

T.C.
VAN YÜZÜNCÜ YIL ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

**10-12 YAŞ GRUBU İLKÖĞRETİM ÖĞRENCİLERİNDE VOLEYBOL VE
BASKETBOL ANTRENMANLARININ NEVROTİK DEĞERLER ÜZERİNE
ETKİSİ**

Öğretmen İçim SOYSAL
ANATOMİ ANABİLİM DALI VETERİNER PROGRAMI
YÜKSEK LİSANS TEZİ

DANIŞMAN
Prof. Dr. Hüseyin KARADAĞ

VAN-2018

T.C.
VAN YÜZÜNCÜ YIL ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

**10-12 YAŞ GRUBU İLKÖĞRETİM ÖĞRENCİLERİNDE VOLEYBOL VE
BASKETBOL ANTRENMANLARININ NEVROTİK DEĞERLER ÜZERİNE
ETKİSİ**



Öğretmen İçim SOYSAL
ANATOMİ ANABİLİM DALI VETERİNER PROGRAMI
YÜKSEK LİSANS TEZİ

DANIŞMAN
Prof. Dr. Hüseyin KARADAĞ


VAN-2018

Bu araştırma Yüzüncü Yıl Üniversitesi Araştırma Fonu Tarafından SYL-2017-6213 nolu proje olarak desteklenmiştir.

T.C.
VAN YÜZÜNCÜ YIL ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

**10-12 YAŞ GRUBU İLKÖĞRETİM ÖĞRENCİLERİNDE VOLEYBOL VE
BASKETBOL ANTRENMANLARININ NEVROTİK DEĞERLER ÜZERİNE
ETKİSİ**

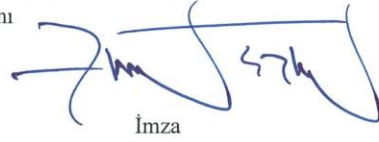
Öğretmen İçim SOYSAL
ANATOMİ ANABİLİM DALI VETERİNER PROGRAMI
YÜKSEK LİSANS TEZİ


İmza

Prof. Dr. Hüseyin KARADAĞ
Jüri Başkanı


İmza

Doç. Dr. Alper Cenk GÜRKAN
Üye


İmza

Prof. Dr. Zafer SOYGÜDER
Üye

TEZ KABUL TARİHİ

11/05/2018

TEŞEKKÜR

Tez çalışma sürecimin başından sonuna kadar planlanmasında, araştırılmasında, yürütülmesinde ve oluşumunda ilgi ve desteğini esirgemeyen, engin bilgi ve tecrübelerinden yararlandığım, yönlendirme ve bilgilendirmeleriyle çalışmamı bilimsel temeller ışığında şekillendiren, değerli danışmanım Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Veteriner Fakültesi Veteriner Hekimliği Temel Bilimler Bölüm Başkanı hocam Sayın Prof. Dr. Hüseyin KARADAĞ'a yine kıymetli bilgi, birikim ve tecrübeleri ile bana her zaman yol gösterici ve destekçi olan değerli Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Veteriner Fakültesi Dekanı ve Anatomi Anabilim Dalı Başkanı Sayın Prof. Dr. Zafer SOYGÜDER'e, çalışmamın istatistik aşamaları boyunca bana yardımcı olan Sayın Yrd. Doç. Dr. Gürol ZIRHLIOĞLU'na, bilimsel ve sosyal desteklerini benden esirgemeyen Sayın Yrd. Doç. Dr. Gamze ÇAKMAK'a ve Sayın Dr. Osman YILMAZ'a, tez projesine maddi destek sağlayan Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri Başkanlığına sonsuz teşekkür ve saygılarımı sunarım.

Ayrıca, çalışmaya katılan sevgili Van-Gürpınar Yavuz Selim Ortaokulu öğrencilerime teşekkür ederim.

Hiçbir zaman desteğini esirgemeyen, yaşamım boyunca beni büyüten, okutan, her zaman destekleyen ve bugünlere gelmemi sağlayan canım AİLEM'e sonsuz teşekkürlerimi sunuyorum.

İÇİNDEKİLER

| | |
|------------------------------------------------|------|
| Kabul ve Onay..... | II |
| Teşekkür..... | III |
| İçindekiler..... | IV |
| Simgeler ve Kısaltmalar | VI |
| Şekiller Listesi | VII |
| Tablolar Listesi | VIII |
| 1. GİRİŞ..... | 1 |
| 2. GENEL BİLGİLER..... | 3 |
| 2.1. Beden Eğitimi..... | 3 |
| 2.2. Spor..... | 3 |
| 2.3. Beden Eğitimi ve Sporun Önemi..... | 4 |
| 2.4. Kişilik Gelişimi ve Spor | 6 |
| 2.5. Adölesan Dönemi Gelişim Evreleri | 7 |
| 2.6. Voleybol..... | 7 |
| 2.7. Voleybol Oyun Kuralları..... | 8 |
| 2.8. Voleybolda Mevkiler ve Özellikleri..... | 9 |
| 2.8.1.Pasör (oyun kurucu)..... | 9 |
| 2.8.2. Orta oyuncu..... | 11 |
| 2.8.3. Köşe hücumcu (smaçör)..... | 11 |
| 2.8.4. Pasör çaprazı (üniversel oyuncu)..... | 12 |
| 2.8.5. Libero..... | 12 |
| 2.8.6. Yedinci oyuncu..... | 13 |
| 2.9. Basketbol | 13 |
| 2.10. Basketbol Oyun Kuralları..... | 14 |
| 2.10.1. Zamanla ilgili kurallar..... | 15 |
| 2.10.2. Basketbol topunun özellikleri | 15 |
| 2.10.3. Bireysel faul kuralı | 15 |
| 2.10.4. Oyuncu değişimi kuralı | 15 |
| 2.11. Takım Sporları ve Eğitsel Değerleri..... | 15 |
| 2.12. Eysenck Kişilik Kuramı..... | 17 |

| | |
|-----------------------------------------------------------------|----|
| 2.12.1. Psikotiklik boyutu (psychoticism)(P)..... | 20 |
| 2.12.2. Dışadönüklük-içedönüklük boyutu (extraversion) (E)..... | 20 |
| 2.12.3. Nevrotiklik boyutu (neuroticism) (N)..... | 21 |
| 2.12.4. Yalan (lie) boyutu (L)..... | 21 |
| 2.13. Nevroz (Nevrotik) | 21 |
| 2.14. Sporun Adölesan Dönemdeki Etkisi..... | 22 |
| 3. GEREÇ VE YÖNTEM..... | 24 |
| 3.1. Evren ve Örneklem..... | 24 |
| 3.2. Antreman Programı..... | 24 |
| 3.3. Verilerin Toplanması..... | 27 |
| 3.4. Araştırmanın Modeli..... | 27 |
| 3.5. Verilerin Analizi..... | 27 |
| 4. BULGULAR..... | 28 |
| 5. TARTIŞMA VE SONUÇ..... | 34 |
| ÖZET..... | 40 |
| SUMMARY..... | 41 |
| KAYNAKLAR..... | 42 |
| ÖZGEÇMİŞ..... | 46 |
| EKLER..... | 47 |
| EK 1. Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurul Kararı..... | 47 |
| EK 2. İl Milli Eğitim Müdürlüğü Araştırma İzni..... | 49 |
| EK 3. Eysenck Kişilik Testi Formu | 51 |
| EK 4. Orjinallik Raporu..... | 55 |

SİMGELER VE KISALTMALAR

| | |
|------------|----------------------------|
| BS | : Basketbol Sahası |
| ÇS | : Çalışma Saati |
| ÇY | : Çalışma Yeri |
| dk | : Dakika |
| E | : Dışadönüklük-İçedönüklük |
| EPI | : Yalan |
| HF | : Hafta |
| L | : Yalan |
| Mn | : Minimum |
| Mx | : Maximum |
| N | : Nörotizm |
| ÖS | : Öğrenci Sayısı |
| P | : Psikotiklik |
| Ss | : Standart sapma |
| US | :Uygulama Saati |
| VS | : Voleybol Sahası |
| X | : Ortalama |
| n | : Kişi sayısı |

ŞEKİLLER LİSTESİ

| | | |
|-----------------|------------------------------------------|----|
| Şekil 1. | Voleybol Saha Ölçüleri..... | 8 |
| Şekil 2. | Pasör (Oyun Kurucu)..... | 10 |
| Şekil 3. | Köşe Hücümcu (Smaçör)..... | 11 |
| Şekil 4. | Libero..... | 13 |
| Şekil 5. | Basketbol Saha Ölçüleri..... | 14 |
| Şekil 6. | Eysenck'in Kişilik Boyutları Şeması..... | 18 |



TABLolar LİSTESİ

| | | |
|------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tablo 1. | Araştırma Örneklemine Tanımı ve Değişkenlere Göre Dağılımı..... | 24 |
| Tablo 2. | Antrenman Periyotları..... | 24 |
| Tablo 3. | Uygulanan Sekiz Haftalık Voleybol Ana Antrenman Programı..... | 25 |
| Tablo 4. | Uygulanan Sekiz Haftalık Ana Basketbol Antrenman Programı..... | 26 |
| Tablo 5. | Çalışma Sonunda Elde Edilen Değerlerin Genel Ortalamaları..... | 28 |
| Tablo 6. | Nevrotik Puanların Tüm Gruplara Göre Karşılaştırılması..... | 29 |
| Tablo 7. | Voleybol ve Basketbol Gruplarının Nevrotik Puanlarının Karşılaştırılması..... | 30 |
| Tablo 8. | Voleybol ve Kontrol Gruplarının Nevrotik Puanlarının Karşılaştırılması..... | 31 |
| Tablo 9. | Voleybol ve Basketbol Grupları Nevrotik Puanlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılması..... | 32 |
| Tablo 10. | Nevrotiklik Puanlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılması..... | 33 |

1. GİRİŞ

Spor; kendine has kuralları olan, keyifle, istenerek yapılan, hareketleri kendi içerisinde sistemli olan, fiziksel etkinlikler bütünüdür. İnsanlara bedensel ve zihinsel gelişim imkanı sağladığı gibi, insanın toplumsallaşmasına, çalışma yaşamındaki iş veriminin olumlu yönde artmasına katkı sağlar (Hassandra, 2003).

Modern toplumlarda spor çoğunlukla birçok kişi ve nesnenin bir araya gelmesiyle yapılmakta, aynı zamanda ortaklaşa olarak yapılan bir sosyal etkinlik olduğu göz önüne alındığında, sportif faaliyetlere katılan ve bu faaliyetler aracılığıyla spor ile ilgilenen bireyler farklı insan grupları ile sosyal ilişkiye girmektedir. Spor, kişinin kendi dar dünyasından çıkarak değişik ortamlarda, farklı inanç ve düşüncelere sahip olan başka insanlar ile iletişim kurmasına fırsat vermekte ve böylece karşılıklı etkileşim ortamı yaratmaktadır. Bu yönü ile sporun, yeni arkadaşlıkların edinilmesine, pekiştirilmesine ve bireylerinin sosyalleşme anlamında kaynaşmalarına neden olduğu söylenebilir. Spor, sadece spor yapan bireyler arasında değil, izleyici kitleler arasında da önemli bir iletişim ve dostluk ilişkileri kurma imkânı sağlamaktadır (Çaha, 1999; Küçük ve Koç, 2015). Spor bireyin devimsel ve etkin olarak sosyal çevrelere katılımını sağlayan bir sosyal etkinlik olması özelliğinden dolayı, kişinin sosyalleşmesi ve içinde yaşadığı kültürü içselleştirmesinde önemli bir role sahiptir.

Sportif faaliyetlerin bireylerde kişilik değerlerini oluşturma, işbirliği duygusunu yaratma, bireysel spor branşları aracılığıyla kişisel disiplini geliştirme, mücadele duygusu kazandırma, liderlik özelliği ve özgüven duygusu oluşturma, iletişim becerilerinin geliştirme, saldırganlık güdülerini doğal yolla veya sosyal normlara uygun olarak boşaltma, sporcu-çalıştırıcı ilişkisi içinde sporcunun sosyalleşme sürecini hızlandırma ve destekleme etkileri vardır (Başer, 1986).

Spor alanı içerisinde birey; kendisinin ve başkalarının başarıma gücünü ve yeteneklerini tanımayı, eşit şartlarda yarışma kültürünü edinmeyi, yenilgiyi kabul ederek başkalarını beğenmesini ifade edebilmeyi, kazandığı zaman alçak gönüllü davranabilmeyi, insanlara yardım etmeyi, zamanı verimli şekilde kullanmayı öğrenir. Bu bağlamda spor; bireylerin hayata çok yönlü ve çeşitli olarak hazırlanmasını hedefleyen modern eğitim sisteminin önemli bir aracıdır (Öztürk, 1998).

Yapılan değerlendirmeler göz önüne alındığında, kişinin sosyal ve sportif faaliyetler aracılığıyla kültür etkileşiminde bulunması, dinamik sosyal çevrelere katılımının kolaylaşması, spor aracılığıyla katıldığı ortamlarda çeşitli diyaloglarla kendini geliştirmesi ve şekillendirmesinin mümkün olduğu sonucu ortaya çıkmaktadır.

Balkaya (1992), kişiliği bir insanın bütün önceliklerinin, tutumlarının, yeteneklerinin, kendini ifade etme biçiminin, dış görünüşünün ve çevresine uyum şeklinin özelliklerini içeren bir kavram olduğunu ifade ederken; Syer ve Connolly (1998), kişiliği insanın süreklilik ya da bir dereceye kadarsreklilik gösteren temel duygu, düşünce ve davranış özellikleri olarak tanımlamaktadırlar. Psikolojik sağlık açısından bireyde bu özelliklerin uyum içinde olması gereklidir. Kişilik zellikleri açısından sporcuların performans ve başarı seviyeleri; genetik yapı ve düzenli antrenman yapmanın yanı sıra beden ve zihin etkileşimi doğrultusunda düşünce, duygu ve zihinsel eylemler dizisinin denetimine bağlıdır. Çünkü spor, içerdiği hareketler ve oyunlar sayesinde, bireye duygularını ifade etme ve kendini gerçekleştirebilme olanağı sağlamaktadır. Ayrıca bireyler spor sayesinde olumsuz güdülerini boşaltma ve onları kontrol altında tutmayı da öğrenirler (ztrk, 1983). Kişilik geliőiminin çevrenin etkisinde olması noktasında sporun kişilik gelişimi üzerinde önemli bir yer aldığını söyleyebiliriz.

Nevrotik kişiler, duygu bozukluğu nedeniyle aşırı Őekfat talep etme, dikkat dağınıklığı, odaklanamama, güvensizlik, plan yapamama, düşmanca ve saldırgan davranışlar içinde olma; nefret ve kin gibi duygusal davranıőlarla, sağlıklı insanlardan tutum ve davranıőlarıyla ayrılan kiőilerdir. Bu davranış şekilleri nevrotik bozukluklar olarak açıklanmaktadır. Nevrotik bireyler ve normal bireyler arasında belli bir ayırım bulunmamaktadır. Güncel yaşam içinde çeşitli nevrotik eğilimlere sahip bireylerde karőılaőmak mümkündür. En basit tanımıyla sinirlilik hali olarak adlandırılan nevrotik davranışlarda, psikolojik ve iőlevsel belirtiler gözlenebilir. Bu davranıőların en temelinde kaygı bulunmaktadır. Bu davranıőların çoğu davranış bozukluğu olarak tarif edilir. İnsanlarda bu davranıőların oğukaygı; korku, kuruntu, huzursuzluk olarak görülür (Anonim-a, 2017).

2. GENEL BİLGİLER

2.1. Beden Eğitimi

Beden eğitimi; oyun oynama, jimnastik ve spor yapma gibi eğitici bütün bedensel aktiviteleri içeren genel bir kavram olup, bedensel etkinlikler içinde ve bedensel etkinlikler aracılığı ile gerçekleştirilen eğitimidir (Özmen, 1999).

Beden eğitimi vücudun yapı ve fonksiyonunu geliştirmeyi sağlayan, kas ve eklem faaliyetlerinin kontrolünü dengeli bir biçimde koordine eden, boş zamanları etkin bir şekilde değerlendirmeyi, fiziksel gücü en ekonomik yolla kullanmayı, bireylere metotlu bir şekilde hareket etmeyi telkin eden bir faaliyet sistemidir. Açak (2005), beden eğitimi; insanların beden, fikren ve ruhen olgunlaşmalarını, organizmanın bütünlüğüne zarar vermeden uygun şekillerde gelişmelerini, bireylerin kendine ve bulunduğu topluma faydalı bir insan olarak yetişmelerini sağlayan bilimsel ve bedensel faaliyetler bütünü olarak tanımlamıştır.

Beden eğitimi, eklem ve adalelerin kontrollü ve dengeli bir biçimde hareket etmesini sağlayan, vücudun yapısını ve fonksiyonlarını geliştiren, okul dönemi sonrası boş zamanları etkili şekilde reaktif faaliyetlerle değerlendirme alışkanlığı yükleyen ve çalışma periyodunda harcanan fiziki gücü ekonomik tarzda kullanma becerisi kazandıran bir faaliyet sistemidir (Aracı, 2006).

2.2. Spor

Spor; kültürel, ekonomik ve sosyal açıdan kalkınmanın temel unsuru olan insanların fiziksel ve ruhsal sağlıklarını geliştiren, karakter gelişmelerinin desteklenmesini sağlayan, insanların yetenek ve beceriler kazanarak çevreye uyumlarını arttıran, insanlar ve toplumlar arası kaynaşmayı sağlayan, insanların rekabet güçlerini arttıran ve rekabet ölçülerine uyarak mücadele etmelerine imkân sağlayan, yarışmak ya da yarışmada üstün gelmek için yapılan faaliyetler bütünüdür (Aytan, 2010).

