motivasyon ölçeğinden yararlanılmıştır. Motivasyon Kaynakları Envanteri: J.E.Barbuto ve R.W.Scholl (1998) tarafından geliştirilmiştir. Envanter önce 78 maddelik ölçek şeklinde hazırlanmış, sonra uzmanlarca teorik tanımlara uygunluğu, aşırılıkları incelenmiş ve daha kısa hale getirilmiştir. Hinkin ve Schriesheim tarafından geçerlilik, güvenilirlik çalışması yapılmıştır. Necla Dölek tarafından Türkçe'ye çevrilmiş ve Türk toplumuna uygulanmıştır. 2000 yılında Prof. Dr. İsmail Atalay, Prof. Dr. Güngör Oral, Prof. Dr. Mehtap Köktürk, Doç. Dr. Ömer Sağdullah ve Yrd. Doç. Dr. Oya Özçelik tarafından geçerlilik güvenilirlik çalışması yapılmıştır (Cronbach alpha: 0,84).

Bu araştırmada ise 30 soruluk motivasyon ölçeğinden bazı sorular çıkartılarak 16 soruluk kısmı uygulanmıştır. Motivasyon ölçeğinde her sorunun karşısında 1'den 7'ye kadar derecelendirilme bulunmaktadır. Bu derecelendirmede 1 "Kesinlikle Katılmıyorum", 7 "Kesinlikle Katılıyorum" anlamındadır.

Motivasyon ölçeğindeki sorular beş alt boyuta ayrılmıştır. 1,2,3 ve 6. Sorular *içgüdüsel süreç boyutunu*; 7,8 ve 12. Sorular *araçsal boyutu*; 13,14 ve 18. Sorular *dış benlik kavramı boyutunu*; 19 ve 20. Sorular *içsel benlik kavramı boyutunu*; 27,28,29 ve 30. Sorular *hedef içselleştirme boyutunu* ölçmektedir.

Motivasyon Anketi İle İlgili 7’li Likert Ölçeği aralık değerleri

Ağırlık	Seçenek	Sınırlar
1	Çok düşük motivasyon	1,00 – 1,86
2	Düşük motivasyon	1,87 – 2,72
3	Orta düşük motivasyon	2,73 – 3,58
4	Normal motivasyon	3,59 – 4,44
5	Orta yüksek motivasyon	4,45 – 5,30
6	Yüksek motivasyon	5,31 – 6,16
7	Çok yüksek motivasyon	6,17 – 7,00

Bu araştırmada kullanılan 16 soruluk motivasyon ölçeğinin güvenilirlik analizi sonucunda iç tutarlılık değeri 0,877Cronbach’s alpha olarak bulunmuştur.

Motivasyon Ölçeği		
Güvenirlilik İstatistikleri		
Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
0,877	0,879	16

Yapılan anket çalışmasında elde edilen veriler SPSS 13.0 istatistik programı yardımıyla analiz edilmiş ve değerlendirilmiştir. Araştırmaya katılan öğrencilerin demografik durumlarının belirlenmesinde frekans (f), öğrencilerin kendileriyle ilgilidepresyon algılarının motivasyonlarına etkisini ölçmek için korelasyon analizi uygulanmıştır. Öğrencilerindepresyon algıları ve motivasyon durumları ile ilgili görüşlerinin demografik özelliklerine göre fark gösterip göstermediğinin belirlenmesinde t testi ve tek yönlü anova testi uygulanmıştır.

Öğrencilerin depresyon algıları ile motivasyon düzeyleri arasında nasıl bir ilişki olduğunu belirlemek için yapılan korelasyon analizi sonucuna göre ortaya çıkan Pearson Korelasyon katsayısının yorumu aşağıdaki tabloya göre yapılacaktır.

R	İlişki
0,00 – 0,25	Çok Zayıf
0,26 – 0,49	Zayıf
0,50 – 0,69	Orta
0,70 – 0,89	Yüksek
0,90 – 1,00	Çok Yüksek

2.4. Verilerin Analizi

Yapılan anket çalışmasında elde edilen veriler SPSS 13.0 istatistik programı yardımıyla analiz edilmiş ve değerlendirilmiştir. Araştırmaya katılan öğrencilerin demografik durumlarının belirlenmesinde frekans (f), öğrencilerin kendileriyle ilgili depresyon algılarının motivasyonlarına etkisini ölçmek için korelasyon analizi uygulanmıştır. Öğrencilerin depresyon algıları ve motivasyon durumları ile ilgili görüşlerinin demografik özelliklerine göre fark gösterip göstermediğinin belirlenmesinde t testi ve tek yönlü anova testi uygulanmıştır.

Öğrencilerin depresyon algıları ile motivasyon düzeyleri arasında nasıl bir ilişki olduğunu belirlemek için yapılan korelasyon analizi sonucuna göre ortaya çıkan Pearson Korelasyon katsayısının yorumu aşağıdaki tabloya göre yapılacaktır.

R	İlişki
0,00 – 0,25	Çok Zayıf
0,26 – 0,49	Zayıf
0,50 – 0,69	Orta
0,70 – 0,89	Yüksek
0,90 – 1,00	Çok Yüksek

III. BÖLÜM

BULGULAR VE YORUM

Bu bölümünde, amaç doğrultusunda hazırlanan problem cümlesi ve alt problemler doğrultusunda elde edilen veriler istatistiksel analiz ve yorumlarına yer verilmiştir. Spor Bilimleri Fakültesi ve Eğitim Fakültesi öğrencilerinin depresyon ve motivasyon bilgi düzeylerinin karşılaştırılması amacıyla yapılan bu çalışmada elde edilen veriler farklı değişkenlere göre incelenmiş ve tablolar araştırmanın alt problemler doğrultusunda sıralanmıştır.

Tablo 1 Öğrencilerin Demografik Özelliklerine İlişkin Bulgular

CİNSİYET	N	%
Kız	128	49,4
Erkek	131	50,6
TOPLAM	259	100,0

SINIF	N	%
1. SINIF	103	39,8
2. SINIF	105	40,5
3. SINIF	51	19,7
TOPLAM	259	100,0

SPOR DÜZEYİ	N	%
Amatör	130	50,2
Boş zaman faaliyeti	98	37,8
Profesyonel	17	6,6
Milli Düzeyde	14	5,4
TOPLAM	259	100,0

BÖLÜM	N	%
Bed.Eğt.Spor Öğretmenliği	107	41,3

Spor Yöneticiliği	41	15,8
Eğitim Fakültesi	111	42,9
TOPLAM	259	100,0
<hr/>		
BARINMA	N	%
Öğrenci Evi	108	41,7
Devlet Yurdu	46	17,8
Özel Yurt	48	18,5
Ailemle Birlikte	57	22,0
TOPLAM	259	100,0
<hr/>		
YAŞANILAN YER	N	%
İl Merkezi	186	71,8
İlçe Merkezi	39	15,1
Köy	26	10,0
Kasaba	8	3,1
TOPLAM	259	100,0

Cinsiyet dağılımına bakıldığında araştırmaya katılan öğrencilerde çok az sayıda fark olduğu görülmektedir. 1. 2. ve 3. Sınıf öğrencileri arasında yapılan araştırmada 1.(%49.4) ve 2.(%50.6) sınıftan araştırmaya katılan öğrencilerin sayısının birbirine çok yakın olduğu görülmekte ve 3.(%19.7) sınıf öğrencilerinin sayısı 1. ve 2. sınıfa oranla daha az olduğu görülmektedir. Bölüm bazında incelediğimizde Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, Spor Yöneticiliği ve Eğitim Fakültesi öğrencileri araştırmaya katılmıştır. Bölümlerden katılım sayılarına bakıldığında Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği (%41.3) ve Eğitim Fakültesi (%42.9) öğrencilerinin sayıları birbirine yakınken, Spor Yöneticiliği(%15.8) öğrencilerinin sayılarının az olduğu görülmektedir.

Öğrencilerin spor yapma düzeyleri incelendiğinde büyük bir bölümün(%50.2) sporu amatör düzeyde yaptığı görülmektedir. Sırasıyla bakıldığında boş zaman faaliyeti olarak (%37.8), profesyonel düzeyde(%6.6) ve en az olarak milli düzeyde(%5.4) spor yapıldığı görülmektedir. Öğrencilerin büyük bir bölümünün öğrenci evinde(%41.3) kaldığı ve yine büyük bir kısmının il merkezinde(%71.8) yaşadığı görülmektedir.

Tablo 2 Öğrencilerin Kendileriyle İlgili Depresyon Algılarını Gösteren Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

	N	ORT	SS	Ölçek Değeri
Madde 1	259	1,34	0,69	Kendimi üzgün hissetmiyorum
Madde 2	259	1,35	0,64	Gelecekte umutsuz değilim
Madde 3	259	1,32	0,68	Kendimi başarısız görmüyorum
Madde 4	259	1,56	0,68	Her şeyden eskisi kadar zevk alırım
Madde 5	259	1,61	0,66	Kendimi suçlu hissetmiyorum
Madde 6	259	1,95	0,74	Bazı şeyler için cezalandırılabileceğimi düşünüyorum
Madde 7	259	1,37	0,79	Kendimden hoşnudum
Madde 8	259	1,54	0,76	Kendimi diğer insanlardan daha kötü görmüyorum
Madde 9	259	1,26	0,68	Kendimi öldürmek gibi düşüncelerim yok
Madde 10	259	1,51	0,94	Her zamankinden daha fazla ağladığımı sanmıyorum
Madde 11	259	1,59	0,83	Her zamankinden daha sinirli değilim
Madde 12	259	1,52	0,69	Diğer insanlara karşı ilgimi kaybetmedim
Madde 13	259	1,52	0,71	Kararlarımı eskisi kadar kolay ve rahat verebiliyorum
Madde 14	259	1,29	0,66	Dış görünüşümün eskisinden daha kötü olduğunu sanmıyorum
Madde 15	259	1,57	0,76	Eskisi kadar iyi çalışabiliyorum
Madde 16	259	1,64	0,79	Eskisi kadar rahat uyuyabiliyorum
Madde 17	259	1,69	0,76	Her zamankine kıyasla daha çabuk yorulduğumun sanmıyorum
Madde 18	259	1,44	0,64	İştahım eskisinden pek farklı değil
Madde 19	259	1,30	0,53	Son zamanlarda pek fazla kilo kaybettiğimi sanmıyorum
Madde 20	259	1,37	0,65	Sağlığım beni pek endişelendirmiyor
Madde 21	259	1,53	0,77	Son zamanlarda cinsel yaşamımda dikkatimi çeken bir şey yok
Genel Ortalama		1,49	0,72	

Öğrencilerin depresyon algıları ile ilgili sorulara verdikleri cevapların ortalamaları ort=1,49 olarak belirlenmiştir. Buna göre araştırmaya katılan öğrencilerde genel olarak depresyon belirtileri görülmemiştir.

