



T.C.
BATMAN ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI

8 HAFTA BOYUNCA DÜZENLİ OLARAK
YAPILAN VOLEYBOL EĞİTİMİNİN 10-12 YAŞ
GRUBU ÖĞRENCİLERİN BENLİK SAYGISI VE
SPORA ÖZGÜ BAŞARI MOTİVASYONUNA
ETKİSİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

PINAR BURUL

Danışman
Dr. Öğr. Üyesi MİHRAÇ KÖROĞLU

AĞUSTOS, 2023
BATMAN
Her Hakkı Saklıdır

TEZ KABUL VE ONAYI

Pınar BURUL tarafından hazırlanan “8 Hafta Boyunca Düzenli Olarak Yapılan Voleybol Eğitiminin 10-12 Yaş Grubu Öğrencilerin Benlik Saygısı ve Spora Özgü Başarı Motivasyonuna Etkisi” adlı tez çalışması 11/08/2023 tarihinde aşağıdaki jüri tarafından oy birliği ile Batman Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı’nda YÜKSEK LİSANS TEZİ olarak kabul edilmiştir.

Jüri Üyeleri

İmza

Başkan

Doç. Dr. Nuri Muhammet ÇELİK

.....

Danışman

Dr. Öğr. Üyesi Mihraç KÖROĞLU

.....

Üye

Doç. Dr. Mehmet SOYAL

.....

Yukarıdaki sonucu oylarım

Prof. Dr. Osman PAKMA

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürü

TEZ BİLDİRİMİ

Yaptığım tez çalışmamdaki bilgilerin etik kurallarına ve tez yazım kurallarına uyularak hazırlandığını ve bana ait olmayan tüm kaynaklarda atıf yapıldığını bildiririm.

DECLARATION PAGE

I declare that information in my thesis work was prepared in accordance with the ethical rules and thesis writing rules and that all sources that do not belong to me are cited.

PINAR BURUL

11/08/2023

ÖZET

YÜKSEK LİSANS TEZİ

8 HAFTA BOYUNCA DÜZENLİ OLARAK YAPILAN VOLEYBOL EĞİTİMİNİN 10-12 YAŞ GRUBU ÖĞRENCİLERİN BENLİK SAYGISI VE SPORA ÖZGÜ BAŞARI MOTİVASYONLARINA ETKİSİ

Pınar BURUL

**Batman Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü
Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı**

**Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Mihraç KÖROĞLU
2023, 71 Sayfa**

Jüri

Dr. Öğr. Üyesi Mihraç KÖROĞLU

Doç. Dr. Nuri Muhammet ÇELİK

Doç. Dr. Mehmet SOYAL

Bu çalışmanın amacı, Gaziantep Sema Ahmet Danış Ortaokulu öğrencilerinde düzenli olarak voleybol eğitiminin 10-12 yaş grubu öğrencilerin benlik saygısı ve spora özgü başarı motivasyonlarına etkisini incelemektir. Araştırma yönteminde nicel tarama modelinde zayıf deneysel desen kullanılarak iki grup ön test ve son test verileri değerlendirilmiştir. Deney grubuna uygulanan çalışma voleybolda parmak pas, manşet pas, servis, smaç ve blok öğretimi sonrası grup içi turnuva ile bitirilmiştir. Kontrol grubu öğrencileri ise sadece normal derslerine girmiştir.

Deney grubunda 28 erkek 39 bayan olmak üzere toplam 67 öğrenci çalışmaya katılmıştır. Kontrol grubunda ise 37 erkek 28 bayan olmak üzere toplam 65 öğrenci bulunmaktadır. Araştırmada voleybol eğitimi alarak spor yapan ve spor yapmayan öğrencilerden oluşturulan deney ve kontrol gruplarında ön test ve son test verileri elde etmek için kişisel bilgi formu, Coopersmith benlik saygısı ölçeği ve Willis' in spora özgü başarı motivasyonu ölçeği uygulanmıştır.

Araştırmanın istatistiksel analizleri JASP (A Fresh Way to Do Statistics) 0.9.2.0 programı ile yapılmıştır. Araştırma sorularının güvenilirlik analizleri, normal dağılım ve homojen dağılım analizleri yapılarak her bir sorudan elde edilen ortalama puanlara göre çözümlemeler yapılmıştır. Benlik saygısı ölçeğinde ölçek yönergesine göre toplam ve ortalama puanlar 4 ile çarpılarak istatistiksel işlemler yapılmıştır. İstatistiksel yöntemde frekans (N), yüzde (%) ortalama ($\bar{X}$) ile T-test (Student ile Paired Samples T-Test analizleri) ve Tek Yönlü Varyans (ANOVA) analizi uygulanmıştır. Sonuçların değerlendirilmesi istatistiksel anlamlılık Cronbach's Alfa $p < 0,05$ olarak belirlenmiştir.

Yapılan çalışmalar sonucunda deney grubu ön test ve son test karşılaştırılmış olup son testte benlik saygısı ve spora özgü başarı motivasyonunun yükseldiği görülmüştür. Deney grubu cinsiyet durumuna göre benlik saygısı erkeklerde kadınlara göre daha yüksek bulunmuştur. Deney grubu benlik saygısı ön testte 10 ve 11 yaş grubunda, 12 yaşa göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Spora özgü başarı motivasyonu kontrol grubu ön testte 1-3 kardeş sayısına sahip olanlar ve son test 1-3 kardeş sayısına sahip olan öğrencilerin motivasyonlarının 4 ve üstü kardeş sayısına sahip olanlara göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Kontrol grubunda baba öğrenim durumu değişkenine göre babası ilköğretim ve lise mezunu olanların benlik saygısı ön testte diğerlerine oranla daha yüksek çıkmıştır.

Anahtar Kelimeler: Antrenman, benlik saygısı, motivasyon, spor, voleybol

ABSTRACT

MS THESIS

SELF-ESTEEM AND ITS EFFECT ON SPORT-SPECIFIC SUCCESS MOTIVATIONS OF 10-12 AGE GROUP STUDENTS OF VOLLEYBALL TRAINING REGULARLY DONE FOR 8 WEEKS

Pınar BURUL

**Batman University Institute of Post Graduate Education
Department of Physical Education and Sports**

Thesis Supervisor: Asst. Prof. Dr. Mihraç Koroğlu

2023, 71 Pages

Jury

Asst. Prof. Dr. Mihraç KÖROĞLU

Ass. Prof. Nuri Muhammet ÇELİK

Asst. Prof. Dr. Mehmet SOYAL

The aim of this study is to examine self-esteem and its effect on sport-specific success motivations of 10-12 age group students of volleyball training regularly done for 8 weeks. In the research method, single group pre-test and post-test data were evaluated by using a weak experimental design in the quantitative scanning model. The study, which was applied to the experimental group, was completed with an in-group tournament after teaching overhead pass, underhand pass, service, spike-hit and block in volleyball. Control group students only attended their regular classes.

In the experimental group, a total of 67 students, 28 male and 39 female, participated in the study. In the control group, there are a total of 65 students, 37 male and 28 female. In the study, personal information form, Coopersmith self-esteem scale and Willis's sport-specific achievement motivation scale were applied in order to obtain pre-test and post-test data in the experimental and control groups consisting of students who did and did not do sports by receiving volleyball training. Statistical analyzes of the research were made with JASP (A Fresh Way to Do Statistics) 0.9.2.0 program. Reliability analyzes of the research questions were made according to the average scores obtained from each question by analyzing normal distribution and homogeneous distribution analyzes. In the self-esteem scale, statistical processes were performed by multiplying the total and average scores by 4 according to the scale directive. In the statistical method, frequency (N), percent (%) average ($\bar{X}$) and T-test (T-Test analysis of Student and Paired Samples) and One-Way Variance analysis were applied. The statistical significance of the evaluation of the results was determined as Cronbach's Alpha $p < 0.05$.

As a result of the studies, the pre-test and post-test of the experimental group were compared and it emerged that self-esteem and sport-specific success motivation increased in the post-test. According to the gender of the experimental group, self-esteem was found to be higher in males than in females. It was determined that the self-esteem of the experimental group was higher in the 10 and 11 age groups compared to the 12 age groups in the pre-test. It has been determined that the motivation of the students who have sport-specific success motivation in the control group, those who have 1-3 siblings in the pre-test, and students who have 1-3 siblings in the post-test are higher than those who have 4 or more siblings. According to the variable of the status of computers in the case of the control father, the self-count of the children who graduated from primary and high school was higher than the others in the pre-test.

Key Words: Training, self-esteem, motivation, sport, volleybal

ÖNSÖZ

Bu çalışmada 10-12 yaş grubu voleybol oynayan öğrencilerin benlik saygısı ve spora özgü başarı motivasyonlarında anlamlı farklılık olup olmadığının araştırılması amaçlanmıştır. Tez çalışmam sürecinde değerli bilgi, birikim ve deneyimlerini benimle paylaşan ve bana yol gösteren danışman hocam sayın Dr. Öğr. Üyesi Mihraç KÖROĞLU'na teşekkürlerimi sunarım. Lisansüstü eğitimim süresince bana destek veren, yardımlarını esirgemeyen sayın Dr. Öğr. Üyesi Murat BİLGİÇ' e şükranlarımı sunarım. Çalışmalarım boyunca bana yardımcı olan değerli velilerim ve sevgili öğrencilerime teşekkür ederim.

Bu hayatta sürekli desteğini hissettiğim ve minnettar olduğum canım babam ve anneme, kardeşlerime, en değerli varlıklarım olan sevgili kızıma ve oğluma teşekkür ederim.