Spor; yapan açısından kazanmaya yönelik fiziksel ve teknik bir çaba, izleyici açısından yarışmaya dayalı estetik görsel bir süreç, toplumsal bütünlük içinde ise o

toplumun özelliklerini olduğu şekliyle yansıtan bir ayna, yerine göre toplumu yönlendirebilen etkili ve önemli bir toplumsal organizasyondur (Fişek, 1980).

2.3. Beden Eğitimi ve Sporun Önemi

Beden eğitimi ve spor; insanda kişilik değerlerinin şekillenmesini, sağlık ve moral verimliliğinin artırılmasını destekleyen; ortak duygu ve davranışlara sahip bir toplumsal yapının ve milli yönden güçlü insan tipinin yaratılmasını sağlayan etkili bir eğitim faaliyetidir.

Beden eğitimi ve spor; insanların zihni, fikri ve bedeni gelişimlerinin birbirleriyle uyum içerisinde yürütülmesini ve yaşadıkları toplumlarda daha sağlıklı, dengeli, verimli ve mutlu olmalarını sağlayıcı bir rol üstlenir. Ayrıca, günümüzde ülkelerin uluslararası faaliyetleri içinde spor kendine özgü yeri olan bir tanıtım faaliyeti olarak da işlevler üstlenmiştir. Uluslar beden eğitimi ve spor faaliyetlerine katılarak elde ettikleri başarılar yoluyla kendi ülkelerinin diğer ülkelere tanıtımını yapmaktadırlar (İnal, 2003).

Sporun Önemi:

- Fiziksel uygunluk gelişimini sağlama,
- Çocuklarda kas kuvveti, esneklik, kassal dayanıklılık, vücut kompozisyonu ve kardiovasküler dayanıklılığı geliştirme,
- Psikomotor beceri kazanımı sağlama,
- Fiziksel aktivitelere yeterli katılımı destekleme,
- Disiplinli ve sağlıklı fiziksel aktivite alışkanlığı kazandırma,
- Programa karşı öğrenilmiş bilgi kazanamaya destek vererek, çocuğun fen, matematik ve sosyal bilimlerde mental gelişimini sağlama,
- Öz güveni geliştirme,

Odaklanma yeteneği ve tecrübesi kazandırma imkânları sunar (Baltacı, 2008).

Sağlık açısından sporun önemi: Yaşam grafiği içinde bazı insanlar ekonomik hayatını bedensel gücü ile bazıları da zihinsel gücü ile kazanmaktadır. Bu iki tür insan hayatı içinde, beden eğitimi aynı derecede geçerli ve önemlidir. Aynı zamanda beden eğitimi zihinsel, bedensel fonksiyonların gelişmesinde en önemli araçtır (Çöndü, 1999).

Beden eğitimi ve spor faaliyetleri sağlık açısından ele alındığında; kardiyovasküler yaşlanmayı yavaşlatarak yaşam kalitesini ve süresini artırmakta, kalp ve damar hastalıklarını önemli ölçüde engellemekte, felç riskini düşürmekte, güçlü kemik ve kas yapısı oluşturmada, ruhsal sorunlarla mücadele etme direnci kazandırmakta, kadınlar, çocuklar, gençler ve yaşlılarda gündelik aktivitelerin yapılmasında kolaylıklar sağlamakta ve sağlıklı yoldan vücuttaki fazla olan yağ miktarını azaltarak kilo vermede yardımcı olmaktadır (Aracı, 2006).

Programlı ve sistemli bir şekilde yapılan bedensel etkinlikler, kişinin bedensel rahatsızlıklarıyla ilgili olan tutum ve algısını olumlu yönde değiştirmesine neden olur. Kendisini fiziksel olarak sağlıklı ve iyi hissetmesi, fiziksel iyilik durumuna yönelik bir etkinin işaretidir. Spor düzenli olarak yapıldığında yalnızca fiziksel değil aynı zamanda psikolojik olarak da olumlu değişimlere neden olmaktadır (İkizler, 2002).

Sporun felsefi ve pedagojik önemi: Bireyi toplumsal şekilde geliştirmek için bedensel, ruhsal ve zihinsel çalışmalar birbirine paralel ve bağlı olarak ele alınıp birbirlerinden ayrı olarak düşünülmemelidir (Çöndü, 1999).

Spor toplumsal boyutuyla ele alındığında, bireylere kendileri ve başkalarına saygılı olmayı öğrenme, planlı ve ölçülü çalışmayı sağlama, bireyin topluma karşı sorumluluk bilinci kazanma, birlikte iş yapma, ortak sosyal faaliyetler geliştirme ve sosyal faaliyetlere katılma ve toplum içinde kendini belirleme tarzı gibi konularda eğitim vermesi açısından önemlidir (Aracı, 2006).

Kişinin yeteneklerini geliştirmesinde, kendini tanımasında, güçlü ve sınırlı yönlerini belirlemede, sağlığına ve bedenine karşı bilinçli bir şekilde davranmasında, beceriler kazanmayı öğrenerek organizmasını etkili şekilde kullanmasını öğrenmede, fiziksel uygunluğunu üst düzeyde geliştirmesinde, mutlu ve sağlıklı bir yaşam sürmek için gerekli olan bilgi seviyesine erişmede, serbest şekilde kullanmış olduğu zamanı

verimliliğe dönüştürme alışkanlığı, becerisi ve davranışlar kazanmasında beden eğitimi ve sporun önemli bir yeri vardır (Doğan, 2013).

2.4. Kişilik Gelişimi ve Spor

Beden eğitimi ve spor, bireylerde kişisel gelişimi etkileyen önemli faaliyetlerden biridir. Toplum içinde yaşayan bireylerde istenilen yönde karakterlerinin gelişimi konusunda, okul eğitiminde de imkânlar sunulur. Okul eğitimi; bilinen genel anlamının dışında, çocukta rekabet ve sosyal değişim becerilerinin gelişimini kapsayan aktif ve dinamik bir çevre oluşturur. Bu yönüyle de beden eğitimi ve sporun kişisel gelişim açısından bireylere katkı sağladığı görülmektedir (Yarımkaya, 2013).

Yapılan araştırmalara göre; sporu düzenli bir şekilde yapan kişilerde sporun kişilik yapısının, benlik algısının ve özgüven davranışlarının olumlu şekilde gelişmesine katkı yaptığı saptanmıştır. Bununla beraber bireylerin kendi becerileri çerçevesinde düzenli olarak çalışma içine girdiği de belirtilmiştir. Üstün bir teknik gerektiren spor, estetik ve rekabete dayalı bir yapı içermesinden ötürü kişilik ve uyumu da etkilemektedir (Akgül ve ark., 2012).

- Spor etkinliklerine katılım insanların karakterlerinin şekillenmesine yardımcı olmaktadır,
- Takım sporlarına katılım insanların işbirliği yapma becerilerini geliştirmektedir,
- Bireysel sporlara katılım ile insanların kişisel disiplin düzeyleri artmaktadır,
- Spor etkinliklerinde serbestlik olması özellikle öğrenci ve öğretici ilişkilerini geliştirerek sporcuların sosyalleşmesine katkı sağlamaktadır,
- Yapılan tehlikeli spor etkinlikleri ve antrenmanlar kişisel cesaretin gelişmesine katkı sağlamaktadır,
- Bedensel temasın olduğu sporlar başta olmak üzere, spor etkinliklerine katılım insanların iletişim becerilerini geliştirmektedir,
- Spor etkinliklerine katılım insanların saldırgan kişilik özelliklerinden kurtulmalarına katkı sağlamaktadır (Küçük ve Koç, 2015).

2.5. Adölesan Dönemi Gelişim Evreleri

Ergen sözcüğü “adolescent” kelimesinin karşılık gelmektedir. Anlamı Latince de büyüme ve olgunlaşma olan “adolescere” fiilinden türemiştir. Kelime bir süreci işaret etmekte ve bireyde gözlemlenen aktif gelişim evresi olarak tanımlanmıştır (Yavuzer, 2007).

Ergenlik döneminde olan bireylerdeki gelişim; duygusal, sosyal, fiziksel ve zihinsel alanlarda bir bütün halinde ilerler. Çocuklardaki gelişim alanları diğer gelişim alanlarıyla ilgilidir. Örnek vermek gerekirse çocuğun fiziksel gelişim alanı hareket gelişimi ile ilgilidir. Kasların düzgün şekilde gelişimi çocuklarda hareket gelişimini destekler, rahat bir şekilde hareket edebilen çocuk, çevresiyle iletişime girer ve böylece çevresiyle sosyal etkileşim içerisinde olan çocuğun sosyal gelişimi de hızlanır. Çevresiyle sosyal etkileşime giren çocuğun, zihinsel gelişiminde aynı doğrultuda artar. Yani her gelişim alanı birbiriyle ilişkili olup birbirlerini desteklemektedir (Bacanlı, 2001).

Fiziksel gelişim, boyca uzamasının ve vücut ağırlığının artması yanında, bedeni oluşturan diğer tüm alt sistemlerin de olgunlaşmasını ve büyümesini içerir. Fiziksel gelişim ve motor becerilerin kazanılması, dengelenmesi, artması ve azalması sürecidir (Koç, 1996).

2.6. Voleybol

Voleybol 1895 yılında ilk olarak William G. Morgan tarafından bulunmuştur. Kuzey Amerika'nın Holyoke kentinde beden eğitimi öğretmeni olan Morgan, ilk defa bu şehirde, tenis filesini 1.80–1.90 cm yerden yukarıya kaldırmış ve iş adamlarını file ile ikiye ayırdığı bu alanda basketbol topunun iç lastiğinden elde ettiği topu karşı alana değdirmelerini istemiştir. Mintonette ismi verilen bu oyun kısa sürede benimsenip sevilmiştir (Vurat, 2000). Uluslararası Voleybol Federasyonu (FIVB) 1947'de Paris'te kurulmuştur. Uluslararası Voleybol Federasyonu'na yaklaşık olarak 150 milyonu aşkın oyuncu ve 100'den fazla ülke üyedir (Aydoğan, 2006). Voleybol birçok değişiklik geçirerek günümüze kadar gelmiş, uygulanması sırasında zekâ ve temel motorik özellikler gerektiren ve dünya genelinde popüler olan bir spor dalıdır (Vurat, 2000).

Takım oyuncularını oyun kurallarına uygun şekilde savunma ve hücumda hızlı pozisyon değişimi yapmak zorundadır. Voleybolda oyun öğeleri; oyun kurma, hücum yapma, blok ve savunma gerçekleştirme, oyun esnasında servis kullanma ve servis atışını karşı alana geçirebilme şeklindedir. Oyun öğelerinden hücum yapma, servis karşılama, blok kurma gibi voleybol oyun stratejilerini düzgün bir şekilde uygulayan takımın oyunu kazanma şansı yükselecektir (Gök, 2006).

2.8. Voleybolda Mevkiler ve Özellikleri

Voleybol sahasında yer alan oyuncuların rolleri, mevki ve özellikleri takım sistemine uygun olarak değişiklik gösterir. Her mevki ve konumun kendine has olan hareket şekli vardır. Oyuncular farklılık gösteren hareket şekillerine uygun olarak farklı unvanlar alırlar.

Voleybol'da oyuncuların unvan ve roller şunlardır;

- Orta oyuncu
- Pasör
- Pasör çaprazı
- Smaçör- köşe hücumcu
- Libero
- Yedinci oyuncu

2.8.1. Pasör (oyun kurucu)

Top çeviren, başarılı ve hedefe yönelik paslar ile oynadığı takımı başarıya doğru götüren, taktik kullanmada en önemli oyuncu olma özelliğine sahip olan oyuncudur(Şekil. 2). Başarılı bir şekilde set oluşturmada önemli nokta; pasörün, hücum oyuncusunun isteği doğrultusunda, belirli yöne ve belirli bir yükseklikte pas atmasıdır. Pasveren oyuncunun dikkat etmesi gereken noktalar şunlardır:

- İyi ve kötü karşılanmış olan toplara karşı uygulanabilir çözümleri oluşturmak,
- Hücum varyasyonlarında uygulanacak olan taktikte ve oyunda topu kullanacak oyuncuyu tespit ederek onu haberdar etmek,
- Topun altına zamanında yerleşmek,
- Aynı oyuncuya ve aynı noktaya gönderdiği paslarda standart pas kalitesini sağlamak (Çelenk, 2000),
- Tek elle pas atma çalışmalarını arttırarak, fileye doğru giden topların uygun kullanılmasını sağlamak,
- Oyunda sayı elde edilecek ve ya karşı takımı zor durumda bırakacak hücum çeşitlerini tercih etmek,
- Bilekler aracılığı ile kolları çok kullanmadan aldatmalı paslarla, karşı takımın kurmuş olduğu blok sistemini dağıtmak ve kendi oyun arkadaşına rahat hücum fırsatı oluşturmak.



Şekil 2. Pasör(TVF, 2018).

2.8.2. Orta oyuncu

Orta oyuncular hem blok hem de hücum için çağdaş voleybolun vazgeçilmez unsurlarıdır. Orta ve ön bölgede oynayan bu oyuncu; çoğunlukla filenin orta bölgesi ön ve arkasından birinci tempo hücumları ve orta bölgede kurulmuş olan bloklardan sorumlu oyuncudur. Orta oyuncu köşele bölgelere yardım ederek, köşelerdeki blokların kuruluşuna destek olur (Çelenk, 2000).

2.8.3. Köşe hücumcu (smaçör)

Takımına sayı üretme açısından en fazla katkı sağlaması beklenen ve takımının stratejik açıdan en önemli oyuncusudur. Pasveren, oyun içinde zor durumda kaldığı anlarda kurtuluşu smaçörü kullanmakta bulur. Bu nedenle smaçörler onlara gönderilen tüm pasları sayıya dönüştürebilecek yetenekte olmalıdır. Saha içinde dört numaralı bölgede oynarlar. Bu oyuncuların en yüksek seviyede sıçrayarak değişik açılardan hücum yapma imkânları artırılmalıdır (Şekil. 3). Servis karşılamada da görev alması beklenen bu oyuncular 2. ve 3. tempo hücumları da gerçekleştirirler (Orkunoğlu, 1997).



Şekil 3. Köşe hücumcu (TVF, 2018).

2.8.4. Pasör çaprazı (üniversal oyuncu)

Saha içerisinde 2 numaralı bölgede bulunmaları gereken bu oyuncular ön alanda ve ön alanın sağ tarafında oynarlar. Rakip takımdaki hücum oyuncusunun karşısında yer almasından dolayı iyi sıçrama yapması ve iyi blok oluşturması gerekir. Bu nedenle hem hücum yapma hem pas atma özelliklerine sahiptir. Arka bölgede 1 numaralı alandan ön bölgeye kaçarak da hücum görevi ile oynatılabilirler. Top çeviren (pasör) ile yakalayacağı uyum takımın, 5-1 lik oyun sistemi içerisinde başarı için oluşturulacak önemli bir kriterdir. Hücum esnasında top çevirenin yolunu kapamadan hareket etmelidir (Orkunoğlu, 1997).

2.8.5. Libero

Savunma konusunda özel bir oyuncunun voleybola dahil olması, Uluslararası Voleybol Birliği'nin oyun kurallarında yapmış olduğu son gelişmelerden biridir. Libero sistemi ile voleybolun savunma tarafının kuvvetlendirilmesi, izlenme zevkini artırması ve kısa boylu oyuncuların da diğer oyuncular gibi üst düzey voleybol turnuvalarında yer almaları amaçlanmıştır (Tiryaki, 1999).

Voleybol antrenörleri; hücum bölgesinden savunma bölgesine geçen, savunması güçlü olmayan uzun boylu olan oyuncuların yerine, liberoyu sahaya alarak takımın savunma yönünden gücünü arttırmaktadırlar. Liberonun temel görevi, arka bölgede takımının savunma düzenlemelerini yapmaktır (Şekil. 4). Bu oyuncu servis karşılama görevini önemli ölçüde üstlenerek, hücum oyuncularının işini kolaylaştırmalıdır. Hücum bölgesinde yorulan ve yoğun bir mücadeleden çıkan ön hat oyuncularının yerine, arka alandaki libero oyuna dahil edilerek diğer sporcuların dinlenmesine de fırsat sağlanmış olur Libero arka hatta rakip takım servis atmadan ve hakem düdüğünü çalmadan önce savunması zayıf olan oyuncu ile değişir. Libero, hiçbir durumda servis kullanamaz, ön hattan hücum vuruşu yapamaz, ön hatta hücum oyuncusuna parmak pas ile top kaldıramaz (Tiryaki, 1999).



Şekil 4. Libero (TVF,2018).

2.8.6. Yedinci Oyuncu

Voleybolda yedinci oyuncunun önemi büyüktür. Takımdaki hırsı ve oyun seviyesini artırır. Oyun içinde takımın enerji seviyesini artırabilecek birine sahip olmak iyi bir avantajdır. Bu kişi takım kötüye giderken onu tekrar bir araya getirebilecek özellikte biri olmalıdır (Eralp ve Çotuk, 2007).