Depresyon ölçeğinin sorularına ayrıca bakıldığında sadece bir soruda düşük düzeyde depresyon algısı görülmüştür. Altıncı maddede “*Bazı şeyler için cezalandırılabilirim*” şeklinde sonuç alınmıştır.

Tablo 3 Öğrencilerin İçgüdüsel Süreç Boyutundaki Motivasyon Algıları

Motivasyonun İçgüdüsel Süreç Boyutu			
	N	ORT	SS
1-İşimde yalnızca hoşuma giden şeyleri yapmaktan hoşlanırım.	259	4,93	2,32
2-İşimi yaparken, daha çok hoşlandığım başka bir işi yapabilmek için sık sık elimdeki işimi ertelerim.	259	3,78	2,15
3-İşi seçerken genellikle bana en hoş görünen işi seçerim.	259	5,27	2,11
6-Çalıştığım yerde yaptığım işten hoşlanmazsam, işten ayrılırım.	259	4,57	2,15
Genel Ortalama		4,64	2,18

Motivasyonun içgüdüsel boyutunda dört maddeye verilen cevapların ortalaması 4,64 ile orta düzeyin üzerinde bir motivasyon olduğunu göstermektedir. Bu boyuttaki maddelere ayrı ayrı baktığımızda; “*İşi seçerken genellikle bana en hoş görünen işi seçerim*” maddesinde 5,27 ortalama ile yüksek motivasyona yakın bir sonuç çıkmıştır.

Bu boyutta ikinci maddelerdeki ortalama değerlerine göre oldukça düşüktür. Buna göre öğrenciler işlerinde hoşlarına giden şeyleri yapmaya öncelik vermekle birlikte, hoşlandıkları işleri yaparkenellerindeki diğer işleri erteleme konusunda daha az istekli davranmaktadırlar.

Tablo 4 Öğrencilerin Araçsal Boyuttaki Motivasyon Algıları

Motivasyonun Araçsal Boyutu			
	N	ORT	SS
7- İş esnasında ne kadar gayret sarf edeceğimi, işin gereksinimleri (iş yapılması gerekenler) belirler.	259	4,83	1,99
8-Bir günlük ücret veriliyorsa, bir günlük iş yaparım.	259	4,72	2,12
12-İnsanlar daha iyi iş fırsatları yakalamak için gözlerini ve kulaklarını daima açık tutmalıdır.	259	5,19	1,97
Genel Ortalama		4,92	2,03

Motivasyonun araçsal boyutunda üç maddeye verilen cevapların ortalaması 4,92 ile orta düzeyin üzerinde yükseğe yakın bir motivasyon olduğunu göstermektedir. Bu boyuttaki maddelere ayrı ayrı baktığımızda; on ikinci maddedeki “*İnsanlar daha iyi iş fırsatları yakalamak için gözlerini ve kulaklarını daima açık tutmalıdır*” ifadesi 5,19 ortalama ile diğerlerine göre daha yüksektir. Bu boyuttaki sonuçlara göre; öğrenciler yaptıkları işin gerektirdiği düzeyden daha fazla gayret göstermeye meyilli olarak gözükmeledir. İşlerini geliştirmek ve daha iyi iş fırsatları yakalamak için de gayretlidirler, diyebiliriz

Tablo 5 Öğrencilerin Dış Benlik Kavramı Boyutundaki Motivasyon Algıları

Motivasyonun Dış Benlik Kavramı Boyutu			
	N	ORT	SS
13-Benim için, davranışlarımı diğer insanların onaylaması önemlidir.	259	3,94	2,16
14-Kararlarımı sık sık diğer insanların ne düşüneceğine dayanarak alırım.	259	3,45	2,16
18-Çabama kurumdaki en yetkili kişiler tarafından değer verilmesini bilsem, var gücümle çalışırım.	259	4,99	2,10
Genel Ortalama		4,13	2,14

Motivasyonun dış benlik boyutunda üç maddeye verilen cevapların ortalaması 4,13 ile orta düzeyde bir motivasyon olduğunu göstermektedir. Bu boyutta en yüksek ortalamaya sahip olan “Çabama kurumdaki en yetkili kişiler tarafından değer verilmesini bilsem, var gücümle çalışırım” Maddesi 4,99 ortalama ile orta düzeyin üzerinde bir motivasyon göstermektedir. On dördüncü madde olan “Kararlarımı sık sık diğer insanların ne düşüneceğine dayanarak alırım” ifadesi için ort=3,45 ile orta düzeyin altında bir motivasyon belirlenmiştir.

Buna göre öğrenciler işlerinde diğer insanlarla ilişkileri açısından en fazla yetkili kişiler tarafından değer verilme davranışına önem vermektedirler. İnsanların temel ihtiyaçlarından sonra gelen değer verilme ve takdir edilme ihtiyacı iş ve eğitim hayatında da öğrencileri motive etmenin en önemli araçlarından biri olarak öne çıkmaktadır. Ayrıca öğrenciler kararlarını verirken başkalarının ne düşüneceğine çok fazla itibar göstermemektedirler, diyebiliriz.

Tablo 6 Öğrencilerin İçsel Benlik Kavramı Boyutundaki Motivasyon Algıları

Motivasyonun İçsel Benlik Kavramı Boyutu			
	N	ORT	SS
19-Aldığım kararlar, kendim için koyduğum yüksek hedefleri yansıtır.	259	5,36	1,97
20-Yetenek ve becerilerimi kullanmama izin verecek bir kurumda çalışmak benim için önemlidir.	259	5,60	1,93
Genel Ortalama		5,48	1,95

Motivasyonun içsel benlik boyutunda iki maddeye verilen cevapların ortalaması 5,48 ile yüksek düzeyde bir motivasyon olduğunu göstermektedir. Bu boyuttaki maddeler kişinin kendi hedefleri, kendi yetenek ve becerileri ile ilgili olduğundan bu unsurların öğrencilerin hayatında motivasyon sağlama bakımından yüksek sonuçlar vermesi normal bir sonuç olarak değerlendirilebilir.

Tablo 7 Öğrencilerin Hedef İçselleştirme Boyutundaki Motivasyon Algıları

Motivasyonun Hedef İçselleştirme Boyutu			
	N	ORT	SS
27-Bu nedene inanmıyorsam çok çalışmam.	259	4,71	2,08
28-Çalışacağım Kurumu seçerken, inanç ve değerlerimi savunmanı ararım.	259	5,22	1,95
29-Çok çalışmam için bir organizasyonun misyonunun benim değerlerimle uyumlu olması gerekir.	259	5,34	1,90
30-Eğer bir kurum onayladığım hedefler doğrultusunda çalışıyorsa, böyle bir kurumun başarıdaki payımın ön plana çıkıp çıkmaması önemli değildir.	259	4,45	2,12
Genel Ortalama		4,93	2,01

Motivasyonun hedef içselleştirme boyutunda dört maddeye verilen cevapların ortalaması 4,93 ile orta düzeyin üzerinde yükseğe yakın bir motivasyon olduğunu göstermektedir. Bu boyutta dikkat çeken iki maddede 5,30'un üzerinde yüksek bir motivasyon olduğunu görülmektedir. Yirmi sekiz ve yirmi dokuzuncu maddelerde öğrencilerin inanç ve değerlerine uygun bir kurumda çalışmalarının onların motivasyonu açısından daha önemli olduğunu görmekteyiz.

Öğrencilerin Kendileriyle İlgili Depresyon Algıları ve Motivasyon Algıları Onların Demografik Özellikleri Bakımından Fark Göstermekte Midir?

Öğrencilerin depresyon algılarını ve motivasyon algılarını demografik özelliklerine göre karşılaştırdığımızda; cinsiyet, spor yapma düzeyi ve öğrenimleri süresince barınma yerleri değişkenlerinde gruplar arasında anlamlı bir fark gözükmemiştir. Sınıf düzeyi, öğrenim gördükleri bölüm ve yaşanan yer değişkenlerinde ise anlamlı farklar olduğu görülmüştür.

Tablo 8 Öğrencilerin Depresyon Algıları ve Motivasyonlarının Sınıf Düzeylerine Göre Karşılaştırılması.