Pınar BURUL
BATMAN / 2023

İÇİNDEKİLER

TEZ BİLDİRİMİ	v
ÖZET	iv
ABSTRACT.....	v
ÖNSÖZ	vi
İÇİNDEKİLER	vii
TABLolar LİSTESİ	ix
SİMGE VE KISALTMALAR	xi
1.GİRİŞ	1
1.1.Araştırmanın Amacı.....	1
1.2. Araştırmanın Önemi	1
1.3. Sayıtlılar.....	2
1.4. Sınırlılıklar	2
2. KAYNAK ARAŞTIRMASI	3
2.1. Benlik Kavramı.....	3
2.1.1. Benlik saygısı.....	4
2.1.2. Benliğin görevleri	5
2.1.3. Benlik saygısının gelişimi.....	5
2.1.4. Spor ve benlik saygısı ile ilgili çalışmalar	6
2.2. Motivasyon	7
2.2.1. Motivasyon Kuramları	8
2.2.1.1. Kapsam kuramları.....	8
2.2.1.1.1. Maslow' un gereksinim teorisi	9
2.2.1.1.2. Alderfer' in ERG teorisi	10
2.2.1.1.3. Herzberg çift etken teorisi.....	11
2.2.1.1.4. McClelland başarı gereksinimi kuramı.....	12
2.2.1.2. Süreç kuramları.....	12
2.2.1.2.1. Wroom' un beklenti kuramı.....	13
2.2.1.2.2. Adams'ın ödül adaleti ve eşitliği kuramı	13

2.2.1.2.3. Locke' un amaç saptama kuramı	13
2.2.1.2.4. Kelley' in nedensellik yükleme affetme kuramı.....	14
2.2.2. Başarı motivasyonu.....	14
2.2.3. Sporda başarı motivasyonu	14
2.2.4. Sporda başarı motivasyonu ile ilgili çalışmalar	15
2.3.Voleybol.....	16
2.3.1. Voleybolun tarihsel gelişimi	17
2.3.2. Voleybol oynayan sporcuların kişisel ve psikolojik özellikleri.....	17
3. MATERYAL VE YÖNTEM.....	19
3.1. Araştırmanın Modeli	19
3.2. Evren ve Örneklem	19
3.2.1. Deney grubuna uygulanan antrenman planı	19
3.3. Veri toplama araçları	21
3.3.1. Bilgi formu.....	21
3.3.2. Coopersmith' in benlik saygısı ölçeği	21
3.3.3. Spora özgü başarı motivasyonu ölçeği	21
3.4. Verilerin Analizi	22
4. ARAŞTIRMA BULGULARI VE TARTIŞMA	24
4.1. Araştırma Bulguları	24
4.2. Tartışma	38
5. SONUÇLAR VE ÖNERİLER.....	45
KAYNAKLAR	48
EKLER	54
EK-1 Kişisel Bilgi Formu	54
EK-2 Benlik Saygısı Ölçeği.....	55
EK-3 Spora Özgü Başarı Motivasyon Ölçeği.....	56
EK-4 Ölçek Kullanım İzini.....	58
EK-5 Etik Kurul Kararı.....	59
ÖZGEÇMİŞ	60

TABLÖLAR LİSTESİ

1. Tablo 4.1. Grupların cinsiyete göre sayı ve yüzdelik dağılımı
2. Tablo 4.2. Grupların benlik saygısı düzeylerinin cinsiyet değişkenine göre ilişkili T-test sonuçları
3. Tablo 4.3. Grupların spora özgü başarı motivasyonu düzeylerinin cinsiyet değişkenine göre ilişkili T-test sonuçları
4. Tablo 4.4. Grupların kardeş sayısına göre sayı ve yüzdelik dağılımı
5. Tablo 4.5. Grupların benlik saygısı düzeylerinin kardeş sayısı değişkenine göre ilişkili T-test sonuçları
6. Tablo 4.6. Grupların spora özgü başarı motivasyonu düzeylerinin kardeş sayısı değişkenine göre ilişkili T-testi sonuçları
7. Tablo 4.7. Grupların aile spor yapma durumuna göre sayı ve yüzdelik dağılımı
8. Tablo 4.9. Grupların aile spor yapma durumu değişkenine göre spora özgü başarı motivasyonu ilişkili T-test sonuçları
9. Tablo 4.8. Grupların aile spor yapma durumu değişkenine göre benlik saygısı ilişkili T-test sonuçları
10. Tablo 4.10. Grupların öğrencilerin spor yapma durumuna göre sayı ve yüzdelik dağılımı
11. Tablo 4.11. Grupların, öğrencilerin spor yapma durumuna göre benlik saygısı ilişkili T-test sonuçları
12. Tablo 4.12. Grupların, öğrencilerin spor yapma durumuna göre spora özgü başarı motivasyonu ilişkili T-test sonuçları
13. Tablo 4.13. Grupların benlik saygısı açısından deney ve kontrol grubu ilişkili T-test analiz sonuçları
14. Tablo 4.14. Grupların spora özgü başarı motivasyonu açısından ilişkili T-test analiz sonuçları
15. Tablo 4.15. Grupta öğrencilerin yaşına göre sayı ve yüzdelik dağılımı
16. Tablo 4.16. Grupların yaş değişkenine göre benlik saygısı anova ilişkili faktöriyel tasarım sonuçları
17. Tablo 4.17. Grupların yaş değişkenine göre spora özgü başarı motivasyonu anova ilişkili faktöriyel tasarım sonuçları
18. Tablo 4.18. Grupların aile aylık gelir düzeyine göre sayı ve yüzdelik dağılımı
19. Tablo 4.19. Grupların aile aylık gelir düzeyine göre benlik saygısı anova ilişkili faktöriyel tasarım sonuçları

20. Tablo 4.20. Grupların aile aylık gelir düzeyine göre spora özgü başarı motivasyonu anova ilişkili faktöriyel tasarım sonuçları
21. Tablo 4.21. Grupların anne öğrenim düzeyine göre sayı ve yüzdelik dağılımı
22. Tablo 4.22. Grupların anne öğrenim düzeyi değişkenine göre benlik saygısı anova ilişkili faktöriyel tasarım sonuçları
23. Tablo 4.23. Grupların anne öğrenim düzeyi değişkenine göre spora özgü başarı motivasyonları anova ilişkili faktöriyel tasarım sonuçları
24. Tablo 4.24. Grupların baba öğrenim düzeyine göre sayı ve yüzdelik dağılımı
25. Tablo 4.25. Grupların baba öğrenim düzeyi değişkenine göre benlik saygısı anova ilişkili faktöriyel tasarım sonuçları
26. Tablo 4.26. Baba öğrenim düzeyi değişkenine göre benlik saygısı anova ilişkili faktöriyel tasarım sonuçları
27. Tablo 4.27. Hipotezlerin ret /kabul durumu

SİMGE VE KISALTMALAR

Kısaltmalar

ANOVA: Analysis Of Variance (Tek yönlü varyans analizi)

BESYO: Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

BVA: Balkan Voleybol Birliği

CEV: Avrupa Voleybol Konfederasyonu

ERG: Existence (Varoluş) Relatedness (İlişki Kurma) Growth (Gelişme)

FIVB: Volleyball World Ranking (Uluslararası Voleybol Federasyonu)

JASP: A Fresh Way to Do Statistics

SÖBM: Spora Özgü Başarı Motivasyonu

SÖBMÖ: Spora Özgü Başarı Motivasyonu Ölçeği

TVF: Türkiye Voleybol Federasyonu

Y.M.C.A. : Young Men's Christian Association (Genç Hristiyan Erkekler Birliği)

BS: Benlik Saygısı

1.GİRİŞ

Spor, insanların fiziksel, ruhsal, sosyal ve ahlaki olarak gelişimine katkı sağlar. Aynı zamanda birbirinden farklı dil, din, ırk ve milleti bir araya getirme özelliğinden dolayı evrensel bir özellik taşımaktadır. Bu nedenle sporun birçok tanımı yapılmaktadır. Spor, bireyin gelişimine yardımda bulunan ayrıca belirli kurallar dahilinde yarışma şeklinde yapıldığı için benlik gelişimini etkileyen ve motivasyon sağlayan bir unsurdur (Akyol, vd. 2022,s.4).

Benlik saygısı, kişinin kendinin farkında olmasıdır. Kişinin, kendini bulunduğu durumdan aşağı veya çok çok üstte görmemesi, aynı zamanda yeteneklerinin farkında olması ve çevresinde bu şekilde kabul görebilmesidir. Benlik saygısı yüksek olan bireyler, kendine güvenen, özelliklerinin farkında olan ve toplumda değer gören kişilerdir. Benlik saygısı düşük bireyler ise özgüveni düşük, bir şeyler araştırmaya isteksiz, çekingen ve özgün fikirleri olmayan kişilerdir (Hoşman, 2019,s. 2).

Başarı motivasyonu, bir amacı gerçekleştirmek için kişiyi harekete geçiren, hareketin sürekliliğini sağlayan ve başarıya ulaşma arzusu ortaya çıkaran, güdüleyen, isteklendiren mekanizmalardır. Bu mekanizmalar biyolojik ve fizyolojik olmanın yanı sıra kültürel kapsamlı da olabilir (Hoşman, 2019, s.7).

Sporun faydalarından biri de benlik saygısı gelişimini desteklemek ve başarı motivasyonu sağlamaktır. Takım sporu olarak oynatılan voleybol branşı günümüze kadar gelişerek süregelmiştir. Voleybol, öğrenilmesi zor bir branş olarak bilinmektedir. Fakat öğrenildiği zaman da sporcuya yeteneğini ve yapabileceklerini fark ettiren, benlik gelişimine olumlu etkiler sağlayan aynı zamanda da motive eden özellikleri olduğu söylenmektedir.

1.1.Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı, düzenli voleybol antrenmanı yapan 10-12 yaş grubu öğrencilerin benlik saygısı ve spora özgü başarı motivasyon düzeyinin bazı değişkenler açısından farklılık olup olmadığını araştırmaktır.

1.2. Araştırmanın Önemi

Voleybol sporu yaygınlaşmaya başlaması ile geniş kitlelere hitap eder hale gelmiştir. Günümüzde teknolojinin ilerlemesi ile dijital bağımlılık artmakta ve ebeveynler çocuklarının özgüveni ve motivasyonlarının düşük olmasından dolayı kaygı duymaktadır.

Yaptığımız çalışmadan çıkan sonuçlar, aile desteği ile çocukların spora yönlendirilmesi konusunda etkili olacağı düşünülerek, önem arz etmektedir.

1.3. Sayıtlılar

Çalışmaya katılan öğrencilerin, testlerde yer alan tüm maddeleri doğru okuyup anladıkları kabul edilmiştir. Testlerdeki soruları birbirlerini etkilemeden işaretledikleri varsayılmıştır. Kullanılacak olan benlik saygısı ve spora özgü başarı motivasyonu ölçeklerinin geçerlilik ve güvenirlik çalışması yapılarak amacına uygun kullanıldığı varsayılmıştır.