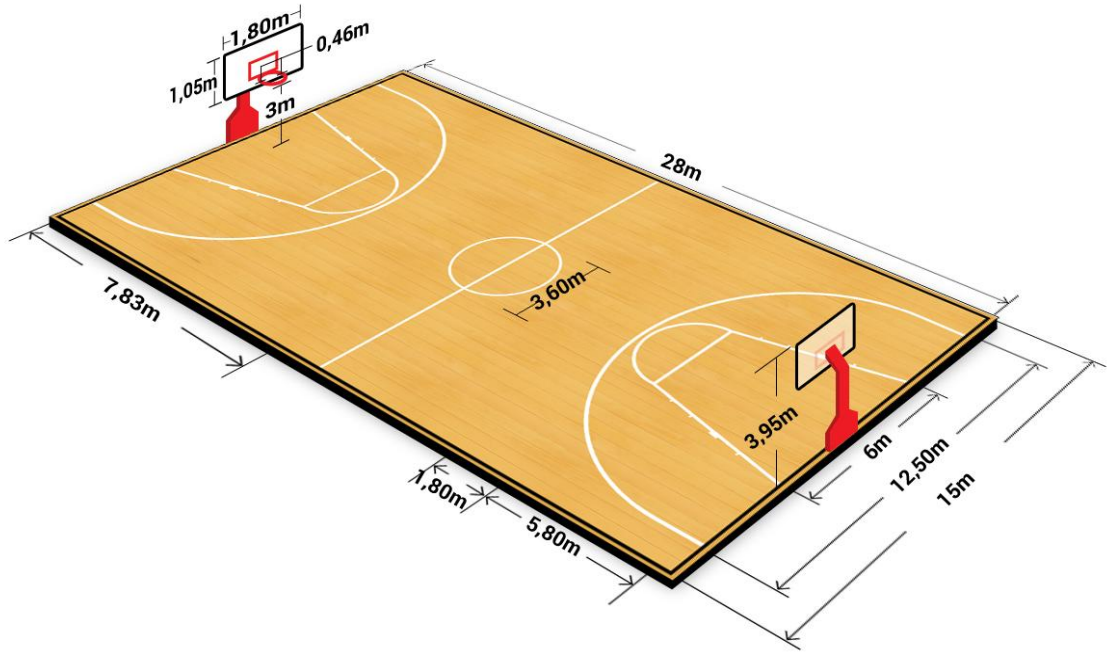
2.9.Basketbol

Basketbol, oyun kurallarına uygun olarak topu, rakip takımın sepeti içine atmak ve rakip takımın sayı yapmasına ve topa sahip olmasına engel olmak amacıyla, 5'er kişilik iki takım arasında oynanan bir takım sporudur (Yamaner, 2001).

Bir takım oyunu olan basketbol, İngilizce'de "Sepet Topu" anlamından gelmiştir. Oyun içinde 5 sporcu, saha kenarında 5-7 yedek oyuncuya sahip iki takım arasında, 10'ar dk 4 periyot üzerinden oynanır. Basketbol'da amaç, basketbol topunun rakip takımın potasındaki çemberden geçirerek sayı kazanmak ve rakip takımın sayı yapmasını engel olmaktır. Oyunun süresi 40 dakikadır. Oyun sonunda her iki takımın sayıları eşit olması durumunda, maçta bir takım galip gelene kadar 5'er dakikalık uzatma periyotları oynanır (Sevim, 1997).

2.10. Basketbol Oyun Kuralları

Oyun alanı düz ve dikdörtgendir. Saha 28 m uzunluğunda ve 15 m genişliğindedir (Şekil. 5). Basketbol potası tek parça ve saydam camdan üretilmiştir. Pota ve panyasının boyutları; dikey 1.80 m ve 1.05 m yatay ölçüleri vardır. Çemberin iç çapı 45 cm ve turuncu renge boyalıdır. Bir basketbol takımı 5 as, en fazla 7 yedek oyuncu olmak üzere toplam 12 oyuncudan oluşur.



Şekil 5. Basketbol saha ölçüleri (Anonim-c, 2018).

FIBA organizasyonlarında formalar 4'ten başlar 15'te biter. Yurt içi karşılaşmalarında 1 ile 99 arasındaki forma numaraları kullanılabilir. Müsabaka her biri 10 dakika olan 4 periyottan oluşur. Periyotlar arası 2 dakikadır. 3. ve 4. periyot arası 15 dakikalık bir devredir. Son periyotta eşitliğin bozulmaması halinde eşitlik bozulana kadar 5'er dakikalık olan uzatma periyotları oynanır. Serbest atıştan giren top 1 sayı, iki sayılık bölgeden giren top 2 sayı, üç sayılık bölgeden giren top 3 sayı değeri taşımaktadır. Turnike; direkt olarak potaya atılan yakın pozisyonlarda kullanılan en garanti şut tekniğidir (Ziyazgil ve Eriöz, 2006). Basketbol müsabakalarında iki takımın da ilk üç periyotta 1'er, dördüncü periyotta işe 2'ser kez mola alma hakları vardır. Molalar 1 dakikadır.

2.10.1. Zamanla ilgili kurallar

3 Saniye Kuralı: Top kendi takımının kontrolündeyken hiçbir oyuncu 3 saniye bölgesinde (post içinde) 3 saniyeden fazla kalamaz.

5 Saniye Kuralı: Top sürdükten veya pas aldıktan sonra topu elinde tutan oyuncu 5 saniye içinde pas vermemesi, şut atmaması, top sürmemesi halinde kural hatası yapmış olur.

8 Saniye Kuralı: Bir oyuncu kendi sahasında topun kontrolünü kendi eline aldığı anda, oyuncunun kendi takımı, topu 8 saniye içinde ön alandaki sahaya geçirmelidir.

24 Saniye Kuralı: Bir oyuncu topun kontrolünü eline geçirdiği zaman, kendi takımını 24 saniye içinde şut atmalıdır.

2.10.2. Basketbol topunun özellikleri

Basketbol topu sekiz parçadan oluşur ve küre şeklindedir. Topun çevresi 74,9 cm - 78,9 cm, ağırlığı ise 567 gr - 650 gr arasındadır.

2.10.3. Bireysel faul kuralı

Rakip oyuncuya, kurallara aykırı temas eden bir oyuncu faul yapmış sayılır. Oyuncunun bir müsabaka içerisinde teknik ve normal hata sayısı 5'i bulursa oyun dışında kalır.

2.10.4. Oyuncu değişimi kuralı

Oyuncu değişiminde bir sınırlama yoktur. Sayı görevlisinden gerekli izin alınarak oyuncu değişimi gerçekleşir.

2.11. Takım Sporlar ve Eğitsel Değerleri

Takım sporlarında başarıya ulaşmak amacıyla sporcuların özel yeteneklerinin ve kişisel özelliklerinin bilinmesi ve sporcuları bu özelliklere göre yönlendirmek takım açısından daha faydalı olabilir (Tosunoğlu, 2008).

Basketbol; içinde barındırdığı eğitsel, sosyal, fiziksel ve psikolojik değerler ile bireylerin eğitimlerinde büyük rol üstlenir. Bunun yanı sıra kuvvet, sürat, dayanıklılık, hareketlilik ve beceri gibi fiziksel güç özelliklerini, çocuk ve gençlik çağlarından itibaren başlayarak amaca yönelik çalışmalar ile istendik yönde geliştiren ve yetişkinlik döneminde de pekiştirerek üstün düzeye erişmesini sağlar. Taktik ve teknik unsurlarının oyun içinde ani ve değişen durumlarda uygulama gerekliliği, reaksiyon, koordinasyon gibi çeşitli özelliklerin gelişmesine katkı sağlar. Aynı zamanda organizmanın kuvvetlendirilmesine, fiziksel bozuklukların giderilmesine ve sağlam bir organizma oluşturulmasına da yardım eder (Aracı, 2006; Sevim, 2002).

Oyun esnasında sporcuların kişilik özellikleri kolayca tespit edilir ve önceden tahmin edilen eğitici önlemler alınarak zamanında müdahale edilebilir. Sporcular, amaca uygun bir şekilde çalışmalara tabi tutularak; kolektif düşünme, bilinçli bir disiplin ve uygulama seviyesine getirilebilir. Takım disiplini içinde kendi başlarına iş yapabilme durumuna eriştirilirler. Basketbolun oyun niteliği açısından tüm cinsiyet ve yaş gruplarına uygun olduğundan dolayı, bireyin kişilik gelişimleri üzerinde olumlu bir etki sağlamaktadır. Özgüven, mücadele arzusu, cesaret, işbirliği, doğruluk, gibi özellikleri kazandırır. Bireyin psikolojik ve sosyal davranışlarını olumlu bir biçimde etkileyerek toplum için faydalı bir kişilik kazandırır. Basketbol oyunu; bu değerleri ile okullarda ve kulüplerde çocuklar, gençler ve yetişkinler için vazgeçilmez bir spor dalıdır (Sevim, 2002).

Voleybol; oyunun temel amacı; rakip sahada topu öldürmek, başka bir ifadeyle topun rakip saha ile temasını sağlamaktır. Bu amaç için belli teknikler ön plana çıkmaktadır: ön hatta smaç ve blok ile arka hattın gerisinden atılan servisler. Her ne kadar servis atışı, belli bir dönem sadece oyunu başlatan bir teknik olarak düşünülse de daha sonraları servis tekniğinin önemiyle stratejisi üzerinde çok düşünülmüş atış açıları, atılacak bölgeler, karşılayacak oyuncuların özellikleri gibi unsurlar ön plana çıkmıştır (Eralp ve Çotuk, 2007).

Takım sporları, teknik ve taktik zekâ gerektiren pozisyonları ile birlikte hareket edebilmeyi, yardımlaşmayı ve paylaşımcılığı kazandıran etkinlikler bütünüdür. Kişide özgüven ve cesaret duygusunu geliştirmeye yardımcı olur. Ayrıca kişiyi planlı, programlı ve disiplinli bir çalışma içine doğru iterek karar verebilme yeteneğini

geliştirir. Voleybol ile sosyalleşmeye adım atan bireyler kendilerine kişilik kazanmada şans vermiş olacaktırlar (Aracı, 2006).

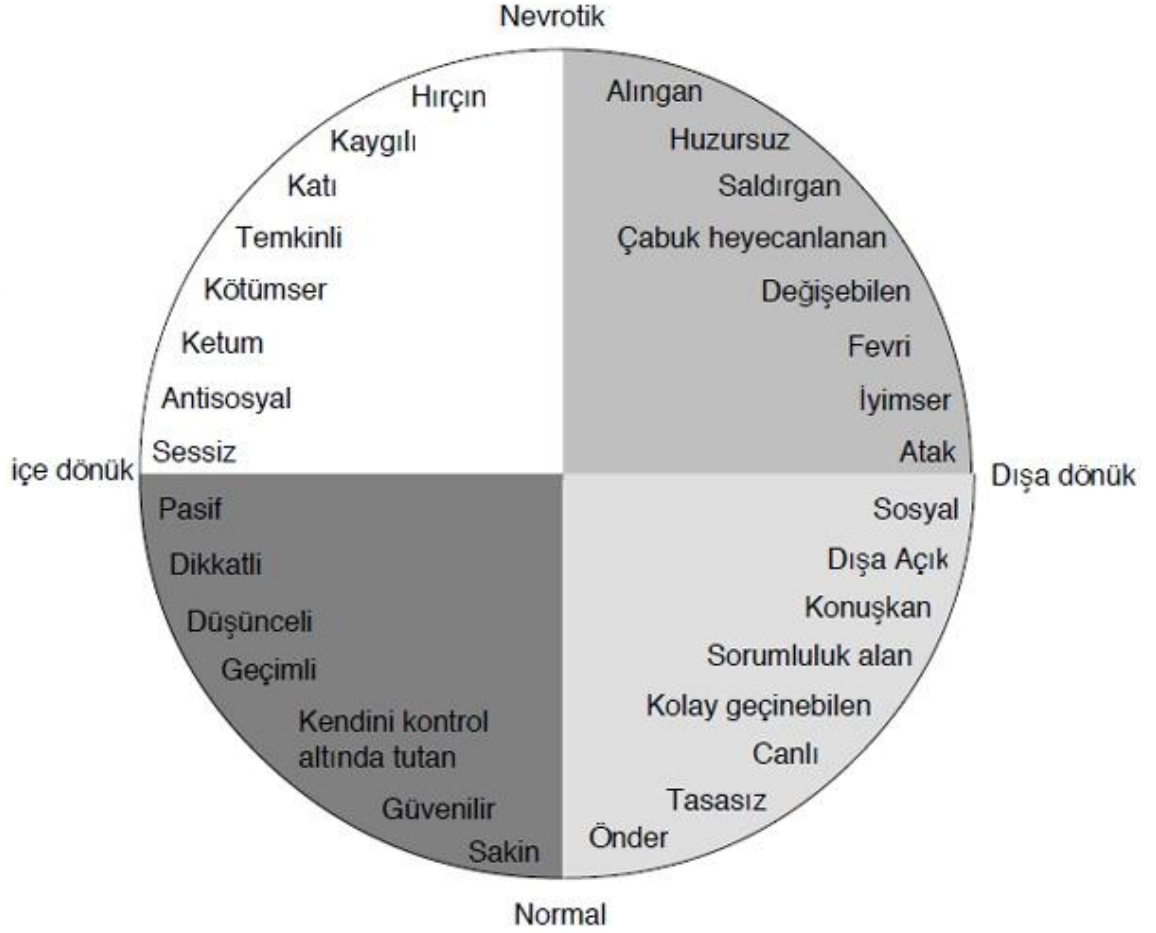
2.12. Eysenck Kişilik Kuramı

Eysenck, kişilik boyutlarını faktör analizi yöntemi ile saptamıştır. Genellikle az sayıda faktörle sınırlı olan çalışmalarında ölçüt analizi için kontrol grupları kullanılmıştır. Önce bir varsayım ortaya atılmış sonra bunun doğruluğu araştırılmıştır. Hans Jürgen Eysenck 1916'da Almanya'da doğmuş, daha sonra ülkesini terk ederek İngiltere'ye gitmiştir. Londra Üniversitesinden psikoloji doktorası olarak 1940'da eğitimini tamamlamış, 2. Dünya Savaşı'nda Mill Hill Acil Hastanesinde çalışmış, 1946'da Londra Üniversitesinde psikoloji dersleri vermiş, araştırmalar yapmıştır. 1955'ten sonrada Maudsley ve Bethlem Kraliyet Hastanelerinde ve Psikiyatri Derneğinde klinik psikolojisi profesörü olarak çalışmalarını sürdürmüştür. Çok sayıda eseri olan Eysenck çağımızın en etkili psikologları arasında yer alır (Yanbastı, 1990).

Eysenck; kişilik özelliklerini, birbirinden ayrı olarak iki uçlu olarak yatay ve dikey bir şekilde olduğunu vurgulamıştır. Yatay olan boyutun bir ucunda, dışa dönüklük öteki ucunda içe dönüklük; dikey boyutun üst ucunda nevrotik boyut, alt ucunda normal tiplerdeki bireyler bulunmaktadır (Şekil. 6). Tüm bireylerde kişilik özelliklerine bu iki boyut arasında bir yerde bulunur. Bu kişilik yapıları gözlem, dereceli ölçek ve testlerle belirlenir. Bu kişiliği oluşturan öğeler, birbirinden ayrıdır. Eysenck boyutu kendi aralarında ilişki bulunan dört ayrı düzeye yerleştirilmiştir (Googworth,1988).

Eysenck Kişilik Testi Topçu (1982) tarafından Türkçeye çevirip uyarlanmıştır. Topçu (1982) 526 kadın 566 erkek ve toplam 1092 kişiden oluşan bir gruba testi uygulamış ve testin ölçeklerinin tamamının Türkçe formları güvenilir ve kabul edilir düzeyde bulmuştur. İlgili kişilik boyutlarını ölçmek için uygulanan testin tüm ölçeklerinin güvenle kullanılabileceğini söylemiştir. Tarafımızca yapılan araştırmada Eysenck Kişilik Envanterinin alt ölçeklerine bağlı olan Nevrotiklik anketinde 2, 4, 6, 8, 10, 12, 14, 16, 18, 20, 22, 25, 28, 30, 32, 34, 35, 37, 38, 39, 40, 42 ve 44 üncü maddeler nevrotiklik yapısı ile ilişkili soruları oluşturmaktadır. 11, 15 ve 23. Maddeler tersine maddeleri oluşturmaktadır. Düz maddelerde her "evet" yanıtı 1 puan, her "hayır" yanıtı ise 0 puana karşılık gelir. Ters maddelerde ise her "evet" yanıtı 0 puan, her "hayır"

yanıtı 1 puana karşılık gelmektedir. Her madde için karşılık gelen puanlar toplanarak her kişilik boyutuna ilişkin puanlar hesaplanır. Elde edilen yüksek puanlar yüksek düzeyde nevrotikliğe karşılık gelmektedir. Uluğ (1990) yılında 23 sorudan oluşan depresif bozukluklarda kişilik özellikleri adlı nevrotiklik ile alakalı olan maddelerden 11 puanın üzerine çıkıldıkça nevrotik özelliklerin görüldüğünü ifade etmiştir.



Şekil 6. Eysenck'in kişilik boyutları şeması (Anonim-d, 2018).

Eysenck kendi kişilik kuramında kişiliğe boyutsal bir yaklaşım tarzı getirmektedir. Eysenck, kişiliği üç temel boyutla açıklanabileceği ve bu boyutların güvenilir ve geçerli şekilde ölçülebileceğini savunmaktadır. Bireyler psikiyatrik hastalığı olsun veya olmasın, bu boyutların her birinde bir konumda bulunurlar ve kişilik yapısı bu konumların özgün ve biricik bileşimi ile tarif edilebilir. Bu kişilik boyutları şunlardır:

- Nörotiklik

- Psikotiklik
- Dışadönüklük-içedönüklük

Nörotiklik ve psikotiklik boyutları, psikiyatrik terimler ile ifade edilmiş olmasına rağmen normal kişilik değişkenleridir. Stres altında olan kişinin davranışlarının alabileceği şekle işaret etmektedir. Bu boyutlarda normal kişileri ve hasta kişileri ayıran ayırım noktaları bulunmamaktadır (Uluğ,1990).