Değişkenler		Kareler Toplamı	Kareler Ortalaması	F	P
Depresyon algısı	Sınıf düzeyleri arası	0,743	0,371	2,08 6	0,12 6
Motivasyon algısı	Sınıf düzeyleri arası	10,86 4	5,432	3,66 6	0,02 7 *
İçgüdüsel süreç boyutu	Sınıf düzeyleri arası	30,94 4	15,472	6,72 0	0,00 1 *
Araçsal boyutu	Sınıf düzeyleri arası	4,025	2,013	0,81 3	0,44 5
Dış benlik kavramı boyutu	Sınıf düzeyleri arası	5,349	2,674	0,96 7	0,38 1
İçsel benlik kavramı boyutu	Sınıf düzeyleri arası	15,02 6	7,513	2,38 1	0,09 4
Hedef içselleştirme boyutu	Sınıf düzeyleri arası	9,546	4,773	2,38 9	0,09 4

*P<0,05

Yukarıdaki tablo incelendiğinde öğrencilerin depresyon algılarının, motivasyonun araçsal boyutu, dış benlik kavramı boyutu, içsel benlik kavramı boyutu ve hedef içselleştirme boyutlarına ilişkin motivasyon algılarının sınıf düzeylerine göre fark göstermediğini görmekteyiz. ($p>0,05$) Genel motivasyon algılarının ve motivasyonun içgüdüsel süreç boyutuna ilişkin algılarının ise öğrencilerin sınıf düzeylerine göre anlamlı fark gösterdiği görülmektedir. ($p<0,05$)

Tablo 9 Öğrencilerin Depresyon Algıları ve Motivasyonlarının Sınıf Düzeylerine Göre Motivasyon Algısı ve İçgüdüsel Süreç Boyutunun Karşılaştırılması

Değişkenler	(I) Sınıf Düzeyi	(J) Sınıf Düzeyi	Ortalamalar Arası Fark (I-J)	Standart Hata	P
Motivasyon Algısı	1.Sınıf	2.Sınıf	-0,452	0,169	0,022 *
		3.Sınıf	-0,306	0,208	0,308
	2.Sınıf	1.Sınıf	0,452	0,169	0,022 *
		3.Sınıf	0,146	0,208	0,763
	3.Sınıf	1.Sınıf	0,306	0,208	0,308
		2.Sınıf	-0,146	0,208	0,763
Motivasyonun İçgüdüsel Süreç Boyutu	1.Sınıf	2.Sınıf	-0,720	0,210	0,002 *
		3.Sınıf	-0,676	0,260	0,026 *
	2.Sınıf	1.Sınıf	0,720	0,210	0,002 *
		3.Sınıf	0,044	0,259	0,984
	3.Sınıf	1.Sınıf	0,676	0,260	0,026 *
		2.Sınıf	-0,044	0,259	0,984

Tablo incelendiğinde öğrencilerin motivasyon algıları için birinci sınıfta okuyan öğrenciler ile ikinci sınıfta okuyan öğrenciler arasında anlamlı fark olduğu görülmektedir. Ortamalar arası farklılıklara bakıldığında birinci sınıfta okuyan öğrencilerin motivasyon düzeyleri ikinci sınıfta okuyan öğrencilere göre anlamlı bir şekilde daha düşük bulunmuştur.

Motivasyonun içgüdüsel süreç boyutu için birinci sınıfta okuyan öğrenciler ile ikinci ve üçüncü sınıfta okuyan öğrenciler arasında anlamlı farklar olduğu görülmüştür. Ortalamalar arası farklılıklara bakıldığında birinci sınıfta okuyan öğrencilerin içgüdüsel süreç boyutuna ilişkin motivasyon düzeyleri ikinci ve üçüncü sınıfta okuyan öğrencilere göre anlamlı bir şekilde daha düşük bulunmuştur.

Tablo 10 Öğrencilerin Depresyon Algıları ve Motivasyonlarının Öğrenim Gördükleri Bölüme Göre Karşılaştırılması.

Değişkenler		Kareler Toplamı	Kareler Ortalaması	F	P
Depresyon algısı	Bölümler arası	1,540	0,770	4,401	0,013*
Motivasyon algısı	Bölümler arası	8,837	4,418	2,966	0,053*
İçgüdüsel süreç boyutu	Bölümler arası	24,280	12,140	5,214	0,006*
Araçsal boyutu	Bölümler arası	11,821	5,910	2,416	0,091
Dış benlik kavramı boyutu	Bölümler arası	5,666	2,833	1,025	0,360
İçsel benlik kavramı boyutu	Bölümler arası	10,217	5,109	1,610	0,202
Hedef içselleştirme boyutu	Bölümler arası	4,078	2,039	1,010	0,366

*P<0,05

Yukarıdaki tablo incelendiğinde öğrencilerin motivasyonun araçsal boyutu, dış benlik kavramı boyutu, içsel benlik kavramı boyutu ve hedef içselleştirme boyutunda öğrenim gördükleri bölüme göre fark bulunmadığını görmekteyiz. ($p>0,05$) Öğrencilerin depresyon algılarında, genel motivasyon algılarında ve motivasyonun içgüdüsel süreç boyutunda ise öğrenim gördükleri bölüme göre anlamlı fark olduğu görülmektedir. ($p<0,05$)

Tablo 11 Öğrencilerin Depresyon Algıları ve Motivasyonlarının Öğrenim Gördükleri Bölüme Göre Depresyon Algısı, Motivasyon Algısı ve Motivasyonun İçgüdüsel Süreç Boyutunun Karşılaştırılması

Değişkenler	(I) Bölüm	(J) Bölüm	Ortalamalar Arası Fark (I-J)	Standart Hata	P	
Depresyon Algısı	Bed.Egt.Spor Öğrt.	Spor Yöneticiliği	-0,189	0,077	0,039 *	
		Eğitim Fakültesi	-0,140	0,057	0,038 *	
	Spor Yöneticiliği	Bed.Egt.Spor Öğrt.	0,189	0,077	0,039 *	
		Eğitim Fakültesi	0,049	0,076	0,796	
	Eğitim Fakültesi	Bed.Egt.Spor Öğrt.	0,140	0,057	0,038 *	
		Spor Yöneticiliği	-0,049	0,076	0,796	
	Motivasyon Algısı	Bed.Egt.Spor Öğrt.	Spor Yöneticiliği	-0,235	0,224	0,548
			Eğitim Fakültesi	-0,402	0,165	0,042 *
Spor Yöneticiliği		Bed.Egt.Spor Öğrt.	0,235	0,224	0,548	
		Eğitim Fakültesi	-0,167	0,223	0,734	
Eğitim Fakültesi		Bed.Egt.Spor Öğrt.	0,402	0,165	0,042 *	
		Spor Yöneticiliği	0,167	0,223	0,734	
Motivasyonun İçgüdüsel Süreç Boyutu		Bed.Egt.Spor Öğrt.	Spor Yöneticiliği	-0,187	0,280	0,782
			Eğitim Fakültesi	-0,657	0,207	0,005 *
	Spor Yöneticiliği	Bed.Egt.Spor Öğrt.	0,187	0,280	0,782	
		Eğitim Fakültesi	-0,470	0,279	0,213	
	Eğitim Fakültesi	Bed.Egt.Spor Öğrt.	0,657	0,207	0,005 *	
		Spor Yöneticiliği	0,470	0,279	0,213	

*P<0,05

Tablo incelendiğinde öğrencilerin depresyon algıları için Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği bölümü öğrencileri ile Spor Yöneticiliği ve Eğitim Fakültesi öğrencileri arasında anlamlı fark olduğu görülmektedir. Ortamalar arası farklara bakıldığında Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği bölümünde öğrenim gören öğrencilerin depresyon algıları Spor Yöneticiliği ve Eğitim Fakültesi bölümünde öğrenim gören öğrencilere göre anlamlı bir şekilde daha düşük bulunmuştur.

Bu bölümde motivasyon düzeylerine bakıldığında Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği bölümü öğrencileri ile Eğitim Fakültesi bölümü öğrencileri arasında anlamlı fark görülmektedir. Buna göre Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği bölümü öğrencilerinin motivasyon düzeyleri Eğitim Fakültesi bölümü öğrencilerine göre anlamlı şekilde daha düşüktür.

Motivasyonun içgüdüsel süreç boyutuna ilişkin sonuçlara bakıldığında yine Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği bölümü öğrencileri ile Eğitim Fakültesi bölümü öğrencileri arasında anlamlı fark görülmektedir. Buna göre Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği bölümü öğrencilerinin içgüdüsel süreç boyutuna ilişkin motivasyon düzeyleri Eğitim Fakültesi bölümü öğrencilerine göre anlamlı şekilde daha düşüktür.

Tablo 12 Öğrencilerin Depresyon Algıları ve Motivasyonlarının Yaşadıkları Yer Değişkenine Göre Karşılaştırılması.

Değişkenler		Kareler Toplamı	Kareler Ortalaması	F	P
Depresyon algısı	Yaşanılan yerler arası	0,797	0,266	1,489	0,218
Motivasyon algısı	Yaşanılan yerler arası	17,414	5,805	3,970	0,009*
İçgüdüsel süreç boyutu	Yaşanılan yerler arası	11,502	3,834	1,606	0,189
Araçsal boyutu	Yaşanılan yerler arası	23,480	7,827	3,247	0,023*
Dış benlik kavramı boyutu	Yaşanılan yerler arası	13,914	4,638	1,692	0,169
İçsel benlik kavramı boyutu	Yaşanılan yerler arası	49,812	16,604	5,479	0,001*
Hedef içselleştirme boyutu	Yaşanılan yerler arası	21,889	7,296	3,728	0,012*

*P<0,05

Yukarıdaki tablo incelendiğinde öğrencilerin depresyon algısı, motivasyonun içgüdüsel süreç boyutu ve dış benlik kavramı boyutunda yaşadıkları yer değişkenine göre fark görülmemiştir. ($p>0,05$) Öğrencilerin genel motivasyon algılarında, motivasyonun araçsal boyutu, içsel benlik kavramı boyutu ve hedef içselleştirme boyutunda ise öğrencilerin yaşadıkları yere göre anlamlı fark olduğu görülmektedir. ($p<0,05$)

Tablo 13 Öğrencilerin Depresyon Algıları ve Motivasyonlarının Yaşadıkları Yer Değişkenine Göre İçsel Benlik Kavramı Boyutu ve Motivasyonun Hedef İçselleştirme Boyutun Karşılaştırılması.