1.4. Sınırlılıklar

Bu çalışma 2022-2023 eğitim-öğretim yılında Gaziantep ili Sema Ahmet Danış Ortaokulu'ndaki 65 erkek ve 67 bayan olmak üzere toplam 132 gönüllü öğrenci ile sınırlandırılmıştır.

2. KAYNAK ARAŞTIRMASI

Yaptığımız çalışmada yer alan kavramları açıklamak için alanyazın taraması yapılmıştır. Bu bölümde benlik kavramı ve benlik saygısı, spor ve benlik saygısı arasındaki ilişki, motivasyon ve spor arasındaki ilişki, voleybol sporunun gelişimi ve bu konularla ilgili çalışmalar hakkında bilgi verilmiştir.

2.1. Benlik Kavramı

Benlik, kişinin var olan mevcut durumunu, yaşantılarından yola çıkarak fark etmesi sürecidir. Bu süreçte algıladığı her durum kendi ile ilgili daha çok fikir sahibi olmasını sağlar. Kişi yaşadığı iyi ya da kötü her olay sonrası kendi öz değerlendirmesini yapar. Benliğini bulması için kendisine sürekli ‘ne’ sorusunu soracaktır. Bu değerlendirmeler sonucunda ise kimliğini bulacaktır.

Kişinin kendini nasıl gördüğü ve değerlendirdiği, benliğini algılama şeklini ortaya çıkarır. Bazen iyi yönlerini abartarak, kötü yönlerini görmezden gelme eğilimine girer. Bu defa da gerçeklikten çıkıp kendini olmak istediği kişilik gibi gösterir. Benlik kavramı kişinin kendini anlama ve kavrama şeklinde de tanımlanır. “Kişi kendini nasıl bilir?” ve “Kendine ne derece değer verir?” sorusuna cevap verir (Geçtan, 1981).

Benlik ile ilgili bazı kuramlar geliştirilmiştir. Benlik kavramını ilk ele alan ve geniş bir yelpazede araştıran kişi William James’ tir. Bu kavramı yapılandırırken “bana” ve “ben” kavramını birbirinden ayırmıştır. “bana” kavramını maddesel, sosyal ve ruhani bana diye üç kısımda incelemiştir (Arkonaç, 2008, s.191).

- Maddesel bana, kişinin bedeni ile birlikte giyim, sevdiği süs eşyası, taktığı takıları, vazgeçemediği bir nesneyi ekleyerek açıklar.
- Sosyal bana, bireyin başkaları tarafından nasıl görüldüğünü önemseyerek benliğini oluşturmastır.
- Ruhani bana, farkında olduğumuz hallerimizdir.

Ahlaki hassasiyetimiz ve vicdanımız ile düşündüğümüz zamanlarda kendimizi, sahip olduğumuz maddi nesneler ve sosyal statü durumlarımızı düşündüğümüz zamanlardan daha huzurlu ve farklı hissederiz (James, 1950, s. 183-185).

James, “ben” kavramını “herhangi bir anımızda bilinçli olmak” olarak tanımlar. Kişinin hayallerinin ve düşüncelerinin sürekli değişkenlik gösterdiğini öne sürmektedir. Bu nedenle “ben” kavramı ile ilgili deneysel çalışma yapmanın zor olduğunu söylemiştir. Deneysel psikoloji çalışma alanı olarak “bana” kavramını kullanmaktadır (Arkonaç,

2008, s. 191-192). Yapılan alışmalar incelendiğinde benlik, kişinin olumlu veya olumsuz nasıl görüldüğünü farkına varıp, yorumlayıp sonuca ulaşması olarak açıklanır (Kağıtçıbaşı, 2010, s. 112).

2.1.1. Benlik saygısı

Benlik saygısı, bireyin yaşadığı süreçlerden etkilenecek kendini tanıması, değerlendirmesi bunun sonucunda değerli ve başarılı olduğunun farkına varmasıdır. Bireyin kendini bilmesi ile olmak istediğı arasındaki ölçü, bireyin benlik saygı derecesini gösterir. Benlik saygısı ile ilgili birçok kuramsal görüş bulunur:

William James' e göre benlik saygısı, bireyin herhangi bir alanda ortaya çıkan başarısının oranıdır. Başarı odaklı bir algı vardır. Birey, benlik saygısının yükselmesi ya da düşmesini etkileyen unsuru başarı seviyesi olarak belirler.

C. Horten Cooley' in görüşüne göre ise kişinin hayatında önemli olan ve sevdiği insanlar tarafından nasıl algılandığı, benlik saygısını etkileyen unsurdur (Tözün, M., 2010, s.52-57). Bu görüşlere göre bir kuram kişinin başarıya odaklı olduğunu diğer kuram ise kişinin dış etkenlerden etkilendiğini bizlere göstermiştir.

Rosenberg, kişinin kendini değerlendirirken iyi ya da kötü tutumuna bağılı olarak benlik saygısını geliştirdiğini öne sürmüştür. Değerlendirme esnasında iyi tutum gösteriyorsa benliği yüksek, kötü tutumda ise benliği düşük olmaktadır (Çuhadaroglu, 1986).

Coopersmith (1967) benlik saygısını, kişinin kendini beğenmesi ve önemli görmesi olarak tanımlamıştır. Tafarodi ve Swan (1995), benlik saygısını kendini sevme ve öz-yeterlilik olarak ayırmıştır. Kişinin öznel olarak değerlendirme yapması ve kendini önemli görmesi, kendini sevdiğinin kanıtıdır.

Kendini sevme düzeyinin yüksek olması, kişilerin sosyal çevresinde olumlu imaj yaratması ve kendini ifade edebilmesi yönünden önemlidir (Rogers, 1961). Kendini sevme düzeyinin düşük olması kişinin yetersiz olmasına ve bulunduğu ortamda değersizleşmesine sebep olur (Blatt ve Zuroff, 1992).

Öz-yeterlilik, bireyin istediğı hedefe ulaşma konusunda kendisinde bulunan olumlu ve olumsuz yaklaşımlarıdır. Yani kendini her anlamda etkin ve kontrol gücü olarak görmesidir (Tafarodi ve Swan, 1995; 2001).

Kendimizi sevme boyutu “kim olduğumuzu”, öz-yeterlilik boyutu ise “neler yapabildiğimizi” ifade eder (Tafarodi ve Swan, 1995; 2001; Tafarodi, Wild ve Ho, 2010). Bu iki boyut birbiri ile ilişkilidir. Kişinin kendi başarısı kendini sevme ile ilgili iken sosyal

değerlerinin temelini, dolaylı olarak öz-yeterlilik etkiler (Tafarodi, 1998; Tafarodi, Tam ve Milne, 2001).

2.1.2. Benliğin görevleri

Benlik kavramı, bireyin sınırlarını, özelliklerini, hoşuna gidecek ve gitmeyecek durumları fark etmesi ile gelişir (Schwab, 2002). Uzun yıllar yapılan araştırmalarda ele alınan benlik kavramı insan hayatında önemli bir yere sahiptir. Benlik sayesinde dürtülerimizi dengeleyebiliriz. Çevremizdeki insanlarla iletişim kurarken zorlanmayız. Bizi etkileyen dış etkenleri tanımak, dengelemek ve sınırlandırmak benliğimiz sayesinde olur. Başımıza gelecek en zor durumlarla baş edebilme ve sağlıklı karar verebilme yeteneğimiz benlik ile gelişir. Kaygılarımızla baş edebilmek ve gelecek ile ilgili planlar yapabilmek benliğimiz ile ilgilidir (Özerkan, 2004).

2.1.3. Benlik saygısının gelişimi

Benlik saygısının oluşması ve gelişebilmesi için kişinin yeteneklerini, becerilerini ortaya koyması, aynı zamanda bulunduğu çevre tarafından kabul görmesi, beğenilmesi ve dış görünüşünü benimsemesi gerekmektedir (Özkan,1994,s.4).

Pummer (2017), bireyde sağlıklı benlik gelişimini 7 madde ile açıklamaktadır. Bunlar;

- Bireyin kendi özelliklerini bilmesi
- Bireyin sosyal çevresi ile olan ilişkisi
- Bireyin kendinde var olan özellikleri kabul etmesi
- Bireyin bir işi yapma yeterliliği
- Bireyin kendini ifade edebilmesi
- Özgüveni
- Kendinin farkında olmasıdır (Hoşman,2019,s.20-21).

Benlik saygısında yükselme veya azalma durumlarını etkileyen birçok faktör bulunmaktadır. Bunlar; aile, yaş, cinsiyet, okul ve arkadaş çevresi, akademik başarı ya da başarısızlık, dış görünüş, sağlık durumu, ebeveynlerin eğitim durumu, kardeş sayısı ya da kaçıncı çocuk olduğu, maddi durum vb. şekilde sıralanabilir (Kımtır, 2008, s.45).

Kişinin yüksek benlik saygısına sahip olması ilk olarak ailenin tutumu ile şekillenir. Aile içi şiddete maruz kalan ve sürekli aşağılanan, değersiz görülen çocuklarda benlik saygısı azalır hatta zamanla yok olur. Sevgi gören çocuklar gelecek ile ilgili sağlıklı kararlar alır ve emin adımlarla ilerler (Beştav, 2008). Çocuğun aile içinde söz

sahibi olması, düşüncelerinin önemsenmesi ve fikirlerinin dikkate alınması benlik saygısını yükseltir (Soyer, 2008).

Yapılan araştırmalar sonucunda ailenin sosyo-ekonomik düzeyinin benlik saygısını etkilediği görülmüştür. Maddi durumu iyi olan bireylerin benlik saygılarının maddiyatı düşük bireylere oranla daha yüksek olduğu anlaşılmıştır (Şahin, 2006).

Kuzgun (2002), okul ortamında yaşanan ilişkilerin benlik saygısı üzerinde etkili olduğunu savunmuştur. Arkadaşları ve öğretmeni ile olumlu ilişki geliştiren çocukların, benlik saygısının arttığı görülmüştür. Başarısızlık durumunda öğretmenin motive edici davranışları, çocuğun durumu kabullenme ve yeniden başarı duygusunu kazanma isteği oluşturmada etkilidir.