İnsanların belli başlı davranışlarının tanımını yapmak, Cattell ve Guilford'un gibi Eysenck'inde ilgisini çekmiş ve yaptığı çalışmalar sonunda iki kişilik boyunun varlığına vurgu yapmıştır. Bunlar kısaca, "dışadönüklük-içedönüklük" ve "nörotizm" boyutları olarak tanımlanabilir. Eysenck, bu iki boyuttan bağımsız bir üçüncü boyut olan "psikotizm" i ortaya atmış ve bunun nevroz ve psikozdan tamamen farklı ve bağımsız bir boyut olduğunu deneylerle desteklenmiş varsayımlarla savunmuştur. Zaman içerisinde sürekli yenilemelere tabi tutulan bu boyutlara Eysenck serisi içerisinde ilk defa EPI (L) de denilen "yalan" ölçeğinin eklendiği görülmüş ve amacının "sahte görünüm" izlenimi yaratma çabasında olan bazı deneklerin tespit edilmesi için düzenlendiği belirtilmiştir. Gerçeğin gizlenmesi için motivasyonun yüksek olduğu hallerde, mesela N ve L arasındaki korelasyon yüksek bulunduğunda, L ölçeği gerçeği söylemeyenleri ayırt etmede avantajlı olabiliyor ve en yüksek %5 L puanı alanları belirleyebiliyor (Cantez, 1984).

Testin bu araştırmada kullanılan versiyonu olan, 101 maddeden oluşan ve deneklerin "evet" ve "hayır" olarak cevapladıkları ve sonuçta psikotizm, dışadönüklük-içedönüklük, nörotizm ve yalan ölçekleri altında puanlanan çeşitli ibarelerden oluşmaktadır. Dört boyutun soruları da birbirinden bağımsız olarak düzenlenmiş olup, psikotizm (P) de 25, dışadönüklük-içedönüklük (E) de 21, nörotizm (N) de 23 ve yalan (L) ölçeğinde de 21 soru maddesi bulunmaktadır (Cantez, 1984).

Psikotizm bölümünde 25 soru içeren toplam puanı 6'nın üzerine çıktıkça, psikotik belirtinin olduğundan söz edilebilir. Dışadönüklük-içedönüklük bölümünde 13 puanın, nörotizm ile ilgili olarak 11 puanın, yalan ölçeğinde ise 14 puanın üzerine çıktıkça belirtinin giderek arttığı söylenebilir (Uluğ, 1990).

2.12.1. Psikotiklik boyutu (psychoticism) (P)

Bu kuramda psikotiklik, bir psikiyatrik bozukluk olarak kavramlaştırılmıştır. Psikotiklik sözcüğü basit olarak tüm insanlarda bulunan bir kişilik özelliğine işaret etmektedir. Psikotiklik puanı yüksek olan bir kimse, insanlardan pek hoşlanmayan, yalnız, genellikle huzursuz, buldukları yere uyum gösteremeyen kişidir. Başkalarına olduğu gibi akrabaları ve dostlarına karşıda düşmanca tutumlar sergileyebilirler. Başkalarını üzme ve onları aptal durumuna düşürmekten hoşlanır ve tehlikeyi umursamazlar (Koç, 1994).

2.12.2. Dışadönüklük-içedönüklük boyutu (extraversion) (E)

Özgün bir dışadönük, sosyal eğlence ve organizasyonları seven, andaki duygularına göre davranış sergileyen, can yakıcı şakalar yaparak yapan, umursamaz ve tasasız, rahatına fazlasıyla düşkün, iyimser, duygularını denetim altına alamayan, kolay bir şekilde sinirlenip, öfkelenen, genellikle güvenilir olmayan, fazla sayıda arkadaşı olan kimselerdir (Koç, 1994).

Özgün dışadönük kişiler, insancıl ve cana yakındırlar, insanlarla olmaktan hoşlanırlar. Rahat ilişki kurar, çok sayıda arkadaş edinirler. Kendi başlarına olmaktan, kitap okumak ve çalışmaktan hoşlanmazlar. Heyecan veren olaylardan etkilenirler. Hareket ve davranışları üzerindeki hâkimiyetleri zayıftır. Neşeli, heyecanlı, hareketlidirler, çok konuşur, espri yapmaktan hoşlanırlar. Çoğunlukla kaygısız, iyimserdirler, eğlenmeyi severler. Sık sık saldırgan hal ve davranışlarda bulunurlar (Köknel, 1986).

Özgün bir içedönük, sessiz, çekingen, insanlar ile etkileşime girmekten çok kitap okumayı tercih eden, yakın arkadaşları dışındaki bireylere yakınlık göstermeyen, geleceği planlayan, düşünmeden harekete geçmeyen, yaşamdaki olayları ciddi bir şekilde ele alan, düzenli bir hayat yaşamayı seçen, duygularını kontrol altında tutan, güvenli ve ahlaki konulara önem gösteren kimselerdir (Koç, 1994). Kolay bir şekilde arkadaşlık kuramazlar, düşünerek hareket ederler. Ender olarak saldırgan davranışta bulunurlar. Kurdukları toplumsal ilişkileri dengeli ve sınırlı şekilde sürdürürler (Eysenck, 1978).

2.12.3. Nevrotiklik boyutu (neuroticism) (N)

Eysenck, nevroitiklik hakkında edinmiş olduğu bilgilerini, dengesizlik, duygusallık ve duygusal dengesizlik deneyimleri ile aynı anlama gelecek şekilde kullanmıştır. Nevrotiklik puanı yüksek olan bireyler; kaygılı, ruh hali ve durumu değişken, çoğu zaman çöküntülü bir kimsedir. Hazım sıkıntıları ve uyku problemi yaşarlar. Duygusal uyarılmışlık durumundan sonra tekrar dengeye dönmekte güçlüklerle karşılaşır. Yüksek nevroitiklik puanı dışa dönüklükle birlikte bulunuyorsa böyle bir kişi alıngan, huzursuz, kendini kolaylıkla heyecana kaptıran ve saldırgan bir şekilde olabilir. Kısacası her şeyi kendilerine dert edinen kaygılı kimselerdir (Koç, 1994).

Nörotizm puanı yüksek olan sıradan bir nörotik kişi ise, aşırı düzeyde duygusal, şüpheli ve endişeli, sıklıkla depresyona giren, her türlü uyarıcıya şiddetli şekilde cevaplayan bireylerdir (Yavuzer, 1982).

2.12.4. Yalan (lie) boyutu (L)

Yalan ölçeği cevaplayan kişi tarafından iyi bir görüntü vermek için yapılabilecek yanıltmaları ölçmeyi amaçlamaktadır. Kişiler, özellikle gerektiği durumlarda kendilerini oldukları gibi değil, olmaları uygun olacak bir biçimde gösterme eğilimi içine girerler. Bu eğilimin “N” puanı ile bir tutarlılık gösterdiği, Eysenck ve diğer araştırmacılar tarafından ortaya konmuş bir bulgudur. Diğer bir değişle, bu bulgulara göre bireyin kaygı derecesi arttıkça, yalan puanı da yükselmektedir. Şu halde bir işe başvuru durumu gibi kaygı uyandıran durumların dışında “L” puanının daha çok kişiliğe ilişkin bir ölçüm olduğu söylenebilir. Eğer yanıltma motivasyonu çok yüksek ise (N puanı ile L puanı arasındaki korelasyon çok yüksek ise) L puanına bakarak en yüksek L puanı almış kişilerin %5’i gruptan çıkarılabilir. “L” puanı bir bakıma yaşa bağlı olarak değişmektedir. Çocuklarda yaşa göre (yaş küçüldükçe) azalmakta, yetişkinlerde yaşa göre artmaktadır (Eysenck, 1978).

2.13. Nevroz (Nevrotik)

Horney’e göre ise nevroz; genellikle belli bir toplum içinde yaşayan insanı, toplumdan tamamen ayırmamakla birlikte kişinin sağlığını, etkinliğini ve verimliliğini olumsuz yönde etkileyen davranış bozukluğudur. Nevroz, sosyo-psişik bir çatışmadan;

insanlar arası ilişkilerdeki bozukluklardan ve çatışmalardan kaynaklanmaktadır. İnsanlar arası ilişkiler, belirli toplumlar ve kültürlere göre değiştiği için nevrozların oluşumunda sosyo-kültürel etkenlerde önemli belirleyiciler olmaktadır (Horney 1993, Ulutaş 2000).

2.14. Sporun Adölesan Dönemdeki Etkisi

Tosunoğlu (2008), ortaöğretimde takım sporları ile uğraşan sporcu öğrencilerin spor branşlarına göre kişilik özelliklerini incelemiş, araştırmaya katılan takım sporlarındaki öğrencilerin branşlara göre kişilik özelliklerini nevroziklik boyutunda, basketbolcuların ortalaması $X=12.96\pm 4.056$, voleybolcuların ortalaması $X=10.50\pm 3.940$ olarak bulunmuştur. Basketbolcuların puanları voleybolculara göre yüksek çıkmıştır.

Yapılan bir çalışmada (Tosunoğlu, Gökyürek, Okan, 2016) ortaöğretimde okuyan ve takım sporuyla uğraşan sporcu öğrencilerin, branşlarına göre kişilik özelliklerini spor branşlarına göre incelenmiş Araştırmada “Eysenck Kişilik testi Araştırma sonuçlarına göre; Branşlara göre nevrozik puanlar incelendiğinde en yüksek puan ortalamasının futbol branşı ile ilgilenen sporcularda olduğu görülmüş ve nevroziklik boyutundaki voleybol ve hentbol branşları, futbol ve basketbol branşlarına dair puanlara göre daha düşük olarak belirlenmiştir.

İlhan ve Gencer (2009) “Çocuklarda Nevrotik Sorun Düzeyleri ve Badminton Eğitimi İlişkisine Yönelik Bir Araştırma” adlı çalışmalarında, 12 hafta boyunca düzenli badminton eğitim programı uyguladıktan sonra uygulama grubunun nevrozik sorunlarında kontrol grubuna göre anlamlı bir azalma olduğunu tespit etmişlerdir.

Yapılan bir araştırmada (İlhan ve Gencer, 2010) çocukların nevrozik eğilimlerine 12 haftalık düzenli olarak uygulanan badminton eğitiminin etkili olup olmadığı incelenmiş, ilköğretim I. kademe çağındaki çocuklara uygulanan düzenli badminton eğitim programının nevrozik sorun düzeyleri üzerinde etkili olup olmadığını belirlemek amacıyla Badminton eğitim programı uygulanmış, program sonrasında nevrozik sorun düzeyleri bakımından, uygulama grubuyla, kontrol grubu arasında oluşan ve uygulama grubunun lehine olan farkın, düzenli olarak uygulanan badminton eğitiminden kaynaklandığı sonucuna ulaşılmıştır.

Yapılan bir çalışmada (İlhan, Gencer, Ulucan, 2011) araştırma grubunu 8-12 yaş aralığında, basketbol, voleybol ve hentbol branşlarında okullar arası spor mősabakalarına katılan ve katılmayan ilköğretim öğrencilerinin ruhsal uyum dőzeylerinin karşılaştırılmal olarak incelenmiş, okullar arası spor mősabakalarına katılan sporcu-öğrencilerin nevroitik sorun dőzeyleri okullar arası spor mősabakalarına katılmayan akranlarına göre anlamlı derecede daha dőřük bulunmuştur.

Yapılan bu çalışmada, ilköğretim öğrencileri üzerinde uygulanacak 8 haftalık voleybol ve basketbol antrenmanlarının nevroitiklik etkisi incelenecektir.



3. GEREÇ VE YÖNTEM

3.1. Evren ve Örneklem

Çalışmaya 2016-2017 eğitim öğretim yılında Van Gürpınar İlçesi'ndeki Yavuz Selim Ortaokulu'nda okumakta olan yaşları 10-12 yaş arasında değişen 30 kız, 30 erkek olmak üzere 60 öğrenci katılmıştır. Bu öğrencilerden 10 kız ve 10 erkek öğrenci, voleybol ve basketbol gruplarının ortak kontrol grubunu oluşturmuştur. Geriye kalan 20 kız ve 20 erkek öğrenci ise 10'ar kişilik basketbol ve voleybol deneme gruplarını oluşturmuştur (Tablo. 1). Öğrenciler üzerinde çalışma yapmak üzere 05.06.201 tarih ve 05 sayılı Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Onayı alınmıştır (Ek-1).

Araştırmanın örnekleme, basit seçkisiz örnekleme yoluyla belirlenmiştir. Basit seçkisiz örnekleme, oluşturulan evren listesinden örnekleme birimlerinin seçkisiz olarak seçilmesidir (Büyüköztürk, 2010).

Öğrenciler üzerinde çalışma yapılması ile ilgili Milli Eğitim Müdürlüğü'nden izin ve onay alınmıştır (Ek-2).

Tablo 1. Araştırma örnekleminin tanımı ve değişkenlere göre dağılımı.

| Cinsiyet | Yaş | Sayı (Kişi) | Sınıf | Kontrol Grubu (Kişi) | Voleybol Branşı Deneme Grubu (Kişi) | Basketbol Branşı Deneme Grubu (Kişi) |
|----------|-------|-------------|----------------|----------------------|-------------------------------------|--------------------------------------|
| Kız | 10-12 | 30 | 5. ve 6. Sınıf | 10 | 10 | 10 |
| Erkek | 10-12 | 30 | 5. ve 6. Sınıf | 10 | 10 | 10 |

3.2. Antrenman Programı

Antrenman programında; 20 dk ısınma, 30 dk ana antrenman, 10 dk dinlenme, 30 dk ana antrenman, 10 dk soğuma periyotları uygulanmıştır (Tablo2).

Tablo2. Antrenman periyotları.

| Isınma Egzersizi | I. Ana Antrenman Programı | Dinlenme | II. Ana Antrenman Programı | Soğuma |
|------------------|---------------------------|----------|----------------------------|--------|
| 20 Dk | 30 Dk | 10 Dk | 30 Dk | 10 Dk |

Voleybol (Tablo. 3) ve basketbol (Tablo. 4) ana antrenman uygulamaları şu şekilde gerçekleştirilmiştir:

Tablo 3. Uygulanan sekiz haftalık voleybol ana antrenman programı.

| HF | US | ÇS | ÇY | ÖS | İŞLENECEK KONULAR |
|----|----|-------------|----|----|-----------------------------|
| 1 | 2 | 15.30-17-10 | VS | 20 | Temel duruşlar |
| | 2 | 15.30-17-10 | VS | 20 | Kayma adımları |
| | 2 | 15.30-17-10 | VS | 20 | Oyun alanı ve tanıtım |
| 2 | 2 | 15.30-17-10 | VS | 20 | Voleybolda oyun kurma |
| | 2 | 15.30-17-10 | VS | 20 | Voleybolda servis atma |
| | 2 | 15.30-17-10 | VS | 20 | Voleybolda manşet pas |
| 3 | 2 | 15.30-17-10 | VS | 20 | Voleybolda smaç |
| | 2 | 15.30-17-10 | VS | 20 | Voleybolda blok |
| | 2 | 15.30-17-10 | VS | 20 | Voleybolda manşet pas |
| 4 | 2 | 15.30-17-10 | VS | 20 | Voleybolda servis anlatımı |
| | 2 | 15.30-17-10 | VS | 20 | Voleybolda alttan servis |
| | 2 | 15.30-17-10 | VS | 20 | Üst ekstremitte kuvvet |
| 5 | 2 | 15.30-17-10 | VS | 20 | Voleybolda servis(diriller) |
| | 2 | 15.30-17-10 | VS | 20 | Voleybolda tenis servis |
| | 2 | 15.30-17-10 | VS | 20 | Üst ekstremitte kuvvet |
| 6 | 2 | 15.30-17-10 | VS | 20 | Voleybolda tenis servis |
| | 2 | 15.30-17-10 | VS | 20 | Hedefe servis çalışması |
| | 2 | 15.30-17-10 | VS | 20 | Hedefe servis çalışması |
| 7 | 2 | 15.30-17-10 | VS | 20 | Müsabaka hazırlayıcı oyun |
| | 2 | 15.30-17-10 | VS | 20 | Üst ekstremitte kuvvet |
| | 2 | 15.30-17-10 | VS | 20 | Karışık servis kullanımı |
| 8 | 2 | 15.30-17-10 | VS | 20 | Üst ekstremitte kuvvet |
| | 2 | 15.30-17-10 | VS | 20 | Öğretilenlerin kullanımı |
| | 2 | 15.30-17-10 | VS | 20 | Öğretilenlerin kullanımı |

Tablo 4. Uygulanan sekiz haftalık ana basketbol antrenman programı.

| HF | US | ÇS | ÇY | ÖS | İŞLENECEK KONULAR |
|----|----|-------------|----|----|----------------------------|
| 1 | 2 | 15.30-17-10 | BS | 20 | Temel duruşlar - topsürme |
| | 2 | 15.30-17-10 | BS | 20 | Temel duruşlar - top tutma |
| | 2 | 15.30-17-10 | BS | 20 | Malzeme tanıtım |
| 2 | 2 | 15.30-17-10 | BS | 20 | Basketbolda oyun kurma |
| | 2 | 15.30-17-10 | BS | 20 | Basketbolda şut atma |
| | 2 | 15.30-17-10 | BS | 20 | Basketbolda pas verme |
| 3 | 2 | 15.30-17-10 | BS | 20 | Basketbolda turnike atışı |
| | 2 | 15.30-17-10 | BS | 20 | Basketbol da steps |
| | 2 | 15.30-17-10 | BS | 20 | Basketbolda göğüs pas |
| 4 | 2 | 15.30-17-10 | BS | 20 | Basketbolda smaç |
| | 2 | 15.30-17-10 | BS | 20 | Blok teorik anlatım |
| | 2 | 15.30-17-10 | BS | 20 | Alt ekstremite kuvvet |
| 5 | 2 | 15.30-17-10 | BS | 20 | Basketbolda ribaunt |
| | 2 | 15.30-17-10 | BS | 20 | Basketbolda pivot hareketi |
| | 2 | 15.30-17-10 | BS | 20 | Üst ekstremite kuvvet |
| 6 | 2 | 15.30-17-10 | BS | 20 | Basketbolda baş üstü pas |
| | 2 | 15.30-17-10 | BS | 20 | Basketbolda yerden pas |
| | 2 | 15.30-17-10 | BS | 20 | Hedefe şut atma |
| 7 | 2 | 15.30-17-10 | BS | 20 | Müsabakaya hazırlanma |
| | 2 | 15.30-17-10 | BS | 20 | Aaçak kontrollü top sürme |
| | 2 | 15.30-17-10 | BS | 20 | Kontrollü top sürme |
| 8 | 2 | 15.30-17-10 | BS | 20 | Üst ekstremite kuvvet |
| | 2 | 15.30-17-10 | BS | 20 | Öğretilenlerin kullanımı |
| | 2 | 15.30-17-10 | BS | 20 | Öğretilenlerin kullanımı |

3.3. Verilerin Toplanması

Araştırma için gerekli veriler, kişisel bilgi formu ile Eysenck tarafından geliştirilen Eysenck Kişilik Testi (Ek-3) ile toplanmıştır. Antrenmanların 8 haftalık sürecin başlangıcında, uygulamanın 4. haftasının sonunda ve 8 haftalık uygulamanın bitiminde hem kontrol hem de denek gruplarına Eysenck Kişilik Testi uygulanmıştır.