Değişkenler	(I) Yaşanan yer	(J) Yaşanan yer	Ortalamalar Arası Fark (I-J)	Standart Hata	P
Motivasyon Algısı	İl Merkezi	İlçe Merkezi	0,039	0,213	0,998
		Köy	0,669	0,253	0,043 *
		Kasaba	-0,886	0,437	0,180
	İlçe Merkezi	İl Merkezi	-0,039	0,213	0,998
		Köy	0,630	0,306	0,170
		Kasaba	-0,924	0,469	0,202
	Köy	İl Merkezi	-0,669	0,253	0,043 *
		İlçe Merkezi	-0,630	0,306	0,170
		Kasaba	-1,554	0,489	0,009 *
	Kasaba	İl Merkezi	0,886	0,437	0,180
		İlçe Merkezi	0,924	0,469	0,202
		Köy	1,554	0,489	0,009 *
Motivasyonun Araçsal Boyutu	İl Merkezi	İlçe Merkezi	-0,110	0,273	0,978
		Köy	0,796	0,325	0,071
		Kasaba	-0,925	0,561	0,352
	İlçe Merkezi	İl Merkezi	0,110	0,273	0,978
		Köy	0,906	0,393	0,100
		Kasaba	-0,815	0,603	0,530
	Köy	İl Merkezi	-0,796	0,325	0,071
		İlçe Merkezi	-0,906	0,393	0,100
		Kasaba	-1,721	0,628	0,033 *
	Kasaba	İl Merkezi	0,925	0,561	0,352
		İlçe Merkezi	0,815	0,603	0,530
		Köy	1,721	0,628	0,033 *
Motivasyonun İçsel Benlik Kavramı Boyutu	İl Merkezi	İlçe Merkezi	0,291	0,307	0,778
		Köy	1,368	0,364	0,001 *
		Kasaba	-0,738	0,629	0,644
	İlçe Merkezi	İl Merkezi	-0,291	0,307	0,778
		Köy	1,077	0,441	0,072
		Kasaba	-1,029	0,676	0,425
	Köy	İl Merkezi	-1,368	0,364	0,001 *
		İlçe Merkezi	-1,077	0,441	0,072
		Kasaba	-2,106	0,704	0,016 *
	Kasaba	İl Merkezi	0,738	0,629	0,644
		İlçe Merkezi	1,029	0,676	0,425
		Köy	2,106	0,704	0,016 *
Motivasyonun Hedef	İl Merkezi	İlçe Merkezi	0,164	0,246	0,911
		Köy	0,843	0,293	0,022 *

Değişkenler	(I) Yaşanan yer	(J) Yaşanan yer	Ortalamalar Arası Fark (I-J)	Standart Hata	P
İçselleştirme Boyutu		Kasaba	-0,734	0,505	0,468
		İl Merkezi	-0,164	0,246	0,911
	İlçe Merkezi	Köy	0,679	0,354	0,223
		Kasaba	-0,897	0,543	0,351
	Köy	İl Merkezi	-0,843	0,293	0,022 *
		İlçe Merkezi	-0,679	0,354	0,223
	Kasaba	Kasaba	-1,577	0,566	0,029 *
		İl Merkezi	0,734	0,505	0,468
		İlçe Merkezi	0,897	0,543	0,351
		Köy	1,577	0,566	0,029 *

Tablo incelendiğinde genel motivasyon algısı için köyde yaşayan öğrenciler ile il merkezinde ve kasabada yaşayan öğrenciler arasında anlamlı fark görülmektedir. Buna göre köyde yaşayan öğrencilerin genel motivasyon düzeyleri il merkezinde ve kasabada yaşayan öğrencilere göre anlamlı bir şekilde daha düşük bulunmuştur.

Motivasyonun araçsal boyutu ile ilgili sonuçlara bakıldığında köyde yaşayan öğrenciler ile kasabada yaşayan öğrenciler arasında anlamlı fark görülmüştür. Buna göre köyde yaşayan öğrencilerin araçsal boyuttaki motivasyon düzeyleri kasabada yaşayan öğrencilere göre anlamlı şekilde daha düşüktür.

Motivasyonun içsel benlik kavramı boyutu ile ilgili sonuçlara bakıldığında köyde yaşayan öğrenciler ile il merkezi ve kasabada yaşayan öğrenciler arasında anlamlı farklar görülmüştür. Buna göre köyde yaşayan öğrencilerin içsel benlik boyutundaki motivasyon düzeyleri il merkezi ve kasabada yaşayan öğrencilere göre anlamlı şekilde daha düşüktür.

Motivasyonun hedef içselleştirme boyutu ile ilgili sonuçlara bakıldığında köyde yaşayan öğrenciler ile il merkezi ve kasabada yaşayan öğrenciler arasında anlamlı farklar görülmüştür. Buna göre köyde yaşayan öğrencilerin hedef içselleştirme boyutundaki motivasyon algıları il merkezi ve kasabada yaşayan öğrencilere göre anlamlı şekilde daha düşüktür.

Tablo 14 Öğrencilerin Depresyon Algıları İle Motivasyonun Hedef İçselleştirme Boyutu Arasındaki İlişkiyi Gösteren Korelasyon Tablosu.

		Depresyon Algısı	Hedef İçselleştirme Boyutu
Depresyon Algısı	Pearson Correlation	1	-0,135 **
	Sig. (2-tailed)		0,030
	N	259	259
Hedef İçselleştirme Boyutu	Pearson Correlation	-0,135 **	1
	Sig. (2-tailed)	0,030	
	N	259	259

** Korelasyon çift yönlü 0,05 düzeyinde anlamlıdır.

Öğrencilerin depresyon algıları ile motivasyon düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığını belirlemek için yapılan korelasyon analizleri sonucunda, öğrencilerin depresyon algıları ile genel motivasyon algıları, motivasyonun içgüdüsel süreç boyutu, araçsal boyutu, dış benlik kavramı boyutu, içsel benlik kavramı boyutu arasında anlamlı bir ilişki görülmemiştir.

Sadece öğrencilerin depresyon algıları ile hedef içselleştirme boyutu arasında çok düşük düzeyde bir negatif korelasyon bulunmuştur. Buna göre öğrencilerin depresyon algıları düştükçe hedef içselleştirme boyutunda motivasyonları çok düşük düzeyde bir artış göstermektedir.

IV. BÖLÜM

SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırmanın bu bölümde, araştırmanın amacı ve yöntemi özetlenerek, problem cümlesi ve alt problemler çerçevesinde elde edilen bulgular ve sonuçlar genel olarak değerlendirilmiş, uygulayıcılar ve araştırmalara yönelik önerilere yer verilmiştir.

4.1. Sonuçlar

Öğrencilerin kendileriyle ilgili depresyon algıları düzeyi ölçümünde sorulara verdikleri cevapların ortalamaları $ort=1,49$ olarak belirlenmiştir. Buna göre araştırmaya katılan öğrencilerde genel olarak depresyon belirtileri görülmemiştir. Depresyon ölçeğinin sorularına tek tek bakıldığı zaman yalnızca bir soruda düşük düzeyde depresyon algısı görülmüştür. Altıncı maddede “*Bazı şeyler için cezalandırılabileceğimi hissediyorum*” şeklinde sonuç alınmıştır.

Öğrencilerin motivasyon algıları düzeyinde çıkan sonuçlara baktığımızda, motivasyonun içgüdüsel boyutunda dört maddeye verilen cevapların ortalaması 4,64 ile orta düzeyin üzerinde bir motivasyon olduğunu göstermektedir. Bu boyuttaki maddelere ayrı ayrı baktığımızda; “*İşi seçerken genellikle bana en hoş görünen işi seçerim*” maddesinde 5,27 ortalama ile yüksek motivasyona yakın bir sonuç çıkmıştır.

Öğrencilerin depresyon algılarını ve motivasyon algılarını demografik özelliklerine göre karşılaştırdığımızda; cinsiyet, spor yapma düzeyi ve öğrenimleri süresince barınma yerleri değişkenlerinde gruplar arasında anlamlı bir fark görülmemiştir. Sınıf düzeyi, öğrenim gördükleri bölüm ve yaşanan yer değişkenlerinde ise anlamlı farklar olduğu görülmüştür.

Öğrencilerin genel motivasyon algılarının ve motivasyonun içgüdüsel süreç boyutuna ilişkin algılarının ise öğrencilerin sınıf düzeylerine göre anlamlı fark gösterdiği görülmektedir. ($p<0,05$) Öğrencilerin motivasyon algıları için birinci sınıfta okuyan öğrenciler ile ikinci sınıfta okuyan öğrenciler arasında anlamlı fark olduğu görülmektedir. Ortamalar arası farklara bakıldığında birinci sınıfta okuyan öğrencilerin motivasyon düzeyleri ikinci sınıfta okuyan öğrencilere göre anlamlı bir şekilde daha düşük bulunmuştur.

Öğrencilerin depresyon algıları beden eğitimi spor öğretmenliği bölümü öğrencileri ile spor yöneticiliği ve eğitim fakültesi öğrencileri arasında anlamlı fark olduğu görülmektedir. Ortamalar arası farklılıklara bakıldığında beden eğitimi spor öğretmenliği bölümünde öğrenim gören öğrencilerin depresyon algıları spor yöneticiliği ve sınıf öğretmenliği bölümünde öğrenim gören öğrencilere göre anlamlı bir şekilde daha düşük bulunmuştur.