Erikson (1963)' a göre benlik saygısında azalma ergenlik döneminde fazla görülmektedir. Çünkü ergenlik döneminde bireyin ulaşmak istediği hedefler kimlik arayışı sırasında değişir. Olumlu kimlik gelişimini tamamlayan kişinin benlik saygısı artar. Tersine bir durum olduğunda ise “kimlik krizi” yaşayan ergen kimliğini bulurken özgüven eksikliği yaşayacaktır.

Sonuç olarak bireyin yaşamı boyunca etkilendiği durumlar benlik saygı düzeyine yön vermektedir.

2.1.4. Spor ve benlik saygısı ile ilgili çalışmalar

Herhangi bir sporla uğraşmak insanların fiziksel, ruhsal gelişimini sağladığı gibi kişilik özelliklerinden biri olan benlik gelişimini de olumlu yönde etkiler. Kişi spor organizasyonlarında küçük yaştan itibaren, kendini başkaları ile kıyaslayarak kendinde bulunan özellikleri ve eksikleri fark eder (Aracı, 1999). Sporu sevmeye ve spora fazla zaman ayırmanın, kişinin benlik saygısını olumlu yönde etkilediği araştırmalar sonucu kanıtlanmıştır (Harter, 1993). Gilman 2001, sporla uğraşanların kendilerini zinde hissettiklerini ve daha mutlu olduklarını ileri sürmüştür.

Düzenli spor yapan kişilerin bedenlerini tanıma ve benlik saygısı arasındaki ilişkiyi bulmak için yapılan çalışmalar sonucunda; benlik saygısı yüksek olan bireylerin spor yapan kişiler olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca yapılan depresyon ve anksiyete testlerinde çıkan sonuçlara bakıldığında spor yapmayanların aldıkları puanların daha düşük olduğu görülmüştür (Işık, 2018). “Sporcuların psikolojik sağlamlık, iyimserlik duygusu ve kontrol odağı benlik saygısı arasındaki ilişki” konulu bir çalışma yapılmıştır. Bu çalışma sonucunda spor yapanların benlik saygısı ile psikolojik sağlamlık, iyimserlik

duygusu ve kontrol odağı arasında pozitif yönde bir etkileşim görülmüştür (Özdemir, 2017).

Bazı araştırmalara baktığımızda benlik saygısının sporla ilişkisi olmadığı öne sürülmüştür. “Muğla Üniversitesi’nde spor yapan ve yapmayan öğrencilerin benlik saygısı ve atılganlık düzeyi” konulu çalışma benlik saygısının gelişiminde sporun anlamlı bir ilişkisi olmadığını öne sürmüştür (Esen, 2012).

Karakoç ve arkadaşları (2012) tarafından yapılan, “İşitme engelli milli takım oyuncularını ile spor yapmayan işitme engelli bireylerin benlik saygısı düzeyleri” çalışma verileri, Coopersmith benlik saygısı ölçeği ile ölçülmüştür. Sonuç olarak spor yapan işitme engelli bireylerin benlik saygısı düzeyleri yüksek çıkmıştır. Bu çalışma, işitme engelli bireylerin duygusal özelliklerinin spor ile olumlu derecede etkilendiğini kanıtlar niteliktedir.

Demir, K. ve Duman, S. (2019), “Bireylerin spor yapma durumlarının benlik saygısı ve mutluluk düzeyleri arasındaki ilişki” çalışmasında verileri analiz etmek için Rosenberg benlik saygısı ölçeğini kullanmıştır. Bulgular sonucu benlik saygısı ve mutluluk düzeylerinin spor yapanlarda daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır.

Karakaya ve arkadaşları (2006), profesyonel olarak yüzme sporu ile uğraşan 9-13 yaş grubu çocukların depresyon, kaygı ve benlik saygısı düzeylerini karşılaştırmak için Coopersmith benlik saygı ölçeği testini kullanmıştır. Test sonucunda deney grubunun ortalama sonucunda kontrol grubuna oranla istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar saptanmıştır.

Yapılan bir çalışmada bireysel spor (halter) yapan sporcuların benlik saygısı ile fiziksel özelliklerini kabullenme ve yaşam doyum puanı ilişkisine bakmışlardır. Sonuç olarak haltercilerin vücut memnuniyeti ve yaşam doyum puanı ile benlik saygısı puanı arasında ileri doğru ama çok yüksek olmayan ilişki ortaya çıkmıştır (Karademir ve arkadaşları 2013).

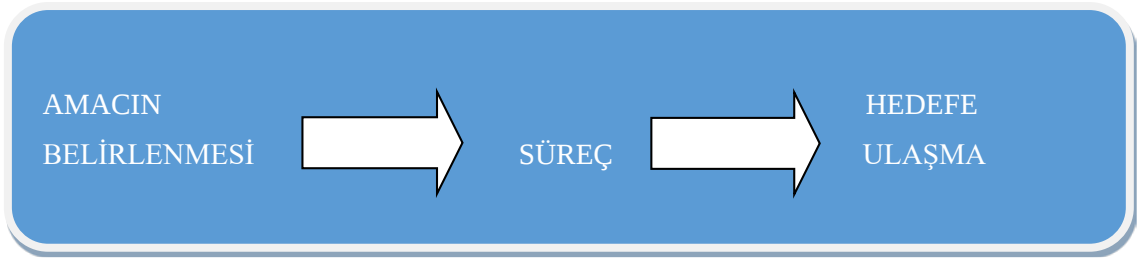
Benlik saygısı bireyin hayatını şekillendiren önemli bir etkidir. Yapılan çalışmalar sonucunda benlik saygısının küçük yaş gruplarından itibaren şekillendiğini söyleyebiliriz. Spor sayesinde gelişen benlik saygısı sürekli olumlu yönde artmaya devam etmektedir.

2.2. Motivasyon

Motivasyon, belirli bir hedefe yönelik iç ve dış etkenlerle davranışın işleyişini sağlayan, bir amaç doğrultusunda bireyi davranışa iten ve davranışına yön veren aynı

zamanda bu davranışların devamlı olmasını sağlayan mekanizmalardır (Aktaş, 2006, s.56). Motivasyon bir süreçtir. Bu süreç ihtiyaçlarla başlar ve ihtiyaçların karşılanması ile doyuma ulaşır tamamlanır. İhtiyaçlar karşılanmadığında kişi doyuma ulaşamaz ve mutsuz olur.

İnsanları motive etmek için üç aşama gereklidir. Birinci aşama, amacın belirlenmesi, ikinci aşama, belirlenen amaca yönelmek için iç uyarıcı sayesinde başlayan süreç ve son aşama ise hedefe ulaşmaktır (Bora, 2013).



Şekil 1. Motivasyon aşamaları

2.2.1. Motivasyon Kuramları

İnsanların davranışlarına, istek, ihtiyaç vb. durumları yön vermektedir. Bu nedenle bilim insanları birçok kuram geliştirmiştir. Motivasyona yönelik geliştirilen kuramlarda iki farklı olgu açıklanmaya çalışılmıştır. Bunlardan birincisi kişinin yaptığı davranışın nedeni, diğeri ise bu davranışa sebep olan süreçtir. Motivasyon kuramları, kapsam gereksinim kuramları ve süreç kuramları olarak iki kısımda ele alınır. Şimdi bunları ayrıntılı olarak açıklayalım.

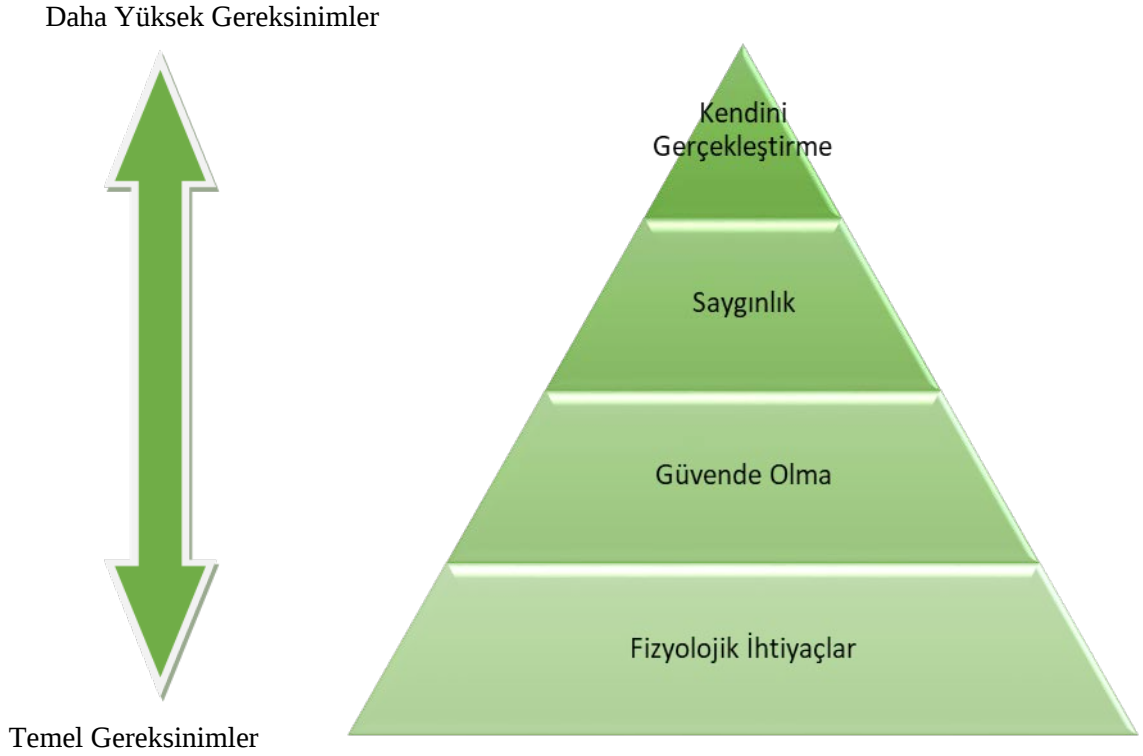
2.2.1.1. Kapsam kuramları

Kapsam kuramları, insanın ihtiyacı ne ise onu karşılamaya yönelik yapılan çalışmaları içerir. Bireyi harekete geçiren sebeplere önem verilir. Bu kuram, bireyi motive eden etkenin odak noktasının içsel algıya bağlı olduğunu savunur.

Kapsam kuramlarından;

- Maslow' un Gereksinim Teorisi
- Alderfer ERG Teorisi
- Herzberg Çift Etken Teorisi
- McClelland Başarı Gereksinimi Teorisi (Özer, 2008, s.83-104)' ni inceleyelim.