Kişilik Bilgi Formu: Araştırmaya katılan sporcu öğrencilere ait kişisel bilgilerin belirlenmesi amacıyla hazırlanan Eysenck Kişilik Testi formu içinde ayrıca yaş, cinsiyet, sınıf ve hangi spor branşı ile uğraştığına ilişkin sorular sorulmuştur.

3.4. Araştırmanın Modeli

Araştırma tarama modelindedir. Araştırmada Eysenck Kişilik Testi kullanılmıştır. Tarama modelleri, geçmişte ya da halen var olan bir durumu var olduğu şekliyle betimlemeyi amaçlayan araştırma yaklaşımlarıdır. Araştırmaya konu olan olay, birey ya da nesne, kendi koşulları içinde ve olduğu gibi tanımlanmaya çalışılır (Karasar, 2007).

Araştırma için gerekli veriler anket yöntemi yoluyla toplanmıştır. Bu yöntemle voleybol ve basketbol antrenmanı uygulanan ortaokul öğrencilerinin nevrotik kişilik özellikleri ile yaş, cinsiyet ve spor dalı değişkenleri açısından farklılıkları incelenmiştir.

3.5. Verilerin Analizi

Katılan sporculara Eysenck tarafından geliştirilen Eysenck Kişilik Testi uygulanmıştır. Testte psikotiklik, nevrotiklik, dışadönüklük-içedönüklük Boyutu, yalan konuşma olmak üzere toplam dört boyut vardır. Bu çalışmada nevrotiklik boyutu araştırılmıştır. Kız ve erkek öğrencilerden oluşan kontrol ve denek grubu grupları tesadüfi yöntemle tespit edilmiştir.

Çalışmada ilk olarak Kolmogorov-Smirnov testi ile verilerin normal dağılıma uyup uymadığı incelenecek, grup sayısı iki olan değişkenler için veriler normal dağılım gösterdiği takdirde Student t testi, normal dağılım göstermediği durumda ise Mann Whitney U testi kullanılacaktır.

4. BULGULAR

Bu bölümde öğrencilere uygulanan Eysenck Kişilik Envanterinden elde edilen veriler ve bu verilerin değişik istatistiksel teknikler kullanılarak yapılan analiz sonuçlarına yer verilmiştir.

Tablo 5.Çalışma sonunda elde edilen değerlerin genel ortalamaları.

| | Minimum | Maximum | Ortalama | Ss |
|-----------|---------|---------|----------|---------|
| Voleybol | 26,00 | 40,00 | 34,2500 | 3,50605 |
| Basketbol | 25,00 | 41,00 | 31,6833 | 3,67073 |
| Kontrol | 28,00 | 39,00 | 35,0333 | 2,14687 |

$P > 0.005$

Tablo 5’de branşa göre puan ortalamalarının karşılaştırılması incelendiğinde en düşük ortalamanın (31,6833) basketbol grubundaki bireylerde, en yüksek ortalamanın (35,0333) ise kontrol grubundaki bireylere ait olduğu görülmektedir (Tablo 5). Genel ortalamalara bakıldığında ilk testte voleybol basketbol ve kontrol grupları arasında ölçülen nevrotik puan ortalamalarının son testte ölçülen nevrotik ortalama puanlarından istatistiksel olarak anlamlı derecede küçük olduğu, kontrol grubundaki bireylerin diğer gruptaki bireylere göre nevrotik değerleri daha yüksek çıkmıştır.

Tablo 6. Nevrotik puanların tüm gruplara göre karşılaştırılması.

| | Branş | n | Toplam rank |
|----------------------|-----------|----|-------------|
| Başlangıç Değeri | Voleybol | 20 | 25,38 |
| | Basketbol | 20 | 26,25 |
| | Kontrol | 20 | 39,88 |
| | Total | 60 | |
| 4. Hafta Sonu Değeri | Voleybol | 20 | 27,98 |
| | Basketbol | 20 | 35,55 |
| | Kontrol | 20 | 27,98 |
| | Total | 60 | |
| 8. Hafta Sonu Değeri | Voleybol | 20 | 17,80 |
| | Basketbol | 20 | 33,70 |
| | Kontrol | 20 | 40,00 |
| | Total | 60 | |

Test Statistics^b

| | Başlangıç Değeri | 4. Hafta Sonu Değeri | 8. Hafta Sonu Değeri |
|-------------|------------------|----------------------|----------------------|
| Chi-square | 8,756 | 2,525 | 17,716 |
| df | 2 | 2 | 2 |
| Asymp. Sig. | ,01 | ,283 | ,000 |

a. Kruskal Wallis Test

b. Grouping Variable: Brans

Tablo 6’da görüldüğü gibi voleybol basketbol ve kontrol gruplarının nevroitik puanların karşılaştırılması incelendiğinde üç grup arasında ön testte gruplar arasında fark olduğu en yüksek puanın kontrol grubunda (39,88), en düşük puanın (25,38) voleybol branşına ait bireylerde olduğu görülmektedir. Dört haftanın sonunda uygulanan ara testte gruplar arası nevroitik puanlarında anlamlı bir farklılık olmadığı ve son testte tüm gruplar arasında nevroitik puan bakımından anlamlı bir farklılık olduğu söylenebilir. Kontrol grubundaki bireylerin nevroitik puan ortalamaları voleybol ve basketbol grubundaki bireylere göre yüksek, basketbol grubundaki bireylerin nevroitik puanları kontrol grubundakilere göre düşük fakat voleybol grubundakilere göre yüksek çıkmıştır.

Tablo 7. Voleybol ve basketbol gruplarının nevrotik puanlarının karşılaştırılması.

| | Branş | n | Ortalama (X) | TompamRank |
|----------------------|-----------|----|--------------|------------|
| Başlangıç Değeri | Voleybol | 20 | 20,27 | 405,50 |
| | Basketbol | 20 | 20,73 | 414,50 |
| | Total | 40 | | |
| 4. Hafta Sonu Değeri | Voleybol | 20 | 17,90 | 358,00 |
| | Basketbol | 20 | 23,10 | 462,00 |
| | Total | 40 | | |
| 8. Hafta Sonu Değeri | Voleybol | 20 | 15,43 | 308,50 |
| | Basketbol | 20 | 25,58 | 511,50 |
| | Total | 40 | | |

Test Statistics^b

| | Başlangıç Değeri | 4. Hafta Sonu Değeri | 8. Hafta Sonu Değeri |
|--------------------------------|-------------------|----------------------|----------------------|
| Mann-Whitney U | 195,500 | 148,000 | 98,500 |
| Wilcoxon W | 405,500 | 358,000 | 308,500 |
| Z | -,122 | -1,413 | -2,781 |
| Asymp. Sig. (2-tailed) | ,903 | ,158 | ,005 |
| Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)] | ,904 ^a | ,165 ^a | ,005 ^a |

Tablo 7’de görüldüğü gibi Voleybol ile Basketbol gruplarına ait nevrotik puan ortalamalarının karşılaştırılması incelendiğinde, ortalamaların karşılaştırılmasında aradaki puan farkı istatistiksel olarak en yüksek bulunduğu ölçüm son testte, puan farkının en düşük olduğu ölçümün ilk testte olduğu görülmektedir. İlk testte voleybol ve basketbol grupları arasında ölçülen nevrotik puan ortalamalarının son testte ölçülen nevrotik ortalama puanlarından istatistiksel olarak anlamlı derecede büyük olduğu %95 güven düzeyinde söylenebilir ($P < 0,05$). Voleybol grubundaki bireylerin basketbol grubundaki bireylere göre nevrotik puan değerlerinde azalma görülmüştür.

Tablo 8. Voleybol ve kontrol gruplarının nevrotik puanlarının karşılaştırılması.

| | Brans | n | Ortalama (X) | TompamRank |
|----------------------|----------|----|--------------|------------|
| Başlangıç Değeri | Voleybol | 20 | 15,60 | 312,00 |
| | Kontrol | 20 | 25,40 | 508,00 |
| | Total | 40 | | |
| 4. Hafta Sonu Değeri | Voleybol | 20 | 20,58 | 411,50 |
| | Kontrol | 20 | 20,43 | 408,50 |
| | Total | 40 | | |
| 8. Hafta Sonu Değeri | Voleybol | 20 | 12,88 | 257,50 |
| | Kontrol | 20 | 28,13 | 562,50 |
| | Total | 40 | | |

Test Statistics^b

| | Başlangıç Değeri | 4. Hafta Sonu Değeri | 8. Hafta Sonu Değeri |
|-------------------------------|-------------------|----------------------|----------------------|
| Mann-Whitney U | 102,000 | 198,500 | 47,500 |
| Wilcoxon W | 312,000 | 408,500 | 257,500 |
| Z | -2,665 | -,041 | -4,204 |
| Asymp. Sig. (2-tailed) | ,008 | ,968 | ,000 |
| ExactSig. [2*(1-tailed Sig.)] | ,007 ^a | ,968 ^a | ,000 ^a |

a. Not correctedforties.

b. GroupingVariable: Brans

Tablo 8’de görüldüğü gibi voleybol ile kontrol gruplarına ait nevrotik puan ortalamalarının karşılaştırılması incelendiğinde ilk test ve son test arasında voleybol ve kontrol grubu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunduğunu nevrotik puanların voleybol grubunda son testte düştüğü kontrol grubunun nevrotik puanlarının yükseldiği söylenebilir ($P<0,05$). Kontrol grubunun nevrotiklik puanları voleybol grubundan yüksek çıkmış, voleybol grubu nevrotik puanları bakımından kontrol grubundaki bireyleri baskılamıştır.

Tablo 9.Kontrol ve basketbol gruplarının nevrotik puanlarının karşılaştırılması.

| | Branş | n | Ortalama (X) | TompamRank |
|----------------------------|-----------|----|--------------|------------|
| Başlangıç Değeri | Basketbol | 20 | 16,02 | 320,50 |
| | Kontrol | 20 | 24,98 | 499,50 |
| | Total | 40 | | |
| 4. Hafta Sonu Değeri | Basketbol | 20 | 22,95 | 459,00 |
| | Kontrol | 20 | 18,05 | 361,00 |
| | Total | 40 | | |
| 8. Hafta Sonu Değeri | Basketbol | 20 | 18,63 | 372,50 |
| | Kontrol | 20 | 22,38 | 447,50 |
| | Total | 40 | | |

Test Statistics^b

| | | Başlangıç Değeri | 4. Hafta Sonu Değeri | 8. Hafta Sonu Değeri |
|--|-------------------------------|---------------------|----------------------------|----------------------------|
| | Mann-Whitney U | 110,500 | 151,000 | 162,500 |
| | Wilcoxon W | 320,500 | 361,000 | 372,500 |
| | Z | -2,435 | -1,331 | -1,037 |
| | Asymp. Sig. (2-tailed) | ,015 | ,183 | ,300 |
| | ExactSig. [2*(1-tailed Sig.)] | ,014 ^a | ,192 ^a | ,314 ^a |

a. Not correctedforties.

b. GroupingVariable: Brans

Tablo 9’da görüldüğü gibi Kontrol ile Basketbol gruplarına ait nevrotik puan ortalamalarının karşılaştırılması incelendiğinde, ortalamanın karşılaştırılmasında aradaki puan farkı istatistiksel olarak en düşük bulunduğu ölçüm ilk testte, puan farkının en yüksek olduğu ölçümün son testte olduğu görülmektedir. İlk testte basketbol ve kontrol grupları arasında ölçülen nevrotik puan ortalamalarının son testte ölçülen ortalamadan yüksek olduğu aralarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın olduğunu söyleyebiliriz ($P<0,05$). Basketbol grubundaki bireylerin nevrotiklik puanları kontrol grubundaki bireylere göre düşmüştür.

Tablo 10. Voleybol ve basketbol grupları nevrotik puanlarının cinsiyete göre karşılaştırılması.

| | Cinsiyet | Ortalama (X) | TompamRank |
|----------------------|----------|--------------|------------|
| Başlangıç Değeri | Kız | 29,50 | 885,00 |
| | Erkek | 31,50 | 945,00 |
| 4. Hafta Sonu Değeri | Kız | 29,33 | 880,00 |
| | Erkek | 31,67 | 950,00 |
| 8. Hafta Sonu Değeri | Kız | 32,53 | 976,00 |
| | Erkek | 28,47 | 854,00 |

Test Statistics^a

| | Başlangıç Değeri | 4. Hafta Sonu Değeri | 8. Hafta Sonu Değeri |
|------------------------|------------------|----------------------|----------------------|
| Mann-Whitney U | 420,000 | 415,000 | 389,000 |
| Wilcoxon W | 885,000 | 880,000 | 854,000 |
| Z | -,446 | -,519 | -,916 |
| Asymp. Sig. (2-tailed) | ,656 | ,604 | ,360 |

a. GroupingVariable: Cins

Tablo 10’da görüldüğü gibi gruplardaki kız ve erkek sporcuların nevrotiklik puanlarının cinsiyete göre karşılaştırılmasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. N değeri 0,656-0,604-0,360 olarak elde edilmiştir. $N > \alpha$ ($\alpha=0.05$) olduğu için nevrotik puanın cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermediği %95 güven düzeyinde söylenebilir. Kontrol voleybol ve basketbol grupları arasında cinsiyet bakımından bir farklılık bulunamamıştır.

5. TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu araştırmada, Eysenck Kişilik Envanteri uygulaması ile 10-12 yaş grubu ilköğretim öğrencilerinde voleybol ve basketbol antrenmanlarının nevrotik değerleri üzerine etkisi araştırılmıştır.

Eysenck Kişilik Testi Türkçeye Topçu (1982) tarafından çevirip uyarlama çalışmaları yapılmıştır. Topçu (1982), yaptığı çalışmada; 566 erkek ve 526 kadın toplam 1092 kişilik Türk örneklem grubuna testi uygulayarak testin tüm ölçeklerinin Türkçe formlarının kabul edilir düzeyde güvenilir olduğunu ortaya koymuştur. Elde edilen tüm güvenilirlik katsayıları $p < 0,01$ düzeyinde anlamlı bulunmuştur. Testin tüm ölçeklerinin ilgili kişilik seviyelerini belirlemek için güvenli olarak kullanılabileceğini belirtmiştir. Araştırmada Eysenck Kişilik Testine ait olan anketlerdeki bazı sorular nevrotiklik yapısı ile alakalı olan sorulardır. 11, 15 ve 23. maddeler tersine maddelerdir. Düz maddelerde her “evet” yanıtı 1 puan, her “hayır” yanıtı ise 0 puan alır. Ters maddelerde ise her “evet” yanıtı 0 puan, her “hayır” yanıtı 1 puan almaktadır. Yüksek puanlar yüksek düzeyde nevrotikliğe karşılık gelir. Uluğ (1990), nevrotiklik ile ilgili anketteki sorulara verilen cevaplarda, 11 puanın üzerine çıkıldıkça nevrotiklik özelliklerin arttığını vurgulamıştır.

Günümüzde yapılan araştırmaların çoğu, spor aktivitelerine katılımın stresi azalttığı, bireye özgüven kazandırdığı ve benlik algısı üzerinde pozitif yönde etkide bulunduğunu göstermiştir. Nörotiklik kişilik özelliği, genellikle sınırlı ve depresif bireylerde görülen, bununla birlikte kişilik ve duygusal durum bozukluğu olan kişileri tanımlamak için kullanılan bir kişilik tanımı kavramıdır (Ekinci ve Ekinci, 2013).