Bu bölümde motivasyon düzeylerine bakıldığında beden eğitimi spor öğretmenliği bölümü öğrencileri ile sınıf öğretmenliği bölümü öğrencileri arasında anlamlı fark görülmektedir. Buna göre beden eğitimi spor öğretmenliği bölümü öğrencilerinin motivasyon düzeyleri sınıf öğretmenliği bölümü öğrencilerine göre anlamlı şekilde daha düşüktür.

Motivasyonun içgüdüsel süreç boyutuna ilişkin sonuçlara bakıldığında Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği bölümü öğrencilerinin içgüdüsel süreç boyutuna ilişkin motivasyon düzeyleri Eğitim Fakültesi bölümü öğrencilerine göre anlamlı şekilde daha düşüktür.

Öğrencilerin yaşadıkları yerlere göre motivasyon düzeylerine bakıldığında köyde yaşayan öğrencilerin genel motivasyon düzeyleri il merkezinde ve kasabada yaşayan öğrencilere göre anlamlı bir şekilde daha düşük bulunmuştur.

Öğrencilerin depresyon algıları ile motivasyon düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığını belirlemek için yapılan korelasyon analizleri sonucunda, öğrencilerin depresyon algıları ile genel motivasyon algıları, motivasyonun içgüdüsel süreç boyutu, araçsal boyutu, dış benlik kavramı boyutu, içsel benlik kavramı boyutu arasında anlamlı bir ilişki görülmemiştir. Sadece öğrencilerin depresyon algıları ile hedef içselleştirme boyutu arasında çok düşük düzeyde bir negatif korelasyon bulunmuştur. Buna göre öğrencilerin depresyon algıları düştükçe hedef içselleştirme boyutunda motivasyonları çok düşük düzeyde bir artış göstermektedir.

4.2. Öneriler

Araştırma bulgularından elde edilen sonuçlar dikkate alınarak uygulayıcılara ve ileride yapılacak araştırmalara yönelik öneriler şöyle özetlenmiştir:

4.2.1. Uygulamalara Yönelik Öneriler

- Üniversite öğrencilerinin depresyon bilincinin gelişmesi ve depresyonla kişisel yada yardım alarak mücadele için eğitim programlarının hazırlanabilir.
- Üniversite öğrencilerinin kişisel hedeflerine daha iyi odaklanabilmeleri için içsel ve dışsal motivasyon araçlarını etkin kullanmaları hakkında seminerler verilebilir.
- Öğretim elemanlarının kurum içi davranışlarında öğrencilerin kişisel depresyona sürükleyecek eylemlerden kaçınmalarında farkındalık oluşturulabilir.
- Öğretim elemanlarının öğrencilerin ders içi ve ders dışı motivasyonlarını artırıcı yenilikleri uygulamaları konusunda hizmet içi eğitim verilebilir.

4.2.2. Araştırmacılara Yönelik Öneriler

- Başka ülkelerdeki üniversitelerle depresyon ve motivasyon arasındaki ilişki ve uygulamalar araştırılabilir.
- Çalışma Milli Eğitim Bakanlığına bağlı okullarda yöneticileri ve öğretim elemanları üzerinde yapılabilir.
- Çalışma Milli Eğitim Bakanlığına bağlı okullardaki öğrenciler üzerinde yapılabilir.

KAYNAKÇA

Adasal, R. (1973).” *Modern Normal ve Medikal Psikolojik*”, Ankara: A.Ü. Tıp Fakültesi

Yayınları.

Adair, J.(2003). “*Etkili Motivasyon,İnsanlardan Enİyi Verimi Nasıl Alabilirsiniz?*”,

(Çev.:UYAN, Salih), İstanbul: Babıali Kültür Yayıncılığı, , s.26.

Aktaş, H. (2004).” *İnsanda Duygusal Yaşantı*”, Ankara: Palme Yayıncılık.

Aktas, A. (2002). “*Turizm İşletmeciliği ve Yönetimi*”. (İkinci baskı). Antalya: Azim

Matbaa.

Alper, Y., Bayraktar, E. ve Karaçam, Ö. (1997). “*Herkes için psikiyatri*”, İstanbul: Era Yayıncılık.

Ambrose, M. L. Kulik, C. T.(1999). “ *Old Friends, New Faces: Motivation*

Research in the 1990s”, Journal of Management, C,25, Sa:3,s.231- 292.

Aşan, Ö.(2001). “*Motivasyon Yönetim ve Organizasyon*” , ed. Salih Güney,

Ankara: Nobel Yayın Dağıtım, Temmuz.

Aşkın, R. (1999). “*Depresyon El Kitabı*”, Konya:(2. Baskı), Lilly A.S. Yayıncılık.

Askun, İ.C. (1978). “ *İsgoren Eğitsel Yapıt*”. (Birinci Baskı). Eskisehir: İktisadi ve Ticari

İlimler Akademisi.

Akıncı Z. (2001). “*Antalya Bölgesindeki Bes Yıldızlı ve Birinci Sınıf Konaklama İşletmelerinde Çalışan İş görenlerin İş Tatminlerinin Değerlendirilmesi*”, Yüksek Lisans Tezi, Antalya: Akdeniz Üniversitesi.

Arseven A.D. (2001). “*Alan Araştırma Yöntemleri İlkeler, Teknikler, Örnekler*” (2.Baskı).

Ankara: Gündüz Eğitim ve Yayıncılık, s.101.

Basaran, İ.E.(1991). “*Örgütsel Davranış*”, Ankara.

Basaran, .E.(1991). “*Örgütsel Davranış*”, Ankara, s.145.

Başaran, O. (2014). “*Türkiye’de Sualtı Hokeyi Oynayan Sporcuların Spora Katılım*

Motivasyonlarının Belirlenmesi” Bahçeşehir Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü

Spor Yönetimi Yüksek Lisans Tezi İstanbul.

Baltaş, A, Baltaş, Z. (1998). “*Stresle Başa Çıkma Yolları*”, İstanbul: Remzi kitapevi.

Barbuto, J. E. Fritz, S. M. Marx, D.(2005). “ A Field Examination of Two Measures of

Work Motivation as Predictors of Leaders’ Influence Tactics”, *The Journal Of Social*

Psychology, C.142, Sa:5, s.607.

Barbuto, J. E. Fritz, S. M. Marx, D.(1998). “ *Motivation Sources Inventory: Development*

and Validation of New scales to Measure an Integrative Taxonomy of Motivation”,

Psychological reports, 82, 1011-1022.

Barutçugil, İ.(2004). “*Stratejik İnsan Kaynakları Yönetimi*”, İstanbul, s.55.

Beck, A. T. (1967). “*Depression*”, Philadelphia: University of Pennsylvania Press.

Beck ,AT, Ward CH, Mendelson M, Mock J, Erbaugh J 1961. “*Archives of General Psychiatry*”,

4: 561-571. An inventory for measuring depression.

Beck, A. T., Rush, A. J., Shaw, B. F., ve Emery, G. (1979). “*Cognitive Therapy Of*

Depression”, New York: Guilford.

Beck, A. T. (1974). “*An Invontory For Measuring Depression*”, Archives of General

Psychology, Vol:4 ss:561-571

Bingol, D. (1990). “*Personel Yonetimi ve Beseri İlişkiler*”. (Birinci Baskı). Erzurum:

Ataturk Universitesi Basımevi.

Bowditch J. L. Ve **Buono,(1990).** “*A. F. A Primer on Organizational Behavior, John Wiley / Sons*”, New York, s.54.

Boratav, C. (2000). “*Duygudurum Bozuklukları ve Nozoloji: Eleştirel Bir İnceleme*”, Duygudurum Dizisi. 1, 18-28,

Can, H. (2005). “*Organizasyon ve Yönetim*”, 7. Baskı, Siyasal Kitabevi, Ankara,

Can, H. Kavuncubası, S.(2005). “*İnsan Kaynakları Yönetimi*”, Ankara.

Can H. Akgün, A. ve Kavuncubaşı S.(1998). “*Kamu ve Özel Kesimde Personel Yönetimi*”, Ankara:Siyasal Kitabevi, s.302.

Can, H., Akgun, A. ve Kavuncubası, S. (1995). “*Kamu ve Özel Kesimde Personel Yönetim*”i. Ankara: Siyasal Yayınları.

Ceylan A, Özen Ş, Palancı Y. (2003). “*Lise Son Sınıf Öğrencilerinde Anksiyete-Depresyon Düzeyleri ve Zararlı Alışkanlıklar*” Mardin Çalışması. Anadolu Psikiyatri Dergisi. Sayı: 4, 144-150.

Conner, M.(2001).” *Understanding an Dealing With Depression*”, Clinical&Medical Psychologist.

Cüceloğlu, D. (1991). “*İnsan ve Davranışı*”, İstanbul: Remzi Kitabevi.

Cüceloğlu, D. (2004). “*İnsan ve davranışı, psikolojinin temel kavramları*”. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Çalışkan, Ö. (2007).” *Okul Öncesi Dönem Astım Hastası Çocuklar ile Sağlıklı Çocukların Depresyon Seviyelerinin Karşılaştırılması*” Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Çetinkanat C.(2000). “*Örgütlerde Güdülenme ve İş Doyumu*”. Anı Yayınları, Ankara.