2.2.1.1.1. Maslow' un gereksinim teorisi



Şekil 2. Maslow' un Gereksinim Teorisi

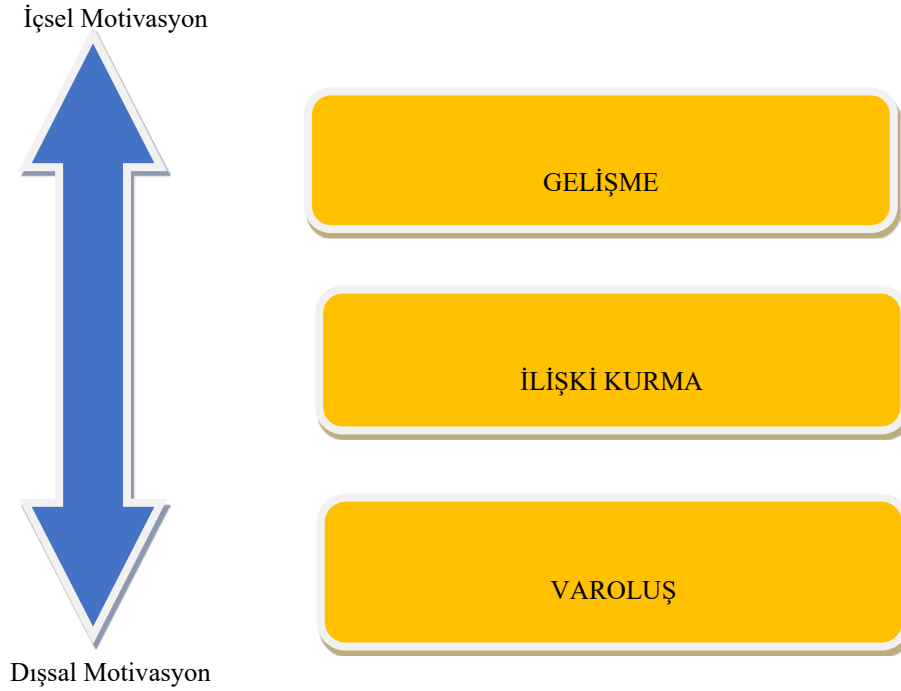
Maslow, insanlar için gerekli olan ihtiyaçları belirlemiş ve bunları piramit şeklinde beş basamak altında sınıflandırmıştır. Piramidin en geniş alt tabakası fiziksel ihtiyaçlar, ikincisi güvende olma gereksinimi, üçüncüsü aidiyet duygusu ve sevgi ihtiyacı, dördüncüsü saygı görme gereksinimi ve en üst seviye kendini gerçekleştirme olarak belirlenmiştir. Bir üst basamağa geçmek kişinin doyumu ile gerçekleşir.

Maslow, bu kuramı oluştururken toplum için örnek alınan kişilerin yaşamlarını ele almıştır. Bireyin, piramidin en üst basamağı olan kendini gerçekleştirme seviyesine ulaşmasında davranışlarının önemli olduğunu belirtmiştir. Bu seviyeye ulaşması için motivasyona ihtiyaç duyar. Motivasyon derecesini etkileyen unsurlar ise; yaşamındaki olumsuzluklar, çevresinde yaşanan olumsuz olaylar, aile çatışması, kendi iç dünyasındaki problemleri vb. şeklinde sıralanabilir (Yavaş ve diğerleri, 2021,s.45-47).

Birey, o an için hangi gereksinime ihtiyaç duyarsa o ihtiyaca yönelecek ve doyuma ulaşmaya çalışacaktır. Kişi ancak ihtiyacı olan basamakta doyuma ulaşırsa bir üst basamağa geçecektir. Örnek olarak bireyin karnı doymadığında ya da barınma,

güvenlik gibi gereksinimleri karşılanmadıkça, okul ile ilgili geleceğe ait planlar yapma ihtiyacı duymayacaktır. Yani önceliği farklı olacaktır.

2.2.1.1.2. Alderfer' in ERG teorisi



Şekil 3. Alderfer' in ERG kuramı

Maslow' un ihtiyaçlar kuramındaki beş basamak, Alderfer' in düşüncesine göre gerçek yaşama uygun değildir. Bu fikirden yola çıkarak çalışmalarında ihtiyaçları basitleştirip ele almıştır. Bu kurama göre ihtiyaçlar 3' e ayrılır.

- Var olma ihtiyacı; insanların hayatını sürdürebilmesi için gereken temel ihtiyaçları (yeme içme vb.) ve kendini güvenli hissetme durumu olarak açıklanır.
- Sosyalleşme ihtiyacı; bireyin bulunduğu ortamdaki insanlarla iletişimi, saygı görmesi, sevilmesi ve ait olma vb. gereksinimlerinin doyuma ulaşmasıdır. Bu kısım Maslow' un ihtiyaçlar hiyerarşisindeki sevgi ve ait olma basamağına denktir.
- Gelişme ihtiyaçları ise bireyin başarıya ulaşması, yenilikçi bir kimlik kazanması ve sorumluluklarını bilinçli bir şekilde yerine getirmesi gelişme ihtiyacını tanımlar. Alderfer' in kuramında sıralama şartı olmadan iki ihtiyaç aynı anda karşılanabilir. Esnek bir yapısı vardır. Bireyi güdüleyen, davranışa yönlendiren güç, aile yapısı, çevre, kültür ve eğitim gibi faktörlerden etkilenir (Tekin, 2018, s.1561).

2.2.1.1.3. Herzberg çift etken teorisi

Bu teori için Pittsburgh’ da yaşayan mühendis ve muhasebeciden oluşan toplamda 200 kişi ile çalışma yapılmıştır. Kişilerin geçmişte doyuma ulaştığı zamanları ve tam tersi olduğu anları hatırlamalarını istemiştir. O zamanlarda içinde bulunduğu iyi ve kötü duyguları ifade etmelerini söylemiştir. Verilen cevaplar doğrultusunda bir analiz yapılmış ve bunun sunucunda motivasyonu etkileyen iki etmen ortaya çıkmıştır:

- Koruyan etmenler
- Motive etmenleri

Koruyucu etmenler, çalışanların düşük motivasyon ve doyuma ulaşamama sebeplerine verdikleri yanıtlar sonucunda ortaya çıkmıştır. Bunlar, iş güvenliği, kişiler arası ilişki durumu, maaş, çalışma şartları, şirket hedefleri, denetimin düzeyi ve niteliğidir. Bu kriterler bir işyerinde bulunmuyorsa motivasyonu düşürmektedir. Bunların karşılanması doyumsuzluğu azaltmakta ancak doyumu arttırmamaktadır.

Motive edici etmenler, çalışan personelin nasıl doyuma ulaştığı ve nasıl motive olduğu sorularına verdikleri cevaplara göre elde edilmiştir. Çalışmanın sonucunda başarıyı yakalama, işin niteliği, kendini geliştirme, görevde yükselme, sorumluluk alma ve herkes tarafından bilinen biri haline gelme gibi unsurlar bu grubun üyeleridir. Çalışan bu özelliklere sahip olduğunda doyum sağlanmakta ve motive olmaktadır (Özer, 2008, s.83-104).

Öne sürülen bu kurama yönelik birçok çalışma yapılmıştır. Ancak bazı çalışmalar kuramla çelişkili bulunmuştur. Örneğin; Garke (1999), rehabilitasyon danışmanları üzerinde bir çalışma yapmış ve bu çalışma sonucunda motivasyon en sevdikleri aşama olarak belirlenmiştir. Oshagbeni (1997), üniversitedeki öğretim elemanları üzerinde bir çalışma yapmıştır. Bu çalışma sonucunda ise hangi etkenlerin tam doyum sağlayıp sağlamadığı net olarak açıklanamamıştır.

Yapılan bazı çalışmalar ile çelişse de Herzberg’ in bu kuramı işverenlere ilham kaynağı olmuştur. Kuramın anlaşılır bir dille yazılması, çalışma ortamında kullanım kolaylığı sağlamıştır. İş hayatında motivasyonu arttıracak öneriler sunmuştur. Bu önerilerden yararlanan yöneticiler, çalışanlarına motive edici yöntemler sunmuştur (Porter ve Ark., 2003). Sonuç olarak dünya genelinde yöneticileri hijyen faktörleri ve motive edici faktörün her ikisinin de benzer şekilde etkilediği düşünülmektedir (Hellriegel ve Ark., 2001).

2.2.1.1.4. McClelland başarı gereksinimi kuramı



Şekil 4. McClelland' ın Başarı Gereksinimi Kuramı

McClelland, bu kuramda üç unsurdan bahsetmektedir. Bunlar:

- İlişki kurma ihtiyacı, kişinin bulunduğu ortamda herkesle iyi geçinme, samimi olma ve paylaşımcı ruhu ifade eder.
- Güç ihtiyacı, kişileri himayesi altına alma, onlar adına karar verme, onları sahiplenme ve yönetme isteği olarak açıklanır.
- Başarı ihtiyacı ise verilen işte en iyisi olma, mükemmeliyetçilik ve zor işlerin üstesinden gelme becerisini ifade eder.

Bu üç öğenin öğrenme yoluyla oluştuğunu ve yetişkinlik döneminde dahi oluşabileceğini öne sürmüştür. Bu sebeple kuramın diğer adı Öğrenilmiş İhtiyaçlar Teorisi olarak bilinmektedir. Bu kuramda kişinin yaş, cinsiyet, kültür, ırk vb. durumlarının önemsiz olduğu ve bu üç motive edici durumun herkesi etkilediği öne sürülmüştür (Danışmaz, 2022, s.4-5).

2.2.1.2. Süreç kuramları

Süreç Kuramları, dış kaynaklardan etkilenir. Hedefe ulaşmak için bireyin nasıl hareket ettirildiği ile ilgilenir. Süreç kuramları, güdülenmenin nasıl işlediğini bilişsel olarak açıklar. Motivasyona etki eden değişken türlerini ve bunların nasıl birleştiğini açıklar (Mullins, 2002).