Akdoğan, Arslan ve Bayraktar (2007), yaptıkları bir araştırmada amatör ve profesyonel olarak spor yapan öğrenciler ile aktif spor yapmayan öğrencilerin kişilik özelliklerini belirlemek için Eysenck'in kişilik testini kullanmışlardır. Analiz sonuçlarına göre, araştırmaya katılan öğrencilerin profesyonel, amatör ve aktif spor yapmayan konumdaki öğrencilerin nörotik değerlerinde anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir. Akdoğan, Arslan ve Bayraktar (2007)'ın yapmış oldukları araştırmada Beden eğitimi ve spor yüksek okulunda öğrenim gören bayan öğrencilerin nevrotiklik (N) değerlerine ilişkin ortalamaları $X=13.61 \pm 3.99$, erkek öğrencilerin ise $X=12.45 \pm 4.38$

olarak bulunmuştur. Bayan öğrencilerin nevrotik kişilik puan ortalamaları erkeklerinkine göre yüksek çıkmıştır. Spor bölümlerinde öğrenim gören üniversite öğrencilerinin kişilik özelliklerinin ve stresle başa çıkma stillerinin çeşitli değişkenlere göre incelendiği bir çalışmada (Erarslan, 2015), araştırmaya katılan öğrencilerin kişilik özellikleri değerlendirildiği zaman, öğrencilerin en az sahip oldukları kişilik özelliğinin nörotiklik kişilik olduğu tespit edilmiştir. Sözü edilen araştırmanın bulguları, sporla ilgilenen kişilerde sporun, nevrotik kişilik özelliklerini azalttığı düşüncesini desteklemektedir. Tazegül (2014), sporun kişilik üzerindeki etkisini araştırdığı çalışmasında, 3 ay boyunca haftada 4 gün spor eğitimi vermiş, uygulanan spor eğitiminin ardından nevrotizm kişilik özelliğinde bir azalma olduğunu belirlemiştir. Yıldız (2009), amatör ve paf ligi futbolcularının sürekli öfke-öfke ifade tarzları ile kişilik tipleri alt boyutlarından psikotizm, dışa dönük, nörotik ve yalan alt boyutları arasında anlamlı farklılık olduğunu belirtmiştir. Bu çalışmada, paf liginde yer alan futbolcuların sürekli öfke-öfke ifade tarzları ile kişilik tiplerinden nörotik boyutununun anlamlı düzeyde olmadığı, amatör liglerde yer alan futbolcuların ise sürekli öfke-öfke ifade tarzlarının kişilik tipleri alt boyutları ile nörotik yalan alt boyutları arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu gözlenmiştir. Yıldız (2009)'ın çalışması da göstermektedir ki, paf liginde yer alan futbolcuların sürekli öfke-öfke ifade tarzları ile kişilik tiplerinden olan nörotik boyutu arasında anlamlı bir ilişki yoktur, profesyonel antrenman yöntemine bağlı olarak nevrotik değerlerde azalma görülmektedir. Bu da amatör şekilde yapılan egzersiz çalışmalarının nevrotiklik kişilik özelliğine herhangi bir etkisinin olmaması ile açıklanabilir. Yıldız (2009), Tazegül (2014) ve Erarslan (2015) tarafından yapılan çalışmada nevrotiklik boyutunda çıkan araştırma sonuçları ile yaptığımız çalışmanın bulguları paralellik göstermektedir. Çalışmanın en önemli sonucu spor yapma süresi ve sıklığından çok, spor yapmanın ergenlik dönemindeki bireylerde nevrotik eğilimler üzerine yaptığı olumlu etkidir.

Cinsiyete göre 10-12 yaş grubu ilköğretim öğrencilerinin voleybol ve basketbol antrenmanlarının nevrotik değerleri üzerine etkisine bakıldığında; yapılan karşılaştırmada cinsiyetler arasında nevrotiklik boyutunda anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır. Buna karşılık, basketbol ve voleybol gruplarının puan değerleriyle kontrol grubu değerleri karşılaştırıldığında anlamlı farklılıklar bulunmuştur ($P<0,05$).

Basketbol ve voleybol branşlarına göre nevrotik değerler incelendiğinde, voleybol ve basketbol antrenmanlarının uygulandığı gruplara ait nevrotik puan ortalaması kontrol grubuna göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde küçük çıkmıştır. Bunun nedeni, takım sporu antrenmanlarının deney grubundaki öğrenciler üzerinde yarattığı etki olabilir. Nevrotiklik puanlar incelendiğinde en düşük puanın voleybol grubunda, en yüksek puanın ise kontrol grubunda olduğu görülmektedir. Grup puanları; voleybol grubunda 17,80, basketbol grubunda 33,70 ve kontrol grubunda 40,0 olarak saptanmıştır. Voleybol, basketbol ve kontrol gruplarında, kız ve erkek öğrencilerin ölçülen puanları nevrotik sınır puanı olan 11'in üstündedir.

Voleybol grubundaki öğrencilerin nevrotik puanları basketbol ve kontrol grubuyla karşılaştırıldığında, istatistiksel olarak anlamlı düzeyde küçük çıkmıştır. Bunun nedeni olarak voleybol branşında, diğer branşlara göre daha az fiziksel mücadelenin olması, voleybol branşının oyun kuralları gereği basketbol branşına göre file ile bölünmüş bir sahada oynanması ve bunun sonucunda sporcuların birbirlerine doğrudan teması olmaması gösterilebilir. Voleybol ve basketbol nevrotik değerler ortalamasının cinsiyete göre karşılaştırılmasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunamamıştır.

Tablo 9'da görüldüğü gibi; nevrotik puanların basketbol ve kontrol gruplarına göre karşılaştırılması yapıldığında, nevrotik değerler basketbol grubundaki bireylerde $X=18,63$, kontrol grubundaki bireylerde ise $X=22,38$ olarak tespit edilmiştir. Her iki gruba ait ortalama değerlerin nevrotiklik sınır puanı olan 11'in üstünde olduğu saptanmıştır.

Tablo 7' de görüldüğü gibi; nevrotik puanların voleybol ve basketbol gruplarına göre karşılaştırılması yapıldığında, nevrotik değerler voleybol grubundaki bireylerde $X=15,53$, basketbol grubundaki bireylerde ise $X=25,58$ olarak tespit edilmiştir. Her iki gruba ait ortalama değerler, nevrotiklik sınır puanı olan 11'in üstündedir.

Sonuç olarak; deney grupları cinsiyetlerine göre karşılaştırıldığında, deney grupları arasında nevrotiklik boyutunda anlamlı düzeyde fark bulunmazken, branşlara göre değerler incelendiğinde ise voleybol antrenmanlarına katılan deneklere ait nevrotik puan ortalamasının basketbol grubuna göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde küçük olduğu belirlenmiştir. Cinsiyetler arası nevrotiklik puanları incelendiğinde, her iki

cinsiyette de en düşük puanın voleybol, en yüksek puanın ise kontrol grubundaki bireylerde olduğu görülmektedir.

Basketbol ve kontrol grubu arasında nevrotik değer karşılaştırması yapıldığında, anlamlı farklılık (Basketbol grubu:18,63, Kontrol grubu:22,38) bulunmuş, basketbol antrenmanı yapan bireylerde nörotik değerlerin kontrol grubuna kıyasla düştüğü gözlenmiştir.

Kontrol, voleybol ve basketbol grupları arasında yapılan karşılaştırmada, nevrotiklik değerinin voleybol antrenmanına katılan bireylerde daha düşük ($X=17,80$), kontrol grubunda en yüksek ($X=40,00$) olduğu gözlenirken; basketbol grubunda nevrotik değerinin ($X=33,70$) voleybol grubundan yüksek, kontrol grubundan düşük olduğu saptanmıştır. Branşlar arası değerlendirmede; nevrotik değerinin voleybol grubunda basketbol grubuna kıyasla daha düşük olduğu görülmektedir.

Spor; bireyin dinamik bir şekilde sosyal çevrelere katılımını sağlayan bir etkinlik olması özelliğinden dolayı; sportif faaliyetlere katılan, bu faaliyetler aracılığıyla spor ile ilgilenen bireyler, farklı insan grupları ile sosyal iletişime girmektedir. Takım sporlarının çocukların gelişim dönemindeki kişilik gelişmelerine olumlu katkısı düşünüldüğünde bu egzersizler ile ilgilenen bireylerin üzerinde yapılacak çalışmaların devam ettirilmesi ve kişiliği etkileyen sportif performans ölçümlerinin de çalışma alanına alınmasının faydalı olacağı düşünülmektedir.

Kişilik, insanın temel düşünce, duygu ve davranış özelliklerinin süreklilik göstermesinden dolayı; psikolojik sağlık için bireyde bu özelliklerin uyum içinde olması önemlidir. Ergen bireyler genellikle yoğun ve karışık duygu ve düşünceler içerisindedir. İçinde buldukları duygu ve düşüncelerin ne ile ilgili olduğu ve hangi yaş dönemine denk geldiği bakımından günlük, hatta anlık değişim gösterebilmektedir. Ergenlerin spora yönlendirilmelerinin fiziksel gücü artırıcı, bedensel, düşünsel ve duygusal gelişimi olumlu yönde geliştirici etkisi vardır. Böylece ergenlerin özgüven ve özsaygılarında da artış meydana gelmektedir. Bu nedenlerle, ergenlik dönemindeki bireylere spor yapılabilecek ortamların sağlanması pedagojik olarak önemlidir ve yararlı sonuçlar vermektedir.

Büyüme ile birlikte ortaya çıkan fizyolojik değişimler strese neden olmakta, bu durum bir uyum süreci gerektirmektedir. Ergen, uyum süreci içinde yeni davranışlar

sergilemekte ve baş etme yolları aramaktadır. Bunlar arasında stresin azaltılmasında veya giderilmesinde spor yapmanın yararlı etkisinin olduğu bilinmektedir. Ergenlik dönemindeki öğrenciler, kişilik özelliklerinin olumlu yönde gelişimini sağlamak üzere spora yönlendirilmelidir.

Ortaokulda döneminde eğitime devam eden ve takım sporlarında müsabık olan sporcu öğrencilerin kişilik özelliklerinin belirlenmesi ve psikolojik açıdan sağlıklı bireyler olarak yetiştirilmesi amacıyla farklı örneklerde daha çok öğrenciyle yapılacak çalışmalara ihtiyaç vardır.

Sonuç olarak; çalışma kapsamındaki öğrencilere verilen voleybol ve basketbol eğitiminin öğrencilerin nevrotik kişilik özelliklerini olumlu yönde etkilediği, nevrotik kişilik boyutunun skorunda bir azalmanın ortaya çıktığı, nevrotiklik boyutunda en düşük ortalamanın voleybol branşındaki sporculara, en yüksek ortalamanın ise kontrol grubundaki bireylere ait olduğu, voleybol grubundaki öğrencilerde diğer gruplardaki öğrencilere göre nevrotik değerlerin azaldığı, voleybol ve basketbol branşlarına göre nevrotik puanlar incelendiğinde en yüksek puan ortalamasının basketbol egzersizlerinin uygulandığı öğrencilerde olduğu görülmüştür. Voleybol ve basketbol egzersizlerini yapan öğrencilerin branşlarına göre nevrotik düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar gözlemlenmiştir. Bu çalışmanın sonuçları, ergenlik dönemindeki bireylerde spor yapmanın nevrotik kişilik boyutu üzerinde olumlu etki yaptığını göstermektedir.

Spor yapmayan bireylerin spor yapan bireylere oranla daha yüksek nevrotik değerlere sahip oldukları, bireyler arası mücadele teması olmayan voleybol sporundaki nevrotik değerler, rakiple yoğun mücadele teması olan basketbol ve spor yapmayanlardaki nevrotik değerlere göre daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Farklı coğrafi bölgelerde ve farklı sosyokültürel ve sosyoekonomik koşullarda yaşayan öğrenciler üzerinde benzer bilimsel çalışmaların yapılmasında yarar görülmektedir. Yapılacak çalışmalara, deneme programlarına alınacak bireylerin aile özelliklerinin çeşitliliği, gelir durumu, eğitim durumu, spor yaşı, araştırmada uygulanacak branş çeşitleri gibi parametrelerin dâhil edilmesi önerilebilir. Bu çalışmalarda araştırma gruplarına katılacak birey sayılarının artırılmasında yarar vardır.

Spor sayesinde bireyler, farklı insanlarla tanışarak sosyalleşme fırsatı buldukları gibi, yapılması kolay olmayan fiziksel hareketlerin uygulanmasını öğrenerek özgüven duygusunu geliştirmektedir. Böylece kişi daha canlı ve yaşamdan tat alan, mutlu bir birey olmaktadır. Ayrıca ilköğretimden itibaren gençlere ve öğrencilere düzenli spor eğitimi verilerek ve spor yapma imkânları sağlanarak gençlerin toplumsal duyarlılıklarının geliştirilmesi, bu bağlamda toplumsal sorunlar yaratıcı bireyler olmak yerine, toplumla bütünleşen ve toplumsal sorunların çözümüne destek veren bireylerin yetiştirilmesi sağlanmalıdır.

Denek sayısı artırılarak muhtelif spor branşlarının nevrotik değerler üzerine etkisi üzerinde araştırmalar yapılması yararlı olacaktır.

Farklı sosyoekonomik ve sosyokültürel toplum kesitlerinde yer alan bireyler arasında nevrotik değer farklılıklarının olabileceği değerlendirilmektedir. Benzer çalışmaların farklı sosyoekonomik ve sosyokültürel toplum katmanlarına mensup bireyler üzerinde tekrarlanmasında yarar vardır.

Bu araştırmada kullanılan ölçme-değerlendirme yöntemlerinin ve araştırma sonucunda elde edilen bulguların yeni araştırmalara ışık tutacağı umulmaktadır.

ÖZET

Soysal İ, 10-12 Yaş Grubu İlköğretim Öğrencilerinin Voleybol ve Basketbol Antrenmanlarının Nevrotik Değerler Üzerine Etkisi, Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Anatomi Anabilim Dalı, Veteriner Programı, Yüksek Lisans Tezi, Van, 2018. Bu araştırmada Eysenck Kişilik Envanteri uygulaması ile 10-12 yaş grubu ilköğretim öğrencilerinin voleybol ve basketbol antrenmanlarının nevroitik değerleri üzerine etkisi araştırılmış, bu alanda yapılacak çalışmalara ve literatüre katkıda bulunmak amaçlanmıştır. Araştırma evrenini Van il merkezi, örneklemini ise 2016-2017 Eğitim-Öğretim yılında Van-Gürpınar merkezinde ortaöğretimde okuyan 30 kız öğrenci, 30 erkek öğrenci olmak üzere toplam 60 öğrenci oluşturmuştur. Bu öğrencilerden 10 kız ve 10 erkek öğrenci, voleybol ve basketbol gruplarının ortak kontrol grubunu oluşturmuştur. Geriye kalan 20 kız ve 20 erkek öğrenci ise 10'ar kişilik basketbol ve voleybol deneme gruplarını oluşturmuştur. Araştırma tarama modelindedir. Araştırmada Eysenck Kişilik Envanteri kullanılmıştır. Çalışmada ilk olarak Kolmogorov-Smirnov testi ile verilerin normal dağılıma uyup uymadığı incelenmiş, grup sayısı iki olan değişkenler için veriler normal dağılım gösterdiği takdirde Student t testi, normal dağılım göstermediği durumda ise Mann Whitney U testi kullanılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre; çalışma kapsamındaki öğrencilere verilen voleybol ve basketbol antrenman eğitiminin öğrencilerin nevroitik kişilik özellikleri üzerinde etkisi olduğu, nevroitik kişilik boyutunun skorunda bir azalmanın ortaya çıktığı, nevroitiklik boyutunda en düşük ortalamanın voleybol branşındaki sporculara, en yüksek ortalamanın ise kontrol grubundaki bireylere ait olduğu, voleybol grubundaki öğrencilerin nevroitiklik değerlerinin diğer gruptaki öğrencilere göre azalma gösterdiği, voleybol ve basketbol branşlarına göre nevroitik puanlar incelendiğinde en yüksek nevroitiklik puan ortalamasının basketbol egzersizlerinin uygulandığı öğrencilerde olduğu görülmektedir. Voleybol ve basketbol egzersizlerini yapan öğrencilerin branşlarına göre nevroitik düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar gözlemlenmiştir. Bu çalışmanın sonuçlarına göre ergenlik dönemindeki bireylerde spor yapmanın nevroitik kişilik boyutu üzerinde olumlu etki yaptığı saptanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Basketbol, Ergen, Eysenck Kişilik Testi, Nevrotiklik, Voleybol.