- Daft R.L.**(1987). “*Management*” New York: Irwin McGraw – Hill Company.
- Deniz, M.** (2005). “*İşletme Yönetiminde Motivasyon*”. M. Tikici. (Editor). “*Organiselsel Davranış Boyutlarından Seçmeler*”. (Birinci Baskı). Ankara: Nobel Yayıncılık.
ss.126-172.
- Donovan, J. J.**(2009). “*İş Motivasyonu*” , Endüstri, İş ve Örgüt Psikolojisi El Kitabı,
2.Cilt: Örgüt Psikolojisi, çev. koordinatörü Bahar Öz, Türkçe ed. Handan
Kepir Sinangil, İstanbul: Literatür Yayıncılık.
- Durmaz, M.**(2002). “*Kisilerarası İletişim ve Motivasyon*” , İzmir: Ege Üniversitesi
Basımevi,s.129.
- Efil, İ.**(1993). “*İşletmelerde Yönetim ve Organizasyon*” , Bursa: Uludag Üniversitesi
Basımevi.
- Eggen P, Kauchak D.**(1997). “*Educational Psychology Windows on Classrooms. Third Edition*”. New Jersey: Prentice-Hall Inc.
- Ellis, S. Dick, P.**(2003). “*Introduction to Organizational Behaviour*”, London: McGraw-Hill.
- Eren, E.**(2001). “*Örgütsel Davranış ve Yönetim Psikolojisi*”, İstanbul.
- Eren, E.** (1996). “*Yönetim ve Organizasyon*”, İstanbul: Beta Basım Yayım
Dağıtım, 3.Baskı, Mart.
- Eren E.**(1993). “*Yönetim Psikolojisi*”, 4. Baskı, İstanbul: Beta Basım Yayım
- Ercan, L.**(2003). “*Motivasyon. Sınıf Yönetiminde Yeni Yaklaşımlar*”, (Edit :Leyla
Küçükahmet). Ankara, Nobel Yayınevi.

- Ergül, H. F.**(2005). “*Motivasyon ve Motivasyon Teknikleri*”, Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi, Cilt 4, Sayı 14, Güz, ss. 67-79.
- Eroğlu, F.**(2009). “*Davranış Bilimleri*”, İstanbul: Beta Basım Yayım.
- Eroğlu, F.** (2004). “*Davranış Bilimleri*”, İstanbul: Beta Basım Yayım.
- Fındıkçı, İ.**(1999). “*İnsan Kaynakları Yönetimi*”, İstanbul: Alfa Basım Yayın.
- Gagne, M. Deci, E. L.**(2005), “Self –Determination Theory and Work Motivation”, *Journal of Organizational Behavior*, C.26, s.331.
- Genç, N.**(2004). “*Yönetim ve Organizasyon, Çağdas Sistemler ve Yaklaşımlar*”. Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Gençtan, E.** (1994).” *Psikodinamik psikiyatri ve normaldişı davranışlar*”, İstanbul: Remzi kitapevi.
- Geçtan, E.**(2000). “*Psikodinamik Psikiyatri ve Normaldişı Davranışlar*” , İstanbul: Remzi Kitapevi.
- Gözüm, P.** (2017). “*Mobbing Algısı İle Motivasyon İlişkisi: Erzurum ve Ankara İllerinde Bazı Kamu ve Özel Kurum Çalışanları Üzerine Bir Araştırma*”, Doktora Tezi, Konya: Selçuk Üniversitesi.
- Gözüm, P. Karaçor, S.** (2017). “*Mobbing Algısı İle Motivasyon İlişkisi: Kamu ve Özel Kurum Çalışanları Üzerine Bir Araştırma*”, *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 9 (20), 497-515
- Gümüő, S. Sezgin, B.** (2012). “*Motivasyonun Örgütsel Bağlılığa ve Performansa Etkisi*”, İstanbul: Hiperlink Yayınları.
- Güney, S.**(2011). “*Davranış Bilimleri*”, Ankara: Nobel Yayınevi, 6.Baskı, Mart.
- Hackman, J.R. Oldham, G. R.**(1976). “*Motivation Through the Design of Work: Test of a Theory*”, *Organizational Behavior and Human Performance*, C.16.

Herzberg, F.(1989). "*The Motivation –Hygiene Theory*", (Edt.:VROOM,Victor H./ DECI, Edward L), Management And Motivation, Penguin Books, London, s.89.

Hisli, N 1988. A Study on the Validity of the Beck Depression Inventory. *Turkish Journal of Psychology*, 2: 118-126

İkizler, H. C. Karagözoğlu, C. (1997). "*Sporda başarının psikolojisi*" İstanbul: Alfa Yayınları.

Kabakçı, E. (2001). "*Üniversite Öğrencilerinde Sosyotrapik/Otonomik Kişilik Özellikleri, Yaşam Olayları ve Depresif Belirtiler*",Cilt:12, Sayı:4, ss:273-282,

Kaplan M.(2007). "*Motivasyon Teorileri Kapsamında Uygulanan Özendirme Araçlarının İşgören Performansına Etkisi ve Bir Uygulama*", Yüksek Lisans Tezi, Atılım Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Karakoç, A.(1998). "*Yönetici Motivasyonunun işletme Yönetimi Üzerine Etkisi*", Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: T.C.Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, s.82.

Karaman, F.(2010). "*İşletmede Motivasyon ve Verimlilik*", İstanbul: Etap Yayınevi, 1.Baskı.

Katzell, R. A. Thompson, D. E.(1990). "*Work Motivation. Theory And Practice*", American Psychologist, Sa: 45, s.145.

Kaynak, T.(1995). "*Organizasyonel Davranış ve Yönlendirilmesi*", İstanbul: Alfa Basım Yayım, s.127.

Kim HS. (2005). "*Kendinizi ve Başkalarını Motive Etmenin 1001 Yolu*". Çeviren: Ali Çimen, İstanbul: Timaş Yayınları.

Koçel, T. (1998). "*İşletme Yöneticiliği, Yönetim, Organizasyon ve Davranış*", 6. Basım, İstanbul: Beta Basım Yayım.

- Koçel, T.**(2010). “*İşletme Yöneticiliği*”, İstanbul: Beta Basım Yayım Dağıtım A.Ş., (Genişletilmiş) 12.Baskı, Nisan.
- Koplewicz, H.** (2004). “*Nesi Var Bu Çocuğun, Ergenlerde depresyon teşhisi ve tedavisi*”.
(Gül,S. Çev.) İstanbul: Varlık yayınları
- Köknel, Ö.** (1989). “*Depresyon ruhsal çöküntü*”, İstanbul: Altın kitaplar basımevi.
- Köroğlu, E.** (1993). “*Depresif durumların kliniği. depresyon monologları serisi*”-1. Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Köroğlu, E.** (2000). “*Dsm-IV-Tr Tanı Ölçütleri Başvuru El Kitabı*”, Ankara, HYB Yayınları.
- Köroğlu, E.**(2004). “*Depresyon Nedir, Nasıl Baş Edilir?*”, Ankara: HYB. Yayıncılık.
- Kreitner, R. Kınickı, A.**(2004). “*Organizational Behavior*”, 6.Bası, McGraw-Hill, Boston, s.265.
- Long M.**(2000). “*The Psychology of Education. First Edition*”. London: Routledge Falmer.
- Lunenburg, F.C. Ornstein A.C** (1991). “*Educational Administration Concepts and Practices*”, Wadsworth Publishing Company, Belmont, California.
- Maslow, A. H.**(1987). “*Motivation and Personality*”, Addison Wesley Longman, New York, s.17.
- Meral, K.**(2007). “*Avcılar ilçesi ortaöğretim kurumları yöneticilerinin motivasyonlarının çalışan(öğretmen) motivasyonu üzerine etkisi*” Beykent Üniversitesi , Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul
- Mcgregor, D.**(1970). “*Örgütün İnsan İlişkileri Yönü*”, (Çev.: ENERGEN, Dogan), İdari Bilimler Fakültesi Yayın No:16, Ankara, 1970, s.30.
- Mcshane, S.L. Glinow M. A.**(2003). “*Von, Organizational Behavior, Emerging Realities for the Workplace Revolution*”, McGraw-Hill, Boston, s.135.

- Miller, J.A.**, (2002). “*Çocuklarda Depresyon*” (M. Isık Çev.) (1. Baskı). İstanbul: Özgür Yayınları.
- Mirzeoglu, N.**(2005). “*Örgütsel Çatışma ve Yönetimi*”, Spor Eğitimi Veren Yükseköğretim Kurumlarında Bir Uygulama, Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi; 2005, 3 (2): 51-56.
- Morris, C.G.** (1996). ”*Psikolojiyi Anlamak (Psikolojiye Giriş)*”, (Çeviren: H.B. Ayvaşık, ve M. Sayıl). Türk Psikologlar Derneği Yayınları, No:23.
- Morse, JJ. ve Lorsch J. W.**, (1975). “*Beyond Theory Yı, Harward Business Review On Management*”, Harper / Row Publishers, New York, s.378.
- Mutlu, B.** (2003). “*Demokratik Liderlik ve İlgören Motivasyonu*”, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), T.C. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara, s.51.
- Nicholls, J. G., & Robert, G. C.** (Ed.). (1992). “*The general and the specific in the development and expression of achievement motivation*”, Motivation in Sport Exercise, Human Kinetics Books.
- Özer, P. S. Topaloğlu, T.**(2008). “*Motivasyon ve Motivasyon Teorileri*”, Liderlik ve Motivasyon: Geleneksel ve Güncel Yaklaşımlar, ed. Celalettin Serinkan, Ankara, Nobel Yayın Dağıtım, 1.Baskı, Şubat.
- Özdemir S. Muradova T.** (2008). “*Örgütlerde Motivasyon ve Verimlilik İlişkisi*” Qafqaz Üniversitesi, Bakü azarbeycan
- Özgen, F. Aydın H.** (1999). “*Travma Sonrası Stres Bozukluğu*”, Klinik Psikiyatri Dergisi, s:1, sh:34-41.
- Özkalp, E.**(1981). “*Davranis Bilimleri ve Organizasyonlarda Davranis*” Eskisehir.