Süreç kuramları:

- Wroom ve Porter-Lavler' in Beklenti Kuramı
- Adams'ın Ödül Adaleti ve Eşitliği Kuramı
- Locke' un Amaç Saptama Kuramı

- Pavlov ve Skinner’ in Koşullanma Kuramı
- Heider ve Kelley’ in Nedensellik Yükleme Affetme Kuramı

2.2.1.2.1. Wroom’ un beklenti kuramı

Wroom’ a göre bu kuram birbiriyle bağlantılı iki kaynaktan oluşur. Bunlardan biri başarı beklentisi diğeri ise görev değeri kaynağıdır. Bunlardan birisi düşük olduğunda kişinin motivasyonu da düşük olacaktır (Elliot v& Dweck, 2005; Svinicki & Vogler, 2012). Örneğin, bir öğrencinin başarılı olması için sınıfını geçmesi gerekir. Bunun için de çok çalışması gerekir. Sınıfı geçeceğine inanmazsa beklenti içinde olmadığı anlamına gelir. Eğer inanmazsa harekete geçmek istemez. Başarılı olacağına inanıp, çok çalıştığında sevdiği şeylerden uzak kalacağını düşünürse öğrenci yine motive olamayacaktır. Ama bu dengeyi iyi kurduğunda motive olacak ve isteyerek çalışmaya yönelecektir.

Sonuç olarak kişinin elde ettiği ödüller beklediği ödül seviyesinde olursa doyuma ulaşacaktır. Doyuma ulaşamadığında ise bu durum amacın değerini etkilediğinden bir daha çabalamayacaktır (Wroom, 1964).

2.2.1.2.2. Adams’ın ödül adaleti ve eşitliği kuramı

Adams’ a göre ödül adaleti kişinin motivasyonunu etkilemektedir. Motivasyon süreci kişinin kendini başkaları ile kıyaslayarak değişim gösterir. Eğer eşitsizlik hissederse, bu eşitsizliği gidermek için daha çok çalışacaktır (Eren, 2001).

2.2.1.2.3. Locke’ un amaç saptama kuramı

Edwin Locke tarafından 1968 yılında ortaya konan bu kuram ile kişi çevresinde olup biteni kendi değer yargısına göre yorumlayarak motivasyon seviyesini belirler. İyi-kötü, zararlı-faydalı ve doğru-yanlış, kişinin kendine göre değişir. Bu değer yargıları ile hayatına yön verir (Onaran, 1981). Amaç kuramına göre motivasyon derecesi önemli etkindir. Birey ulaşılması zor ve yüksek hedefler belirler ise daha çok motive olacak ve başarıya ulaşacaktır. Kolay hedefler motivasyonu düşürecektir (Koçel, 2005).

Sonuç olarak bireyin motive olabilmesi için, kendini zorlayarak sonucun ne olacağını bilmeden hedeflere yönelmesidir. Basit hedeflerle mutlu olmak yerine, zor hedeflere ulaşamasa da yine çabalamak istemesi kişiyi motive eder.

2.2.1.2.4. Kelley’ in nedensellik yükleme affetme kuramı

Nedensellik kuramında, birey çevresinde bulunan insanların davranışlarını sürekli sorgulama eğilimindedir (Baron, 1998). Kişi çevresinde olup bitenlerin nedenini kavramak ister ve bilgi arayışındadır (Onaran, 1981). Nedensellik yükleme ise kişinin kendi davranışı ve başkasının davranışının nedenlerini sorgulayarak anlam çıkarmasıdır. Yani davranışın nasıl açıklandığını ifade eder (George ve Jones, 2002, s. 130). Kelley (1967), insanların çevresinde yaşananların nasıl olduğunu anlamak ve bunu anlamlandırmak istediğini söylemiştir. Bu durum ödüllendirici niteliğindedir. Çünkü nedensel ilişkiler, başarıya ulaşmak için ulaşabilecek hedefler belirlemeye yardım eder (Beck, 2004, s.331).

2.2.2. Başarı motivasyonu

Bireyin, kendini bir işi en iyi yapabilecek seviyede görmesi, her şeyin üstesinden gelebilme becerisine sahip olması ve başkalarından daha iyi düzeyde olduğunu hissetmesi başarı motivasyonu olarak ifade edilir. Atkinson’ a göre “başarılı olma ve başarısızlıktan kaçınma güdüsü”, başarı motivasyonunu etkileyen özelliklerdir. Buna göre başarılı olan birey kendisi ile gurur duymakta, başarısız olan birey ise utanma ve üzüntü duygusunu yaşamaktadır. Başarı motivasyonu içsel bir motivasyondur ancak dış etkenlerden etkilenir. Bu etkenler;

- Hedefin uygunluğu,
- Hedefe ulaşma sebebi,
- Ödül, olarak belirlenmiştir.

Birey, başarıya ulaşmak için uğraşmakta ve ısrarcı olmaktadır (Aydoğdu, 2018, s.656).

2.2.3. Sporda başarı motivasyonu

Sporda başarı motivasyonunu etkileyen birçok etken bulunmaktadır. Antrenman disiplini, uğraştığı sporu severek yapması, çevre desteği, daha önce başarıyı elde etmesi, antrenör tutumu, takım uyumu, başarısızlık karşısında yılmama, aile desteği, arkadaşları arasında sevilmesi, okuldaki akademik başarısı vb. Sporda başarı motivasyonu üç alt boyuttan meydana gelir. Başarıya yaklaşma eğilimi; doyuma ulaştığı şeylere yönelmesidir. Başarısızlıktan kaçma eğilimi, mutsuz olduğu ve doyum yaşamadığı şeyleri yapmak istememesidir. Güç gösterme eğilimi ise, doyuma ulaşana kadar kendini zorlaması ve direnmesi olarak açıklanabilir.



Şekil 5. Sporda başarı motivasyonu alt boyutları

Sporcu motivasyonuna yön veren içsel ve dışsal motivasyondan bahsederiz. İçsel motivasyon, uğraştığı sporu kendi isteyerek yapması ve kazanma duygusu ile doyuma ulaşması sonucu ortaya çıkar. Sporcunun içsel motivasyonu, başarıya yaklaşma güdüsünü etkiler. Bu durumda içsel motivasyonu yüksek olan sporcular, değerlendirilmeye alındıkları ve başarıya ulaşabileceği ortamlarda bulunmak ister. Sporcuların başarı motivasyonlarını arttırmada antrenörlerin tutum ve davranışları önemlidir. Bu nedenle antrenörlerin bazı test ve ölçümler yaparak sporcuya nasıl yaklaşacağını ve yöntem başarısını belirlemesi gerekir. Çünkü sporcunun motivasyonu ile performansı arasında doğru orantılı ilişki vardır (Yiğit, 2019, s.250-251).

Dışsal motivasyonda ise sporcunun kendisi ile ilgili olmayan tamamen çevresel etkenlerden kaynaklanan durumlardan etkilenmesidir. Örneğin; kazanılan maç sonrası kupa almak. Sporcu, başarısız olacağını hissettiği durumda başarısızlıktan kaçma eğilimindedir. Sporcu, mücadele öncesi ya da mücadele sırasında kaybetme korkusu ile düşük motivasyon geliştirir. Buna sebep olan etkenlere, yetersiz antrenman, rakibin güçlü olduğunu hissetme, baskı altında olma vb. olarak örnek verebiliriz.

2.2.4. Sporda başarı motivasyonu ile ilgili çalışmalar

Spora özgü başarı motivasyonu ile ilgili birçok çalışma yapılmıştır. Özgün ve arkadaşları (2017), hentbol branşının başarı motivasyonu ve mutlu olma seviyesine etkisi olup olmadığını bulmak için bir çalışma yapmıştır. Bu çalışmada sporun başarı motivasyonu ve mutlu olma seviyesini arttırdığı sonucuna ulaşmıştır (Özgün ve ark. 2017). Profesyonel basketbolcularda SÖBM düzeyinin cinsiyetler açısından karşılaştırıldığı bir çalışma, İzmir ilinde profesyonel basketbol oynayan kadın ve erkek sporculara uygulanmıştır. Cinsiyetlere göre güç gösterme güdüsü erkek sporcularda daha

yüksek çıkmıştır. Başarıya yaklaşma güdüsü ise kadın sporcularda daha yüksek çıkmıştır. Başarısızlıktan kaçınma güdüsünde cinsiyetler arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır (Aktaş ve ark., 2006).

Genç tenisçilerde SÖBM düzeyinin müsabaka performansı düzeyine etkisini incelemek için 14-18 yaş grubu Antalya ilinde 3 tenis kulübünden sporcular çalışmaya gönüllü olarak katılmıştır. Veriler kadın-erkek ve müsabakada başarılı olma-olmama durumlarına göre değerlendirilmiştir. Cinsiyet açısından anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Güç gösterme güdüsünün genç tenisçilerde müsabaka kazanarak üst sıralara çıkmasında önemli bir etken olduğu belirlenmiştir (Aydoğdu, 2018).

Üstün (2016), amatör sporcularda SÖBM düzeyini yaş ve cinsiyet değişkeni açısından incelemiştir. Bu çalışma yaz spor okulundan 108 sporla uğraşan öğrenci ile yapılmıştır. Sonuç olarak katılımcıların SÖBMÖ' de başarıya ulaşma alt ölçeği en yüksek olarak bulunmuştur. Cinsiyet faktörüne göre başarısızlıktan kaçınma alt boyutunda kadınlarda anlamlı farklılaşma oluşmuştur. Yiğit (2019), yaptığı çalışmada Namık Kemal Üniversitesi' nde öğrenim gören ve müsabakalara katılan 144 öğrenciyi ele almıştır. Sürekli sporla uğraşan öğrencilerin başarı motivasyonunu etkileyen bir durum saptanmamıştır (Yiğit, 2019).

2.3.Voleybol

Voleybol, son dönemlerde rağbet gören bir spor dalı haline gelmiştir. Rakip ile temas etmeden oynanması sebebiyle geniş kitlelere hitap etmektedir. Sosyal boyutuna baktığımızda insanların ilişkilerini güçlendirdiğini görmekteyiz. Ayrıca kişinin karar verme ve uygulama, motivasyonunu yükseltme ve pratiklik kazanma becerisini de geliştirmektedir. Voleybol, temel amacı topun file üzerinden rakip sahaya gönderilmesi ile topun yere düşmesini sağlayarak sayı kazanmayı amaçlayan, üç pas ile sınırlı olan takım sporudur. Oyun karşı sahaya servis atışı ile başlar. Sayı almak için topun karşı saha içinde yere temas etmesi, rakipten gelen topun saha çizgileri dışına çıkması veya rakibin hata yapması gerekir. Voleybol oyununda zaman sınırlaması yoktur (Fröhner, çev. Cengiz, 1999). Sayıyı alan takım servis hakkına da sahip olur. Beş set oynanan oyunun üç setini alan takım maçı kazanır (Kahraman, 2019, s.32).