SUMMARY

Soysal İ, The Effect of Volleyball and Basketball Trainings in Primary School Students Aged 10-12 on Neurotic Values. Van Yüzüncü Yıl University, Institute of Health Sciences, Anatomy Department, Veterinary Program, Master's Thesis, Van, 2018. The aim of this study is to investigate the effect of volleyball and basketball trainings on neurotic values of primary school students in the age group of 10-12 years by applying the Eysenck's Personality Inventory and to contribute to relevant studies and the literature. The population of the study consisted of the city center of Van, whereas the sample consisted of a total of 60 secondary school students (30 females and 30 males) in the center of Van-Gürpınar in the School Year of 2016-2017. The study was conducted in the survey model using the Eysenck's Personality Inventory. Of all the students, 10 girl sand 10 boys were chosen as contro group for both volleyball and basketball. The ofter 20 girl sand 20 boys for med the experim ent groups each consisting of 10 members for both volleyball and basketball. In the study, firstly the Kolmogorov-Smirnov test was used for the purpose of examining whether the data complied with a normal distribution or not and then the Student t test was used in case that the data showed a normal distribution for variables with two groups and the Mann Whitney U test was used in case the data did not show a normal distribution. According to the results of the study; it was observed that volleyball and basketball trainings affected neurotic personality traits of students within the scope of the study and there was a decrease in the score of the dimension of neurotic personality. The lowest mean score in the dimension of neuroticism was observed in volleyball players; whereas, the high estaverage was observed in individuals in the control group and there was a decrease in the neurotic values of students in the volleyball group compared to students in the other group. When examining the neurotics cores according to the branches of volleyball and basketball; the high estmean score was observed in students doing basketball exercises. Statistically significant differences were observed in neurotic levels of students doing volleyball and basketball exercises according to their branches. According to the results of the study; it can be asserted that doing sports has a positive effect on dimension of neurotic personality in adolescents.

Key words: Adolescent, Basketball, Eysenck's Personality Test, Neuroticism, Volleyball.

KAYNAKLAR

- Anonim-a (2017). <http://www.psikolojik.gen.tr/nevrotik.html>Erişim Tarihi:05.03.2017.
- Anonim-b (2018). <http://www.renklinot.com/kultursanat/voleybol-sahanin-olculeri-resimli.html> Erişim Tarihi:30.03.2018.
- Anonim-c (2018). <https://mightygoods.com/basketball-court/>Erişim Tarihi:30.03.2018.
- Anonim-d (2018). <http://www.bunedir.org/soru-cevap/nedir.php?ne=cattell-ve-eysenckin-kisilik-kurami> Erişim Tarihi:30.03.2018.
- Açak M (2005). Beden eğitimi öğretmeninin el kitabı, Morpa Kültür Yayınları, İstanbul.
- Akdoğan S, Arslan F, Bayraktar G (2007). Beden eğitimi ve spor yüksek okulunda amatör ve profesyonel spor yapan öğrencilerle aktif spor yapmayan öğrencilerin kişilik özelliklerinin incelenmesi, Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 8, 2, 43-45.
- Akgül S, Göral M, Demirel M, Üstü ÜD (2012). İlköğretim öğrencilerinin okul içi ve okullar arası sportif etkinliklere katılma nedenlerinin çeşitli değişkenler açısından araştırılması. Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 1, 32, 18-22.
- Aracı H (2006). Genç sporcu eğitimi ve kültürü, voleybol, Nobel Yayın Dağıtım, Ankara.
- Aracı H (2006). Öğretmen ve öğrenciler için okullarda beden eğitimi, Nobel Yayın Dağıtım, Ankara.
- Aydoğan D (2006). İzmir'deki bazı voleybol takımlarının minik ve yıldız oyuncularının müsabaka dönemindeki fiziksel parametrelerinin karşılaştırılması. Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Bitirme Tezi, Konya.
- Aytan GC (2010). Ortaöğretim öğrencilerinin sosyalleşmelerinde sporun etkileri. Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Bacanlı H (2001). Gelişim ve öğrenme, Nobel Yayın Dağıtım, Ankara
- Balkaya H (1992). Nevroz oluşumunda “görünen ben” ile “ideal ben” arasındaki farkın önemi, Erciyes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Bilim Uzmanlığı Tezi, Kayseri.
- Baltacı G (2008). Çocuk ve spor, Klasmat Matbaacılık, İstanbul.
- Başer E (1986). Uygulamalı spor psikolojisi. M.E.G.S.B. Beden Terbiyesi Genel Müdürlüğü, Yayın No:31, Ankara.
- Büyüköztürk Ş (2010). Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı. Pegem Akademi Yayınları. Ankara.
- Cantez E (1984). Türkiye’de kullanılan bazı testlerin uygulamalarından elde edilen sonuçlar. Edebiyat Fakültesi Matbaası, İstanbul.
- Çaha Ö (1999). Spora yaslanarak bir nefes alma, Beta Yayıncılık, Ankara.
- Çelenk B (2000). Voleybol’da mevkiler ve özellikleri, Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri ve Teknolojisi Yüksekokulu, (Yayınlanmamış Ders Notları) Ankara.
- Çöndü A (1999). Beden eğitimi ve sporda özel öğretim yöntemleri, Nobel Yayın Dağıtım, Ankara.

- Doğan H (2013). Beden eğitimi ve sporun önemi. <http://haydardogan.com/kiisel-yazlar/148beden-eitimi-ve-sporun-oenemi.html> Erişim Tarihi: 20.01.2018
- Ekinci O, Ekinci A (2013).Major duygu durum bozukluklarında kişiliğin üç boyutlu değerlendirilmesi ve klinik özelliklerle ilişkisi, *Nöropsikiyatri Arşivi*, 1, 50, 15-22
- Eler N (1998). Dairesel çabuk kuvvet antrenman metodunun üst düzey bayan voleybolcuların bazı motorik ve fizyolojik özellikleri üzerindeki etkilerinin incelenmesi. Gazi Üniversitesi, Yüksek Lisans Bitirme Tezi, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Ankara.
- Eralp F, Çotuk M (2007). Voleybolda temel beceriler, Morpa Yayınları, İstanbul.
- Eraslan M (2015).Spor bölümlerinde öğrenim gören üniversite öğrencilerinin kişilik özelliklerinin ve stresle başa çıkma stillerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 7, 12, 65-82
- T.İ.K. (2013). Adrese dayalı nüfus kayıt verileri sonuçları, <http://www.tuik.gov.tr> Erişim Tarihi: 30.03.2018.
- Eysenck HJ, Eysenck G (1978). Eysenck personality questionnaire, london. goodworth, clive, the secrets of succesful leadership and people management, Heinemann Pub. Ltd, London.
- Fişe K (1980). Spor yönetimi. A. Ü. S. B. F. Yayın No: 445 Ankara.
- Goodworth C (1988). The secrets of succesful leadership and people management, Heinemann Pub. Ltd, London.
- Gök Y (2006). Türkiye voleybol birinci liginde yer alan spor kulüplerinin risk yönetimi açısından değerlendirilmesi. Ankara Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Yüksek Lisans Bitirme Tezi, Ankara.
- Hassandra M, Goudas M, Chroni S (2003).Examining factors associated with intrinsicmotivation in physicaleducation, a qualitative approach, *Psychology of Sportand Exercise*, 3, 4, 211– 223, London.
- Horney K (1993). Nevrozlar ve insan gelişimi, Öteki Yayınevi, Ankara.
- İkizler HC (2002). Spor, sağlık ve motivasyon. Alfa Basım Yayım Dağıtım. İstanbul.
- İlhan E, Gencer E, Ulucan H (2011). Okul sporlarına katılan ve katılmayan ilköğretim öğrencilerinin ruhsal uyum düzeylerinin incelenmesi, *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12, 4, 265-276
- İlhan L, Gencer E (2009). Çocuklarda nevroitik sorun düzeyleri ve badminton eğitimi ilişkisine yönelik bir araştırma, *Kocaeli Üniversitesi 4. Raket Sporları Sempozyumu, Bildiriler Kitabı*,12, 4, 11-12, Kocaeli.
- İlhan L, Gencer E (2010). Çocuklarda nevroitik eğilimler ve badminton eğitimi ilişkisine yönelik bir araştırma, *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi*,4, 2, 10-20.
- İnal AN (2003). Beden eğitimi ve spor bilimi. Nobel Yayın Dağıtım. Ankara.
- Karasar N (2007). Bilimsel araştırma yöntemi. Nobel Yayın Dağıtım. Ankara.
- Koç H (1996). 14-16 Yaş grubu hentbolcu ve beden eğitimi dersi alan öğrencilerin bazı fiziksel ve fizyolojik parametrelerinin eurofit test bataryasında değerlendirilmesi.

Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Ankara.

Koç Ş (1994). Spor psikolojisine giriş, Saray Medikal Yayıncılık, İzmir.

Köknel Ö (1986). Kaygıdan mutluluğa kişilik. Altın Kitaplar Yayınevi. İstanbul.

Küçük V, Koç H (2015). Psiko-sosyal gelişim süreci içerisinde insan ve spor ilişkisi. Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi.10, 10, 1-12

Orkunoğlu O (1997). Voleybolda dönem planlaması, voleybol takımında antrenman programları, halk bankası voleybol takımı, ziraat bankası voleybol takımı antrenman programları, TrainerTactics, İstanbul.

Özmen Ö (1999). Çağdaş sporda eğitim üçgeni, Bağırhan Yayınevi, Ankara.

Öztürk F (1998). Toplumsal boyutlarıyla spor. Bağırhan Yayınevi, Ankara.

Öztürk Ü (1983). Orta dereceli okullarda beden eğitimi, Kayı Yayıncılık, İstanbul.

Sevim Y (1997). Basketbol teknik-taktik-antrenman. Nobel Akademik Yayıncılık, Ankara.

Sevim Y (2002). Basketbol teknik-taktik-antrenman. Nobel Yayınları, Ankara.

Syer J, Connoly C (1998). Sporcular için zihinsel antrenman, Bağırhan Yayınevi, Ankara.

Tazegül Ü (2014). Sporun kişilik üzerindeki etkisinin araştırılması, TheJournal of AcademicSocialScienceStudies, 1, 25, 537-544.

Tiryaki İS (1999). Yeni başlayanlar için voleybol, Bağırhan Yayınevi, Ankara.

Topçu S (1982) Çocuk ve yetişkinlerde kişilik boyutları ile bu boyutlarda kültürler-arası ayrılıklar. Basılmamış doçentlik tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.

Tosunoğlu F (2008). Ortaöğretimde okuyan takım sporları ile uğraşan sporcu öğrencilerin spor branşlarına göre kişilik özelliklerinin incelenmesi, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Tosunoğlu F, Gökyürek B, Okan İ (2016). Sporcu öğrencilerin spor branşlarına göre kişilik özellikleri, Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 10, 3, 489-495.

TVF (2008). Kurallar ve talimatlar, resmi oyun kuralları. Erişim:[http://www.voleybol.org.tr/Sezonlar/2007-2008_sezonu/MHK/hakem_bilgi/oyun_kurallari_2005-2008.doc] Erişim Tarihi:09.02.2018

TVF (2018). <http://www.tvf.org.tr/#> Erişim Tarihi:30.03.2018

Uluğ B(1990). Depresif bozukluklarda kişilik özellikleri. Uzmanlık Tezi. Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilimdalı, Ankara.

Ulutaş ÖK (2000). Elazığ ruh sağlığı ve hastalıkları hastanesi'ndeki psikoz ve nevroz hastalarının bazı sosyal değişkenler açısından değerlendirilmesi, Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sosyoloji Anabilim Dalı, Elazığ.

Vurat M (2000). Voleybolda teknik, Bağırhan Yayınevi, Ankara.

Yamaner F (2001). Beden eğitimi ve spor'da temel ilkeler. Ekin Kitabev, Bursa.

Yanbastı G (1990). Kişilik kuramları, Ege Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Yayınlar, Ege Üniversitesi Basımevi, İzmir.

Yarımkaya E (2013). 12–14 Yaş arası ilköğretim öğrencilerinin özgüven düzeylerinin voleybolda servis atma becerisi üzerine etkisi. Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, Konya.

Yavuzer H (1982). Çocuk ve suç, Altın Kitaplar Yayınevi, İstanbul.

Yavuzer H (2007). Çocuk psikolojisi, Remzi Kitabevi, İstanbul.

Yıldız M (2009). Amatör ve paf liginde oynayan futbolcuların kişilik tipleri ve sürekli öfke-öfke ifade tarzlarının incelenmesi, Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Doktora tezi, Ankara.

Ziyagil MA, Eriöz M (2006) Basketbol, Morpa Kültür Yayınları, İstanbul.



ÖZGEÇMİŞ

İçim SOYSAL, 1989 yılında Van'da doğdu. 2008 yılında Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Öğretmenliği bölümünde yükseköğretime başladı ve 2013 yılında mezun oldu. 2015 yılında Van-Gürpınar ilçesinde Yavuz Selim Ortaokulu'na Beden Eğitimi Öğretmeni olarak atandı. 2016 yılında Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Veteriner Fakültesi Anatomi Anabilim Dalı'nda yüksek lisans eğitimine başladı.



EKLER

EK 1. Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurul Kararı.

Evrak Tarih ve Sayısı: 08/06/2017-E.40444



T.C.
YÜZÜNCÜ YIL ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Sosyal ve Beşeri Bilimleri Etik Kurulu



Sayı : 85157263-604.01.02-E.40444
Konu : Yüksek Lisans Öğrencisi İçin
SOYSAL'a ait tez çalışması hk.
alınan kurul kararı

08/06/2017

Sayın Prof. Dr. Hüseyin KARADAĞ

Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulunun 05.06.2017 tarih ve 05 sayılı kararı gereğince, Yürütücülüğünü yapmayı tasarladığımız Yüksek Lisans Öğrencisi İçin SOYSAL'ın, "10-12 Yaş Grubu İlköğretim Öğrencilerinin Voleybol ve Basketbol Antrenmanlarının Nevrotik Değerleri Üzerine Etkisi" adlı tez çalışmasıyla ilgili alınan kurul kararı ekte sunulmuştur.
Gereğini bilgilerinize rica ederim.

e-imzalıdır
Prof. Dr. Zeki TAŞTAN
Etik Kurulu Başkanı

Ek: Prof. Dr. Hüseyin KARADAĞ'a ait çalışma hk. alınan kurul kararı (1 sayfa)

08/06/2017 B.İşl.

Mehmet Şah OĞUZ

Adres:Yüzüncü Yıl Üniversitesi Rektörlüğü Sosyal ve Beşeri Bilimleri Etik Kurulu
Zeve Kampüsü 65080 Tuşba/VAN
Telefon:+90 432 2251701-04 / +90 4445065 Faks:+90 432 4865413
e-Posta:rektorluk@yyu.edu.tr Elektronik Ağ:http://www.yyu.edu.tr

Ayrıntılı bilgi için irtibat: Mehmet Şah OĞUZ
Unvanı: Bilgisayar İşletmeni

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

| | | |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <p style="text-align: center;">T.C. YÜZÜNCÜ YIL ÜNİVERSİTESİ SOSYAL VE BEŞERİ BİLİMLER ETİK KURUL BAŞKANLIĞI</p> <p style="text-align: center;">ETİK KURUL KARARLARI</p> |  |
| TOPLANTI TARİHİ: 05.06.2017 OTURUM SAYISI: 2017/05 TOPLANTIDA ALINAN KARAR SAYISI: 06 | | Sayfa: 1/1 |

Yüzüncü Yıl Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu 05.06.2017 tarihinde saat 11.00' da Yüzüncü Yıl Üniversitesi Yönetim Kurulu toplantı salonunda Prof. Dr. Zeki TAŞTAN başkanlığında yapmış olduğu toplantıda aşağıdaki kararı almıştır:

KARAR NO 6. 29/05/2017 tarih ve 37434 sayı ile kurulumuza başvuru, Veteriner Fakültesi, Veteriner Hekimliği Temel Bilimler Bölümü, Anatomi Anabilim Dalı Öğretim Üyesi Prof. Dr. Hüseyin KARADAĞ'ın danışmanlığını yürüttüğü, Tezli Yüksek Lisans Öğrencisi İçim SOYSAL'ın, "10-12 Yaş Grubu İlköğretim Öğrencilerinin Voleybol ve Basketbol Antrenmanlarının Nevrotik Değerleri Üzerine Etkisi" adlı tez çalışmasında kişilere uygulanacak ölçekler incelenmiş olup, söz konusu araçların ilgili kişilere uygulanmasında Sosyal ve Beşeri Etik Kuralları ve İlkeleri çerçevesinde herhangi bir sakınca olmadığına karar verilmiştir.

EK 2. İl Milli Eğitim Müdürlüğü Araştırma İzni.



T.C.
VAN VALİLİĞİ
İl Milli Eğitim Müdürlüğü

Sayı : 69206118/44/6222259>
Konu :Araştırma İzni

04.05.2017

MÜDÜRLÜK MAKAMINA

İlgi : Yüzüncü Yıl Üniversitesi Rektörlüğü Öğrenci İşleri Daire Başkanlığının 18/04/2017 tarih ve 6342 sayılı yazıları.

İlgi yazı ekinde gönderilen tezli yüksek lisans öğrencisi İçim SOYSAL'a ait anketin, müdürlüğümüzce oluşturulan "Anket Araştırma ve İnceleme, Başvuruları Değerlendirme Komisyonu" nun 28.04.2017 tarih ve 12 nolu karar sayısında belirtilen açıklamalar doğrultusunda uygulanması müdürlüğümüzce uygun görülmüştür.

Makamlarınızca da uygun görüldüğü takdirde; Olurlarınıza arz ederim.