- Özkalp, E.**(1997). “*Davranış bilimlerine giriş*” Anadolu Üniversitesi Yayınları, Yayın No:1027, Eskişehir. 198, 199.
- Önen, L. Tüzün, M. B.**(2005). “*Motivasyon*”, İstanbul: Epsilon Yayıncılık, 1.Baskı, Ekim.
- Öztürk, O.**(2004). ”*Ruh Sağlığı ve Bozuklukları* ” ,İstanbul: Nobel Yayın Dağıtım.
- Öztürk O.**(1998). “*Psikanaliz ve Psikoterapi*”, Ankara: Bilimsel Tıp Yayınevi.
- Öztürk, M.O.** (1995). ” *Ruh sağlığı ve bozukluklar*”, Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Quick, J. C. ve Quick, Jonathan D.** “*Healthy,Happy,Productive Work:A Leadership Challenge*”,Organizational Dynamics,C.33, Sa:4, 2004, s.331.
- Peker, Ö. Aytürk, N.** (2002). “*Yönetim becerileri, öğrenilebilir ve geliştirilebilir*”. Ankara: Yargı Yayınevi.
- Peter F. Drucker.**(1972). “*Le Management en Qestion, Les Edition d’Organisation*” Paris: s.184; Zikreden: Eroğlu, a.g.e., s.13.
- Riggio, R. E.**(2003). “*Introduction to Industrial /Organizational Psychology*”, Prentice Hall, New Jersey.
- Robbins, S. P. Judge, T. A.**(2012). “*Essentiels of Organizational Behaviour*”, England, Pearson Education Limited, 11th Edition.
- Roberts G.C.**(1992). “ *Motivation in Sport and Exercise. Conceptual Constrains and Converce. Human Kineticks Books*”. Boston: Allyn and Bacon.
- Sabuncuoğlu, Z. Tüz, M.** (1998). “*Örgütsel Psikoloji*”, Bursa, Alfa Basım Yayım Dağıtım A.Ş., 3.Baskı, Temmuz.
- Sagduyu, A.**(2000). “*Birinci Basamak Sağlık Hizmetlerinde Depresyon*”, Türk Psikiyatri Dergisi, C:11, Sayı:1, sf:3-16.
- Schunk DH.**(2009). “*Öğrenme Teorileri: Egitimsel Bir Bakışla. Sahin M (Çev)*”, 5. Baskı, Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

- Shorter E.**(1997). “*A history of psychiatry: From the Era of the Asylum to the Age of Prozac*”, New York, John Wiley&Sons Inc.
- Steer, S. Richard M.**(1987). “*Motivation and Work Behaviour*”, MCGraw-Hill Publishing Company, 4th Edition.. PORTER, Lyman W.
- Strauss, G. Sayles, L. R.**(1980). “*Personel, The Human Problems of Management*”, Prentice-Hall, New Jersey, s:42.
- Şimşek, Ş. Akgemci, T. Çelik, A.** (2011). “*Davranış Bilimlerine Giriş ve Örgütlerde Davranış*”, Ankara: Gazi Kitabevi, 7.Baskı, Eylül.
- Şimşek, Ş. Akgemci, T. Çelik, A.**(2008). “*Davranış Bilimlerine Giriş ve Örgütlerde Davranış*”, Ankara: Gazi Kitabevi.
- Simsek, M.S., Akgemci, Tahir. ve Celik, A.** (2003). “*Davranış Bilimlerine Giriş ve Örgütlerde Davranış*”. (Ucuncu Baskı). Konya: Adım Ofset.
- Simsek, M.S**(1995). “*Yönetim ve Organizasyon*”, Konya: Damla Matbaacılık.
- Taneli vd.** (2001). ”*Depresyon ve Anksiyete Bozukluklarının Birlikte Bulunmaları ve Psikofarmakolojik Tedavi Yaklaşımı*”. *Psikiyatri dünyası* 2001;5;115 - 129).
- Taşpınar, F.** (2006). “*Motivasyon Araçlarının İşgören Motivasyonu Üzerindeki Etkisi Afyonkarahisar İlindeki Termal Otel İşletmelerinde Bir Araştırma*” Yüksek Lisans Tezi, Afyonkarahisar: Kocatepe Üniversitesi Entitüsü,
- Tetik, D. Pala, T.** (2009). “*Turizm İşletmelerinde Motivasyon*”. Z. Sabuncuoğlu.
(Editor). *Turizm İşletmelerinde Örgütsel Davranış*. (Birinci Baskı). Bursa: Mkm Yayıncılık. s.83-100.
- Tezcan Y.** (2006). “*Liderliğin Çalışanların Motivasyonu Üzerine Etkisi*” Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Tınaz, P.** (2009). “*Çalışma Yaşamından Örnek Olaylar*”. (İkinci Baskı). İstanbul: Beta Basım.

- Tınaz, P.**(2000). “*Çalışma Yasamında Motivasyon Kuramları*”, *Mercek*, C.5, Sa:19 ,s.29-38.
- Tozkoparan, G.** (2008). “*Motivasyonda Süreç Kuramları*”, *Liderlik ve Motivasyon: Geleneksel ve Güncel Yaklaşımlar*, ed. Celalettin Serinkan, Ankara, Nobel Yayın Dağıtım, 1.Baskı, Şubat 2008.
- Tutko T.A, Richards VM.**(1971). “*Psychology of Coaching. Brown Publishers*”. Boston: Allyn & Bacon.
- Türkmen, M.** (2005). “*Profesyonel erkek futbolcular ile amatör erkek futbolcuların başarı motivasyon düzeylerinin incelenmesi*”. Yüksek Lisans Tezi, İzmir.
- Yasar, M.R.**(2003). ” *Depresyonun Sosyolojik Açıdan inceleme*”, *Elazığ Örneği*
Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Doktora Tezi.
- Yasemin, K.** (2011). “*Olumlu Düşünme Eğitim Programının Ergenlerin Geleceğe Yönelik İyimserlik, Depresyon ve Bilişsel Çarpıtma Düzeylerine Etkisinin İncelenmesi*” *Eğitim Yöntemi*
- Yazıcı, O.** (2004). “*Distimi*” , *Klinik Psikiyatri*, Sayı Ek 2, s.54-55.
- Vamık, V. ve Çevik, A** (1993). “*Depresyonun Psikodinamik Etiyolojisi*”, *Depresyon Monografaları Serisi 3*, Hekimler Yayın Birliği, Ankara.
- Yazıcı, O, Oral, T. ve Vahip, S.** (2008). “*Depresyon sağaltım kılavuzu kaynak kitabı*”, Ankara: Tuna matbaacılık.
- Yüksel, G.** (2004). “*Öğrenme için Motivasyon. Sınıf Yönetimi*”. (Edit: Şule Erçetin; Çagatay Özdemir). Ankara, Asil Yayınevi.
- Zorba, E, İkizler, C., Tekin, A., Miçoğulları, O. ve Zorba, E.** (2005). “*Herkes için spor*”, İstanbul: Morpa kültür yayınları.
- Yararlanılan İnternet Siteleri:** <http://zehirlenme.blogspot.com/2007/12/depresyon-cesitleri-nelerdirpsikotik>. kaynağından 14/07/2017 tarihinde alınmıştır.

EKLER

Ek 1: Anket Formu

Değerli Katılımcı,

Bu araştırmanın amacı öğrencilerin depresyon algılarının motivasyon düzeyi üzerine etkisi olup olmadığını ortaya koymaktır. Soru formundaki ifadelerin yanında bulunan seçeneklerden, sizin için en uygun olanı işaretleyiniz. Verdiğiniz cevaplar gizli tutulacak ve araştırma amacı dışında hiçbir şekilde kullanılmayacaktır. Lütfen ankete isim yazmayınız. Araştırmacıya göstereceğiniz hassasiyet ve samimi yanıtlarınızdan dolayı şimdiden Teşekkür Ederiz.

Rezzan DEMİRCİ

KİŞİSEL BİLGİ FORM

1. Cinsiyetiniz?

- a)Kız b)Erkek

2. Halen Öğrenim Gördüğünüz Sınıfınız?

- a)1. Sınıf b) 2. Sınıf c) 3. Sınıf d) 4. Sınıf

3. Hangi Düzeyde spor yapıyorsunuz?

- a)Amatör Düzeyde b)Bos Zaman Faaliyeti Olarak c)Profesyonel Düzeyde d) Milli Düzeyde

4. Öğrenim gördüğünüz bölüm?

- a)B.E ve Spor Öğretmenliği b)Spor Yöneticiliği c)Antrenörlük d)Rekreasyon
e)Sınıf Öğretmenliği

5. Üniversite Öğreniminiz Sırasında Barındığınız Yer?