Bu sporu yapan kişilerin, motor özelliklerinin fazla gelişmiş olması gerekir. Esneklik, çabukluk, hareketli olma, dayanıklılık, sıçrama kuvveti, güç vb. özellikler gerekmektedir. Bunun yanı sıra voleybolun temel hareketleri, kuvvet, hız, zamanlama gibi özelliklerin sporcuya mutlaka kazandırılması gerekir (Böke, 2020, s.131).

Voleybolun hem oyuncu hem de seyirci açısından düşünüldüğünde şiddete eğilimli bir spor olmadığı bilinmektedir. Ebeveynlerin çocuklarını küçük yaşlarda yönlendirebilecekleri ve sağlıklı birey olmalarına yardımcı olacak branşlardan biridir (Bengü, 1987).

2.3.1. Voleybolun tarihsel gelişimi

Voleybol “mintonette” adı ile ilk olarak 1885 yılında William George Morgan tarafından Y.M.C.A. üyeleri olan sporculara yarışma ruhunu aşlamak için oynatılmıştır (Urartu, 2016). 1886 yılında, Prof. Dr. Albert Thompson Halstead bu sporun ismini “Volley-Ball” olarak değiştirme fikrini sunmuştur. 1892 yılında birleştirilerek “Voleybol” şeklinde olmasına karar verilmiştir (Yolaç, 2020). Uzak Doğu Asya Oyunları’nda uluslararası olarak ilk kez oynanmıştır (Morpa, 2005). Oyun kurallarında genel anlamda 1900 yılında değişiklik yapılmıştır. Örneğin önceleri sayıca fazla sporcu ile oynanırken oyuncu sayısı her takım için 6 kişi olarak belirlenmiştir. 1900 yılında blok yapma hakkı sadece önde oynayan sporculara verilmiş olup blok yapma üç pas kuralına dahil edilmemiştir (Aydoğan, 2006).

FIVB, 1897 yılında 14 ülkenin bir araya gelmesi ile Paris’te kurulmuş ve ilk başkanı Paul Libaud olmuştur. 1927’ de Uluslararası Olimpiyat Komitesi kararı ile olimpiyat oyunlarına dahil edilmiştir. 1964 Tokyo Olimpiyatları’nda yarışmaları düzenlenmiştir (IOC).

Y.M.C.A.’nın müdürü olan Amerikan Dr. Deaver 1915-1925 yılları arasında İstanbul’a geldiği zamanda bu sporu öğretmeye başlamış. Bu sporu izleyen ve ilgisini çeken Selim Sırrı Tarcan, voleybolu kendi öğrencilerine öğretmiş ve öğrenciler de zamanla yaygınlaşmasını sağlamışlardır. 1922 yılında Mısır’ın Türk voleybolcularına müsabakaya çağırması, ülkemizin uluslararası alanda tanınmaya başladığını göstermiştir. 1923 yılında İstanbul’da Türkiye-Yugoslavya maçı oynanmıştır. 1926 yılında Dünya Şampiyonası’na ülkemiz milli takım olarak girmiştir (Erhan, 1995).

Türkiye’de voleybol federasyonu voleybol-eltopu adıyla 1928 yılında kurulmuştur. Ülkemiz, merkezi Ankara’da olan FIVB, CEV ve BVA kuruluşlarının resmi üyesidir (TVF).

2.3.2. Voleybol oynayan sporcuların kişisel ve psikolojik özellikleri

Bir sporcunun voleybolda profesyonel olabilmesi için bazı kişilik ve psikolojik özelliklere sahip olması gerekir. Takım sporu olduğu için birlikte hareket etme ve

sorumluluk alma bilinci oluşması gerekir. Bireyde planlı, programlı olma ve disiplinli yaşama algısı oluşturur. Bir gruba ait olma özelliği ile kişinin özgüvenini artırır (Dalkıran, 2014). Voleybol oynayan sporcuların daha sakin ve içedönük oldukları yapılan çalışmalarla ortaya koyulmuştur (Hasıl ve Erden, 1992).

Psikolojik olarak dikkatini toplama, kontrolünü sağlama, başarıya odaklanma ve kendini oyuna verme becerisini geliştirir (Sevim, 2002). Zaman ve uzay algısı, topu hissetme, hafıza, algı, dikkat, ayırım yeteneği, hareket bilinci voleybolcularda görülebilen özelliklerdendir. Bunların yanı sıra maç esnasında durumu muhakeme yeteneği, stresle başa çıkma, çabuk toparlanma ve her düzeydeki maça hazır olma becerileri önem taşır (Kavas, 2018, s.29).

3. MATERYAL VE YÖNTEM

Bu bölümde araştırma modeli, çalışma grubuna uygulanan antrenman planı, veri toplamada kullanılan araçlar ve verilerin analiz edilmesi hakkında açıklamalara yer verilmiştir.

3.1. Araştırmanın Modeli

Çalışmanın amacı, Gaziantep Sema Ahmet Danış Ortaokulu öğrencilerinde düzenli olarak voleybol eğitimi alan 10-12 yaş grubu öğrencilerin benlik saygısı ve spora özgü başarı motivasyonuna etkisinin incelenmesidir. Deney grubuna 8 hafta ve iki (2) gün 80 dakika antrenman yaptırılmıştır. Voleybolda pas çeşitleri, hücum ve file önü savunma çalışması yaptırılmış ve son hafta grup içi turnuva ile antrenman bitirilmiştir. Kontrol grubu öğrencileri ise sadece normal derslerine girmiştir. Antrenmanlara öğrencilerin eksiksiz katıldığı görülmüştür. Herhangi bir aksi durum ile karşılaşılmamıştır. Araştırma yöntemi olarak nicel tarama modelinde zayıf deneysel desen kullanılarak iki grup ön test ve son test verileri değerlendirilmiştir. Analiz sonucunda tablolar oluşturulmuş ve yorumlaması yapılmıştır.

3.2. Evren ve Örneklem

Bu çalışmanın evreni Gaziantep Sema Ahmet Danış Ortaokulu öğrencileri ve örneklem grubu ise deney (67) ve kontrol (65) grubu için gönüllü seçilmiş toplam 132 katılımcıdan oluşturulmuştur. Cinsiyet farkı olmadan bayan ve erkek öğrenciler hep birlikte çalışma yapmışlardır.

3.2.1. Deney grubuna uygulanan antrenman planı

Deney grubumuz için voleybol eğitimi antrenman programı araştırmamıza uygun olarak hazırlanmıştır. Planlama yapılırken öğrencilerin seviyesi, çalışma yapılacak ortam vb. durumlar dikkate alınmıştır. Voleybolda temel duruş pozisyonu, pas teknikleri, hücum ve savunma dirilleri, servis atma ve servis karşılama eğitimi yapılmıştır. Öğrencilerin vuruş teknikleri kontrol edilmiş, yaptıkları yanlış vuruşlar düzeltilerek geri dönüt sağlanmıştır. Çalışmalarda öğrencilerin voleybolu sıkılmadan öğrenmeleri için eğitsel oyun ağırlıklı dirillere yer verilmiştir. Antrenman 8 hafta boyunca belirlenen gün ve saatlerde yapılmıştır. Son olarak takımlar arası müsabakalar yapılmıştır. Müsabaka sonrası kazanan takıma ödül verilmiştir.

UYGULAMA ZAMANI	ÇALIŞMALAR	UYGULAMANIN İÇERİĞİ
1. HAFTA	Voleybol sporu ile ilgili genel bilgiler ve branşa özgü oyunlar	-10 dk. Isınma çalışması -Voleybolun nasıl geliştiği ve oyun kuralları hakkında bilgi verilir -Top atma, tutma ve topun geldiği yöne doğru yönelme çalışmaları yapar. -Voleybola uygun eğitsel oyun oynanır
2. HAFTA	Parmak Pas ve Pas Kontrolü	-10 dk. Isınma çalışması -Parmak pas tekniği pozisyon çalışmaları ve topu yakalama, parmak pas ile geri gönderme -Parmak pasa uygun eğitsel oyun
3. HAFTA	Manşet Pas ve Pas Kontrolü	-10 dk. Isınma çalışması -Manşet pas tekniği pozisyon çalışmaları -topu yakalama, parmak pas ile geri gönderme çalışması -Manşet pasa uygun eğitsel oyun
4. HAFTA	Servis Çalışması	-10 dk. Isınma çalışması -Alttan servis atma tekniği -Voleybola uygun eğitsel oyun
5. HAFTA	Servis Atma ve Karşılama	-10 dk. Isınma çalışması -Servis atma çalışması -karşıdan gelen servisi kurallarına uyarak karşılar.
6. HAFTA	Hücum Çalışmaları	-10 dk. Isınma çalışması -Atılan servisi karşılayarak takım arkadaşlarına pas olarak gönderir -Eğitsel oyun
7. HAFTA	Savunma Çalışmaları	-10 dk. Isınma çalışması -Rakip sahadan gelen topları bekler ve kurallarına uygun olarak karşıya gönderir -Eğitsel oyun
8. HAFTA	Gruplar arası müsabaka uygulaması ve törende ödül verilmesi	-Voleybol turnuvası (Maçlar 3 set üzerinden 15' er sayı olarak oynanır) -Puan usulü dereceler belirlenir -Dereceye giren takıma ödül töreni düzenlenir

3.3. Veri toplama araçları

3.3.1. Bilgi formu

Kullanılan bilgi formunda 10-12 yaş grubu öğrencilere yaş, cinsiyet, aile gelir durumu, anne eğitim durumu, baba eğitim durumu, ailede spor yapan olup olmadığı, kardeş sayısı ve daha önce spor yapıp yapmama soruları sorulmuştur.