Şakir SİĞİNÇ
İl Milli Eğitim Şube Müdürü

Uygun Görüşle Arz Ederim
...../...../2017
Nuran ALTAN GÖL
İl Milli Eğitim Müdür Yardımcısı


O L U R
..../..../2017
Kıyasettin KIREKİN
Vali a.
İl Milli Eğitim Müdürü

VAN İL MİLLİ EĞİTİM MÜDÜRLÜĞÜ
Abdurrahman Gazi Mah. İskele Cad. 65040 - VAN
e-posta : yükseköğretimyurdisi65@meb.gov.tr
İnternet: <http://van.meb.gov.tr>

Ayrıntılı Bilgi İçin: T.ŞELE Şef (Dâhili 191)
Telefon: 0(432) 222 41 62-63,64,65,69,67
Fax:0(432) 222 41 61

Bu evrak güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır. <http://evraksorgu.meb.gov.tr> adresinden cd8d-0e33-3089-a698-ec20 kodu ile teyit edilebilir.

| ARAŞTIRMA SAHİBİNİN | |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|
| Adı Soyadı | İçim SOYSAL |
| Ünvanı | Tezli Yüksek Lisans Öğrencisi |
| Kurumu/Üniversitesi | Yüzüncü Yıl Üniversitesi Rektörlüğü |
| Araştırma Yapılacak İl İlçe | VAN/ Gürpınar |
| Araştırma Yapılacak Eğitim Alanı | Sağlık Bilimleri Enstitüsü |
| Araştırmanın Konusu | Yavuz Selim ortaokulunda eğitim gören 10-12 yaş arası öğrencilere |
| Araştırma/Proje/Ödev/Tez Önerisi | Anket/Ölçek uygulaması |
| Yazı Ekleri | 1)Yüzüncü Yıl Üniversitesi Rektörlük Yazısı |
| KOMİSYON GÖRÜŞÜ | |
| <p>Yukarıda ayrıntıları yazılı bulunan Anket/Araştırma belgeleri incelenmiştir.Yapılan inceleme sonucunda Komisyonumuz;</p> <p>a) Araştırma önerisi ve veri toplama için kullanılacak görüşme tekniklerinde ,Anayasa ve Milli Eğitim Kanunu ile Millî ve manevî değerlere aykırı, kişilik haklarını ihlal edici, cinsiyet, din ve ırk ayrımcılık içerikli,belli politik yaklaşımları destekleyici,insan hakları Evrensel Beyannamesi'ne suç kabul edilen hususları içeren, kişilik ve aile mahremiyetini ifşa eden sonuçlar,ifadeler kullanılmaması,</p> <p>b) Yapılacak görüşmelerde içerik ve kapsam yönünden Türk Millî Eğitiminin Genel amaçlarına uygun olması, katılımcıların kişilik haklarına uymada sakınca veya konu dışı çağrışım oluşturan ifade ve anlatımlara yer verilmemesi</p> <p>c) Sözkonusu veri toplama talebinin uygulanmasında gönüllülüğün esas alınması,</p> <p>d) Elde edilen verilerin başvuru amacı dışında herhangi bir yerde basılı yada görsel medyada kullanılmaması,</p> <p>e) Okullarda yapılacak çalışmalar için ilgili okul müdürliğünün en az 3 gün önceden bilgilendirilmesi,</p> <p>f) Veri toplama sürecinin ilgili eğitim kurumunda eğitim ve öğretimi aksatmayacak ve 2016/2017 eğitim öğretim yılının son üç günü sonlandırılacak şekilde planlanması gibi hususların yerine getirilmesi kaydıyla çalışmanın yapılmasını uygun görmüştür.</p> | |
| Komisyon Kararı | Oy Birliği ile alınmıştır. |


 Komisyon Başkanı
 Şakir SİĞİNC
 İl Millî Eğitim Şube Müdürü

KOMİSYON

Oye
 M.Emrah ERAT
 Öğretmen

Oye
 Yusuf DURMAZ
 Öğretmen


 Oye
 G.Ezgican K ZİLOK
 Öğretmen

EK 3. Eysenck Kişilik Testi Formu.

Kişisel bilgiler

Yaş:

Cinsiyet:

Sınıf:

Branşınız:

Kaç yıldır spor yapıyorsunuz

Branşla ilgili elde ettiğiniz dereceleri yazınız:

Branşınızdaki konumunuz nedir?

a) Amatör olarak mı yapıyorsunuz? b) Profesyonel olarak mı yapıyorsunuz?

EYSENCK KİŞİLİK TESTİ

- | | | |
|-----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| 1. | Boş zamanlarınız değerlendirmek için çeşitli uğraşlarınız var mı? | EVET/HAYIR |
| 2. | Herhangi bir şeyi yapmaya başlamadan önce düşünüp taşınmaya gerek duyar mısınız? | EVET/HAYIR |
| 3. | Moraliniz sık sık bir düzeliyor bir bozuluyor mu? | EVET/HAYIR |
| 4. | Gerçekten başka birinin yaptığını bildiğiniz bir işten hiç övünme payı çıkardığınız oldu mu? | EVET/HAYIR |
| 5. | Konuşkan bir kimse misiniz? | EVET/HAYIR |
| 6. | Eğer borcunuz olsaydı kaygılanır mıydınız? | EVET/HAYIR |
| 7. | Hiç sebepsiz kendinizi moral bakımından “çok kötü” hissettiğiniz oldu mu? | EVET/HAYIR |
| 8. | Herhangi bir şeyin kendi payınıza düşeninden daha çoğunu almak için hırs gösterdiğiniz hiç oldu mu? | EVET/HAYIR |
| 9. | Geceleyin kapı ve pencerelerinizi dikkatlice kilitler misiniz? | EVET/HAYIR |
| 10. | Oldukça canlı (hayat dolu) bir kimse misiniz? | EVET/HAYIR |
| 11. | Bir çocuk ya da hayvanın acı çektiğini görerseniz çok üzülür müydünüz? | EVET/HAYIR |
| 12. | Yapmamış ya da söylememiş olmanız gereken şeyler için sık sık kaygılanır mısınız? | EVET/HAYIR |
| 13. | Bir şeyi yapacağınıza söz vermişseniz, koşullar çok elverişsiz olsa da, mutlaka sözünüzü tutar mısınız? | EVET/HAYIR |
| 14. | Paraşütle atlamaktan hoşlandığınızı düşünür müydünüz? | EVET/HAYIR |
| 15. | Neşeli bir toplantıda kendinizi bırakıp eğlencenin tadını çıkarabilir misiniz? | EVET/HAYIR |

16. Çabuk heyecanlanan, sinirlenen, duyarlı bir kimse misiniz? EVET/HAYIR
17. Gerçekten kendi hatanız olduğunu bildiğiniz halde, bu hata için başkasını suçladığınız oldu mu? EVET/HAYIR
18. Yeni kimselerle tanışmaktan hoşlanır mısınız? EVET/HAYIR
19. Sigorta yaptırmanın iyi bir düşünce olduğuna inanıyor musunuz? EVET/HAYIR
20. Çabuk kırılıp gücenir misiniz? EVET/HAYIR
21. Bütün alışkanlıklarınız iyi ve güzel alışkanlıklar mıdır? EVET/HAYIR
22. Topluluklarda geri plana çekilme eğilimimi gösterirsiniz? EVET/HAYIR
23. Acayip ve tehlikeli etkileri olabilen ilaçlar alır mısınız? EVET/HAYIR
24. Sık sık bıkkınlık (usanç) duyar mısınız? EVET/HAYIR
25. Başkasına ait şeyi (bir toplu iğne ya da düğme dahil olabilir)hiç aldığınız oldu mu? EVET/HAYIR
26. Çok sık sokağa çıkmaktan gezmeğe gitmekten hoşlanır mısınız? EVET/HAYIR
27. Sevdiğiniz kimseleri üzmemekten (kırmaktan) hoşlanır mısınız? EVET/HAYIR
28. Suçluluk duygusundan sık sık huzursuzluk duyar mısınız? EVET/HAYIR
29. Bazen hiç bir şey bilmediğiniz konusunda konuştuğunuz olur mu? EVET/HAYIR
30. Okumayı insanlarla bir arada olmaya tercih eder misiniz? EVET/HAYIR
31. Size kötülük yapmak isteyen düşmanlarınız var mı? EVET/HAYIR
32. Kendinize sinirli bir kimse diyebilir misiniz? EVET/HAYIR
33. Kabalık ettiğiniz zaman daima özür diler misiniz? EVET/HAYIR
34. Çok arkadaşınız var mı? EVET/HAYIR
35. Bazen insanları gerçekten incitebilecek sulu şakalar yapmaktan hoşlanır mısınız? EVET/HAYIR
36. Kaygılı bir kimse misiniz? EVET/HAYIR
37. Çocukken size tembih edilen şeyleri sızlanmadan söylenmeden hemen yapar mıydınız? EVET/HAYIR
38. Kendinize neşeli gününü gün eden bir kimse diyebilir misiniz? EVET/HAYIR
39. Nezaket ve temizliğe çok önem verir misiniz? EVET/HAYIR
40. Çok kötü şeyler olacakmış gibi bir duyguya kapılır mısınız? EVET/HAYIR
41. Hiç başka birisine ait bir şeyi kaybettiğiniz ya da kırdığınız oldu mu? EVET/HAYIR
42. Yeni arkadaşlıklar kurmada ilk adımı atan daima siz mi olursunuz? EVET/HAYIR
43. Size dertlerini anlatan kimselerin ne hissettiklerini kolayca anlayabiliyor musunuz? EVET/HAYIR
44. Kendinize gergin ya da sinirli bir kimse diyebilir misiniz? EVET/HAYIR
45. Hemen yakında bir çöp kutusu yoksa, lüzumsuz kağıtları yere atar mısınız? EVET/HAYIR
46. Başkaları ile birlikteyken çoğu zaman suskun mu olursunuz? EVET/HAYIR
47. Evliliği modası geçmiş kaldırılması gerekli bir şey olarak mı görüyorsunuz? EVET/HAYIR
48. Zaman zaman kendinize acır mısınız? EVET/HAYIR
49. Ara sıra biraz övünür müsünüz? EVET/HAYIR
50. Oldukça sönük geçen bir toplantıyı kolaylıkla canlandırabilir misiniz? EVET/HAYIR
51. Dikkatli araba kullanan kimseler sinirinize dokunur mu? EVET/HAYIR
52. Sağlığınız için kaygılanır mısınız? EVET/HAYIR

53. Bir kimse hakkında hiç kötü ya da çirkin bir söz söylediğiniz oldu mu? EVET/HAYIR
54. Arkadaşlarınıza şaka yapmaktan ve komik fıkralar anlatmaktan hoşlanır mısınız? EVET/HAYIR
55. Yediğiniz birçok şeyin tadı size hep aynı mı geliyor? EVET/HAYIR
56. Bazen surat astığınız olur mu? EVET/HAYIR
57. Çocukluğunuzda anne-babanıza karşı hiç küstahlık ettiniz mi? EVET/HAYIR
58. İnsanların arasında olmaktan hoşlanır mısınız? EVET/HAYIR
59. Yaptığınız işte hatalar olduğunu bilmek sizi kaygılandırır mı? EVET/HAYIR
60. Uykusuzluk çeker misiniz? EVET/HAYIR
61. Yemekten önce daima ellerinizi yıkar mısınız? EVET/HAYIR
62. Başkaları ile konuşurken, hemen her zaman verilecek “hazır bir cevabınız” var mıdır? EVET/HAYIR
63. Randevularınıza çok vakitlice gelmekten mi hoşlanırsınız? EVET/HAYIR
64. Hiçbir nedeni olmaksızın kendinizi sık sık yorgun ve isteksiz hissettiğiniz oldu mu? EVET/HAYIR
65. Herhangi bir oyunda hiç hile yaptığınız oldu mu? EVET/HAYIR
66. Anneniz iyi bir kadın mıdır(mıydı)? EVET/HAYIR
67. Sık sık hayatın çok sıkıcı olduğunu düşünür müsünüz? EVET/HAYIR
68. Hiç kendi yararınız için başkasını kullandığınız oldu mu? EVET/HAYIR
69. Ayırabileceğiniz zamandan fazlasını gerektirecek işleri sık sık yüklenir misiniz? EVET/HAYIR
70. Sürekli olarak sizi görmezlikten gelmeye çalışan bazı kimseler var mıdır? EVET/HAYIR
71. Dış görünüşünüz size epeyce kaygılandırır mı? EVET/HAYIR
72. Hoşlanılmayacak kimseler olsalar bile, insanlara her zaman nazik misiniz? EVET/HAYIR
73. Para biriktirerek ve sigorta yaptırarak, insanların geleceklerini güven altına almak için çok para harcadıkları görüşünde misiniz? EVET/HAYIR
74. Ölmüş olmayı istediğiniz oldu mu hiç? EVET/HAYIR
75. Hiçbir zaman farkına varılmayacağından emin olsaydınız vergi vermekten kaçınır mıydınız? EVET/HAYIR
76. Eğlenme amacıyla yapılan toplantının iyi geçmesini sağlayabilir misiniz? EVET/HAYIR
77. İnsanlara karşı kaba davranmamaya gayret eder misiniz? EVET/HAYIR
78. Sizi zor durumda bırakan bir olayın üzerinden uzun bir süre geçtiği halde hala kaygılanmaya devam eder misiniz? EVET/HAYIR
79. Dediğinizi yapmak konusunda hiç inat ettiğiniz oldu mu? EVET/HAYIR
80. Tren-otobüs gibi bir taşıta binmek durumunda olduğunuzda çoğu kez son dakikada mı yetişirsiniz? EVET/HAYIR
81. Sinirlerinizden şikâyetçi misiniz? EVET/HAYIR
82. Bir kimsenin kalbini kırmak ya da üzme için, hiç kasten bir şey söylediğiniz oldu mu? EVET/HAYIR
83. Birbirine zararsız şakalar, muziplikler yapan bir grup içinde bulunmaktan nefret eder misiniz? EVET/HAYIR
84. Sizin bir hatanız olmadan arkadaşlarınız kolayca bozulur mu? EVET/HAYIR
85. Sık sık kendinizi yalnız hisseder misiniz? EVET/HAYIR
86. Başkalarına verdiğiniz öğüte kendinizde daima uyar mısınız? EVET/HAYIR

87. Bazen hayvanları kızdırmaktan hoşlanır mısınız? EVET/HAYIR
88. Size ya da yaptığınız işe kusur bulunduğu zaman hemen kalbiniz kırılır mı? EVET/HAYIR
89. Hiç tehlikesi olmayan bir hayat sizin için çok sıkıcı mı olurdu? EVET/HAYIR
90. Bir randevuya ya da işe hiç geç kaldığınız oldu mu? EVET/HAYIR
91. Etrafınızda pek çok telaş ve heyecan olmasından hoşlanır mısınız? EVET/HAYIR
92. Başkalarının sizden korkmasından hoşlanır mısınız? EVET/HAYIR
93. Bazen enerji ile dolup taşarken bazen de yerinden kalkamayacak kadar ağırlaşır mısınız? EVET/HAYIR
94. Hiç bugünün işini yarına bıraktığınız oldumu? EVET/HAYIR
95. Başkaları sizi çok canlı ve hayat dolu bir kimse olarak mı görür? EVET/HAYIR
96. İnsanlar size çok yalan mı söyler? EVET/HAYIR
97. Bazı konularda alingan mısınız? EVET/HAYIR
98. Bir hata yaptığınızda bu hatayı kabul etmeye her zaman razı olur musunuz? EVET/HAYIR
99. Kapana (tuzağa) yakalanmış bir hayvan görseydiniz üzülür müydünüz? EVET/HAYIR
100. Bu anketi doldurmaktan sıkıldınız mı? EVET/HAYIR

EK 4. Orjinallik Raporu.

| YÜZÜNCÜ YIL ÜNİVERSİTESİ SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ LİSANSÜSTÜ TEZ ORJİNALLİK RAPORU | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|
| Tarih: 24/04./2018 | |
| Tez Başlığı / Konusu: 10-12 Yaş Grubu İlköğretim Öğrencilerinin Voleybol Ve Basketbol Antrenmanlarının Nevrotik Değerleri Üzerine Etkisi | |
| <p>Yukarıda başlığı/konusu belirlenen tez çalışmamın Kapak sayfası, Giriş, Ana bölümler ve Sonuç bölümlerinden oluşan toplam 39 sayfalık kısmına ilişkin, 24/04/2018 tarihinde şahsım/tez danışmanım tarafından Tamim'in intihal tespit programından aşağıda belirtilen filtreleme uygulanarak alınmış olan orjinallik raporuna göre, tezin benzerlik oranı % 15 (On Beş) tir.</p> <p>Uygulanan filtreler aşağıda verilmiştir:</p> <ul style="list-style-type: none">- Kabul ve onay sayfası hariç,- Teşekkür hariç,- İçindekiler hariç,- Simge ve kısaltmalar hariç,- Gereç ve yöntemler hariç,- Kaynakça hariç,- Alıntılar hariç,- Tezden çıkan yayınlar hariç,- 7 kelimeden daha az örtüşme içeren metin kısımları hariç (Limit match size to 7 words) <p>Yüzüncü Yıl Üniversitesi Lisansüstü Tez Orjinallik Raporu Alınması ve Kullanılmasına İlişkin Yönergeyi inceledim ve bu yönergede belirtilen azami benzerlik oranlarına göre tez çalışmamın herhangi bir intihal içermediğini; aksinin tespit edileceği muhtemel durumda doğabilecek her türlü hukuki sorumluluğu kabul ettiğimi ve yukarıda vermiş olduğum bilgilerin doğru olduğunu beyan ederim.</p> <p>Gereğini bilgilerinize arz ederim.</p> <p style="text-align: center;"> İçim SOYSAL 24/04/2018</p> | |
| Adı Soyadı: İçim SOYSAL Öğrenci No: 159301037 Anabilim Dalı: Anatomi Anabilim Dalı Programı: Veteriner / Anatomi Statüsü: Y.Lisans <input checked="" type="checkbox"/> Doktora <input type="checkbox"/> | |
| DANIŞMAN ONAYI UYGUNDUR  Prof. Dr. Hüseyin KARADAĞ | ENSTİTÜ ONAYI UYGUNDUR (Unvan, Ad Soyad, İmza) |