- a)Öğrenci Evinde b)Devlet Yurdunda c)Özel Yurtta d)Ailemle Beraber

6. Yaşamınızın Büyük Bir Bölümünü Geçirdiğiniz Yerleşim Merkezi?

- a)İl Merkezi b)İlçe Merkezi c)Köy d)Kasaba

Depresyon Ölçeği

Depresyon ölçeği Beck (1967)	A	b	c	D
1	Kendimi üzgün hissetmiyorum ()	Kendimi üzgün hissediyorum ()	Hep üzgünüm ve kendimi bu Duygudan Kurtaramıyorum ()	Öylesine üzgün ve mutsuzum ki dayanamıyorum ()
2	Gelecekte umutsuz değilim ()	Geleceğe biraz umutsuz bakıyorum ()	Gelecekte beklediğim hiç bir şey yok ()	Benim için gelecek yok durum düzelmeyecek ()
3	Kendimi başarısız görmüyorum ()	Çevremdeki bir çok kişiden daha çok başarısızlıklarım olduğu sayılır ()	Geriye dönüp baktığımda çok fazla başarısızlığımın olduğunu görüyorum ()	Kendimi tümüyle başarısız bir insan olarak görüyorum ()
4	Her şeyden eskisi kadar zevk alırım ()	Her şeyden eskisi kadar zevk alamıyorum ()	Artık hiçbir şeyden gerçek bir zevk alamıyorum ()	Bana zevk veren hiç bir şey yok. Her şey çok sıkıcı ()
5	Kendimi suçlu hissetmiyorum ()	Arada bir kendimi suçlu hissettiğim oluyor ()	Kendimi çoğunlukla suçlu hissediyorum ()	Kendimi her an için suçlu hissediyorum ()
6	Cezalandırıldığımı düşünüyorum ()	Bazı şeyler için cezalandırılabilirim hissediyorum ()	Cezalandırılmayı bekliyorum ()	Cezalandırıldığımı hissediyorum ()
7	Kendimden hoşnutum ()	Kendi kendimden pek hoşnut değilim ()	Kendimden hiç hoşlanmıyorum ()	Kendimden nefret ediyorum ()
8	Kendimi diğer insanlardan daha kötü görmüyorum ()	Kendimi zayıflıklarım ve hatalarım için eleştiriyorum ()	Kendimi hatalarım için çoğu zaman suçluyorum ()	Her kötü olayda kendimi suçluyorum ()
9	Kendimi öldürmek gibi düşüncelerim yok ()	Bazen kendimi öldürmeyi düşünüyorum fakat bunu yapamam ()	Kendimi öldürebilmeyi isterdim ()	Bir fırsatını bulsam kendimi öldüreceğim ()
10	Her zamankinden daha fazla ağladığımı sanmıyorum ()	Eskisine göre şu sıralar daha fazla ağlıyorum ()	Şu sıralarda her an ağlıyorum ()	Eskiden ağlayabilirdim şu sıralar istesem de ağlayamıyorum ()
11	Her zamankinden daha sınırlı değilim ()	Her zamankinden daha kolay sinirleniyor ve kızıyorum ()	Çoğu zaman sinirliyim ()	Eskiden sinirlendiğim şeylere bile artık sinirlenemiyorum ()

12	Diğer insanlara karşı ilgimi kaybetmedim ()	Eskisine göre insanlarla daha az ilgiliyim ()	Diğer insanlara karşı ilgimin çoğunu kaybettim ()	Diğer insanlara karşı hiç ilgim kalmadı ()
13	Kararlarımı eskisi kadar kolay ve rahat verebiliyorum ()	Şu sıralarda kararlarımı vermeyi erteliyorum ()	Kararlarımı vermekte oldukça güçlük çekiyorum ()	Artık hiç karar veremiyorum ()
14	Dış görünüşümün eskisinden daha kötü olduğunu sanmıyorum ()	Yaşlandığımı çekiciliğimi kaybettiğimi düşünüp üzülüyorum ()	Dış görünüşümde artık değiştirilmesi mümkün olmayan olumsuz değişiklikler olduğunu hissediyorum ()	Çok çirkin olduğumu düşünüyorum ()
15	Eskisi kadar iyi çalışabiliyorum ()	Bir işe başlayabilmek için eskisine göre fazla zorlanmam gerekiyor ()	Hangi iş olursa olsun yapabilmek için kendimi zorluyorum ()	Hiçbir iş yapamıyorum ()
16	Eskisi kadar rahat uyuyabiliyorum ()	Şu sıralar eskisi kadar rahat uyuyamıyorum ()	Eskisine göre 1 veya 2 saat erken uyanıyor ve tekrar uyumakta zorluk çekiyorum ()	Eskisine göre çok erken uyanıyor ve tekrar uyuyamıyorum ()
17	Her zamankine kıyasla daha çabuk yorulduğumun sanmıyorum ()	Eskisinden daha çabuk yoruluyorum ()	Şu sıralar neredeyse herşey beni yoruyor ()	Öyle yorgunum ki hiç bir şey yapamıyorum ()
18	İştahım eskisinden pek farklı değil ()	İştahım eskisi kadar iyi değil ()	Şu sıralar iştahım epey kötü ()	Artık hiçiştahım yok ()
19	Son zamanlarda pek fazla kilo kaybettiğimi sanmıyorum ()	Son zamanlarda istemediğim halde üç kilodan fazla kaybettim ()	Son zamanlarda istemediğim halde beş kilodan fazla kaybettim ()	Son zamanlarda istemediğim halde yedi kilodan fazla kaybettim ()
20	Sağlığım beni pek endişelendirmiyor ()	Son zamanlarda ağrı, sızı, mide bozukluğu, kabızlık gibi sorunlarım var ()	Ağrı sızı gibi bu sıkıntılarım beni epey endişelendirdiği için başka şeyleri düşünmek zor geliyor ()	Bu tür sıkıntılar beni öylesine endişelendiriyor başka hiçbir şey düşünemiyorum ()
21	Son zamanlarda cinsel yaşamımda dikkatimi çeken bir şey yok ()	Eskisine oranla cinsel konularla daha çok ilgileniyorum ()	Şu sıralar cinsellikle pek ilgili değilim ()	Artık cinsellikle hiç bir ilgim kalmadı ()

Motivasyon Ölçeği

Motivasyon Ölçeği J.E.Barbuto ve R.W.Scholl (1998)	1	2	3	4	5	6	7
1-İşimde yalnızca hoşuma giden şeyleri yapmaktan hoşlanırım.	()	()	()	()	()	()	()
2-İşimi yaparken , daha çok hoşlandığım başka bir işi yapabilmek için sık sık elimdeki işimi ertelerim.	()	()	()	()	()	()	()
3-İşi seçerken genellikle bana en hoş görünen işi seçerim.	()	()	()	()	()	()	()
6-Çalıştığım yerde yaptığım işten hoşlanmazsam , işten ayrılırım.	()	()	()	()	()	()	()
7-İşi esnasında ne kadar gayret sarf edeceğimi ,işin gereksinimleri (iş yapılması gerekenler) belirler.	()	()	()	()	()	()	()
8-Bir günlük ücret veriliyorsa, bir günlük iş yaparım.	()	()	()	()	()	()	()
12-İnsanlar daha iyi iş fırsatları yakalamak için gözlerini ve kulaklarını daima açık tutmalıdır.	()	()	()	()	()	()	()
13-Benim için, davranışlarımı diğer insanların onaylaması önemlidir.	()	()	()	()	()	()	()
14-Kararlarımı sık sık diğer insanların ne düşüneceğine dayanarak alırım.	()	()	()	()	()	()	()
18-Çabama kurumdaki en yetkili kişiler tarafından değer veriliğini bilirim ,var gücümle çalışırım.	()	()	()	()	()	()	()
19-Aldığım kararlar, kendim için koyduğum yüksek hedefleri yansıtır.	()	()	()	()	()	()	()
20-Yetenek ve becerilerimi kullanmama izin verecek bir kurumda çalışmak benim için önemlidir.	()	()	()	()	()	()	()
27-Bu nedene inanmıyorsam çok çalışmam.	()	()	()	()	()	()	()
28-Çalışacağım Kurumu seçerken, inanç ve değerlerimi savunanı ararım.	()	()	()	()	()	()	()
29-Çok çalışmam için bir organizasyonun misyonunun benim değerlerimle uyumlu olması gerekir.	()	()	()	()	()	()	()
30-Eğer bir kurum onayladığım hedefler doğrultusunda çalışıyorsa ,böyle bir kurumun başarıdaki payımın ön plana çıkıp çıkmaması önemli değildir.	()	()	()	()	()	()	()



Uploaded 1 document successfully

Search Trash

My Folders

- My Folders
- My Documents
- Trash

My Documents Documents Sharing Settings page 1 of 1

Title	Report	Author	Processed	Actions
Eğitim Fakültesi ve Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Depresyon ve Motivasyon Bilgi Düzeylerinin Karşılaştırılması 1 part - 0 words	26%	Rezzan DEMİRCİ	Sep 23, 2017 11:20:25 PM	

page 1 of 1

Submit a document

8,683 Pages remaining

Upload a File
Zip File Upload
Cut & Paste

View: [Recent Uploads](#)

New folder

New Folder
New Folder Group

Yükleniyor (%23)

iThenticate Eğitim Fakültesi ve Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Depresyon ve Motivasyon Bilgi BY REZZAN DEMİRCİ

Quotes Excluded Bibliography Excluded 26%

Match Overview

1	Internet 775 words crawled on 25-May-2016 ackkerism.deu.edu.tr	5%
2	Internet 477 words crawled on 18-May-2015 library.cu.edu.tr	3%
3	Internet 183 words crawled on 07-Sep-2013 acibademhemsirelik.org	1%
4	Crossref 141 words Ocal, Derya, Sercan Kurklu, and Kemal Tekin. "Determining the Stress and Motivation Levels of the Nurses Working ..."	1%
5	Internet 113 words crawled on 01-Oct-2015 dspace.trakya.edu.tr	1%
6	Internet 108 words crawled on 19-Jun-2017 www.ices-uebk.org	1%
7	Internet 98 words crawled on 19-Jul-2010 www.istanbul saglik.gov.tr	1%

EĞİTİM FAKÜLTESİ VE SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN
DEPRESYON VE MOTİVASYON BİLGİ DÜZEYLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI

Rezzan DEMİRCİ

22 YÜKSEK LİSANS TEZİ
Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı
Danışman: Doç. Dr. Gökhan ACAR

PAGE: 2 OF 82 İşlem Merkezi Geçerli bir sorun alınmadı