3.3.2. Coopersmith' in benlik saygısı ölçeği

Bu ölçek Coopersmith tarafından geliştirilmiştir. Aksoy (1992) ve Pişkin (1996) tarafından Türkçe' ye uyarlanan ölçek, benlik saygısını ölçmektedir (akt. Çalım, 2019 ve Ustalar, 2019). “Evet” ya da “hayır” şeklinde işaretlenen ifadelerden oluşan 25 maddelik bir ölçektir. Bu maddeler ile bireyin dayanma gücü, sosyal ilişkileri, hayata bakış açısı ve aile ilişkileri değerlendirilmektedir.

Ölçekten elde edilen toplam “ham puan” olarak değerlendirilir. Bu sayı 4 ile çarpılarak kişinin aldığı “gerçek puan” elde edilir. Kişinin;

- 10-30 arasındaki gerçek puanı, düşük benlik saygısı
- 31-70 arasındaki gerçek puanı, orta benlik saygısı
- 71-100 arasındaki gerçek puanı ise yüksek benlik saygısı olarak belirlenmiştir.

Ölçeğin birer yıl arayla yapılan iki farklı uyarlamasında test güvenirliliği 0,65 ve 0,76 olarak, iç tutarlılık katsayısı 0,77 olarak belirlenmiştir. Ölçekten alınan sonucun yüksek çıkması kişinin benlik saygısının yüksek olduğunu göstermektedir (Yavuzer ve diğerleri, 2017, s.163).

3.3.3. Spora özgü başarı motivasyonu ölçeği

Willis tarafından geliştirilen ölçeğin, başarıya yönelik güdü ve güç gösterme güdüsü olarak iki alt dalı vardır. Başarıya yönelik güdüler, başarıya yaklaşma ve başarısızlıktan kaçma güdüsüdür. Ancak, çalışmamızda bu testi kullanırken alt boyutlarını ele almadan bütün olarak değerlendirme yapılacaktır.

Bu test, bireyin sporculukla ilgili bireysel nedenlerini ölçmektedir. 50 voleybol kadın sporcu ile yapılan çalışma sonucunda geçerlilik ve güvenirlilik katsayıları hesaplanmıştır. Ölçekte,

- Güç Gösterme Güdüsü (GGG) 12 madde,
- Başarılı Yaklaşma Güdüsü (BOG) 17 madde,

- Başarısızlıktan Kaçınma Güdüsü (BKG) 11 madde olmak üzere toplam 40 madde bulunmaktadır.

1997 yılında Tiryaki ve Gödelek tarafından Türkçe' ye uyarlanan SÖBMÖ analiz sonucunda;

- GGG alfa güvenirlik katsayısı $r:0.81$,
- BYG alfa güvenirlik katsayısı $r:0.82$
- BKG alfa güvenirlik katsayısı $r:0.80$ şeklinde bulunmuştur.

Ölçeğe verilecek cevaplar “hiçbir zaman”, “çok az”, “bazen”, “oldukça fazla” ve “her zaman” şeklinde beş şıktan oluşmaktadır (Tiryaki, 1997). Spora özgü başarı motivasyonu ölçeğinden elde edilen veriler sonucu elde edilen sonuçlar bütün olarak değerlendirmeye alınacaktır.

3.4. Verilerin Analizi

Araştırmanın istatistiksel analizleri JASP (A Fresh Way to Do Statistics) 0.9.2.0. programı ile yapılmıştır. Araştırma sorularının güvenirlik analizleri, normal dağılım ve homojen dağılım analizleri yapılarak her bir sorudan elde edilen ortalama puanlara göre çözümlemeler yapılmıştır. Benlik saygısı ölçeğinde ölçek yönergesine göre toplam ve ortalama puanlar 4 ile çarpılarak istatistiksel işlemler yapılmıştır. İstatistiksel yöntemde frekans (N), yüzde (%) ortalama ($\bar{X}$) ile T-test (Student ile Paired Samples T-Test analizleri) ve Tek Yönlü Varyans (ANOVA) analizi uygulanmıştır. Sonuçların değerlendirilmesi istatistiksel anlamlılık Cronbach' s Alfa $p<0,05$ olarak belirlenmiştir.

Tablo 3.1. Benlik saygısı ölçeği güvenirlik düzeyi analiz sonuçları

Ölçek Adı	Gruplar	Testler	Cronbach' s Alfa	Madde Sayısı
Benlik Saygısı	Deney Grubu	Ön Test	0.83	25
		Son Test	0,76	
	Kontrol Grubu	Ön Test	0,73	
		Son Test	0,77	

Yapılan araştırmada güvenirlik düzeyi Cronbach' s alfa katsayısı benlik saygısı için deney (ön test α : 0,83; son test α :0,76), kontrol (ön test α : 0,73; son test α :0,77) gruplarında ölçüm araçlarının güvenilir olduğu anlaşılmıştır.

Tablo 3.2. Spora özgü başarı motivasyonu ölçeği güvenirlik düzeyi analiz sonuçları

Ölçek Adı	Gruplar	Testler	Cronbach' s Alfa	Madde Sayısı
Spora Özgü Başarı Motivasyonu	Deney Grubu	Ön Test	0,90	40
		Son Test	0,76	
	Kontrol Grubu	Ön Test	0,80	
		Son Test	0,79	

Spora özgü başarı motivasyonu için deney (ön test α : 0,90; son test α :0,76), kontrol (ön test α :0,80; son test α :0,79) gruplarında ölçüm araçlarının güvenilir olduğu anlaşılmıştır. Güvenirlik katsayısı, 0 ile 1 arasında değerler alır ve bu değerler 1'e yaklaştıkça güvenirlik artar (Ural ve Kılıç, 2005).

Tablo 3.3. Normallik testi

Ölçek Adı	Gruplar	Skevness (Çarpıklık)	Kurtosis (Basıklık)
Benlik Saygısı	Deney Grubu	-0,09	-1,03
	Kontrol Grubu	-0,12	-0,45
Spora Özgü Başarı Motivasyonu	Deney Grubu	-0,47	-0,71
	Kontrol Grubu	- 0,08	-0,64

Normallik testi sonucuna göre, çarpıklık basıklık değerleri analiz edilerek benlik saygısı deney grubu (Skevness - 0,09, Kurtosis - 1,03); kontrol grubu (Skevness -0,12, Kurtosis - 0,45) olduğu tespit edilmiştir.

Spora özgü başarı motivasyonu deney grubu (Skevness -0,47, Kurtosis - 0,71) kontrol grubu (Skevness - 0,08, Kurtosis - 0,64) olduğu tespit edilmiştir. Veri setindeki değerler - 1,5 ve + 1,5 arasında olması normal dağılım (Tabachnick ve Fidell, 2013) göstermesi nedeniyle istatistiksel analizlerde parametrik yöntem uygulanmıştır.

4. ARAŞTIRMA BULGULARI VE TARTIŞMA

4.1. Araştırma Bulguları

Bu bölümde yapılan çalışmada demografik dağılımlar ve uygulanan test sonuçları ayrı ayrı incelenmiştir.

Tablo 4.1. Grupların cinsiyete göre sayı ve yüzdelik dağılımı

Cinsiyet	Deney Grubu		Kontrol Grubu	
	f	%	f	%
Kadın	38	57	28	37
Erkek	29	43	37	63

Tablo 4.1.' de gruptaki öğrenci sayısının, cinsiyet değişkenine göre deney grubunda kadın 38 kişi (% 57) ve erkek 29 kişi (% 43) olduğu görülmüştür. Kontrol grubunda ise kadın öğrenci 28 kişi (% 37) ve erkek öğrenci 37 kişi (% 63) olduğu anlaşılmıştır.

Tablo 4.2. Grupların benlik saygısı düzeylerinin cinsiyet değişkenine göre ilişkili T-test sonuçları

Gruplar	Testler	Değişkenler	n	Ortalama(x)	Standart Sapma	Df	T	p
Deney Grubu	Ön	Kadın	38	2.04	0.72	65	-3.88	0.001*
	Test	Erkek	29	2.75	0.77			
	Son	Kadın	38	2.37	0.66		-2.60	0.01*
	Test	Erkek	29	2.80	0.68			
Kontrol Grubu	Ön	Kadın	28	2.08	0.69	63	-1.07	0.29
	Test	Erkek	37	2.27	0.70			
	Son	Kadın	28	2.03	0.78		-0.62	0.54
	Test	Erkek	37	2.14	0.68			

*P<0.05 anlamlı

Tablo 4.2.' de katılımcıların cinsiyet değişkenine göre benlik saygısı açısından; deney grubu ön test ve son test arasında istatistiksel olarak anlamlı fark oluşmuştur ($t = -3.88$, $p < 0.05$). Erkeklerin benlik saygısının, kadınların benlik saygısına göre daha yüksek olduğu anlaşılmaktadır. Kontrol grubu ön test ve son test arasında cinsiyet değişkeni açısından anlamlı bir fark görülmemiştir (Ön test $t = -1.07$, $p > 0.05$, son test $t = -0.62$, $p > 0.05$).

Tablo 4.3. Grupların spora özgü başarı motivasyonu düzeylerinin cinsiyet değişkenine göre ilişkili T-test sonuçları

Gruplar	Testler	Değişkenler	n	Ortalama	Standart Sapma	Df	T	p
Deney Grubu	Ön Test	Kadın	38	2.96	0.58	65	-1.01	0.32
		Erkek	29	3.10	0.60			
	Son Test	Kadın	38	3.37	0.44		0.23	0.82
		Erkek	29	3.35	0.35			
Kontrol Grubu	Ön Test	Kadın	28	3.18	0.48	63	0.81	0.42
		Erkek	37	3.08	0.44			
	Son Test	Kadın	28	3.02	0.46		-0.50	0.62
		Erkek	37	3.07	0.44			

Tablo 4.3.'te katılımcıların cinsiyet değişkenine göre spora özgü başarı motivasyonları açısından deney grubu testlerinde istatistiksel anlamda fark oluşmadığı görülmüştür (deney grubu ön test $t=-1.01$, $p>0,05$, son test $t=0.23$, $p>0,05$).

Kontrol grubu spora özgü başarı motivasyonu testlerinde de istatistiksel anlamda fark oluşmadığı görülmüştür (kontrol grubu ön test $t=0.81$, $p>0,05$, son test $t=-0.50$, $p>0,05$).

Tablo 4.4. Grupların kardeş sayısına göre sayı ve yüzdelik dağılımı

Kardeş Sayısı	Deney Grubu		Kontrol Grubu	
	f	%	f	%
1-3 Kardeş	51	75	48	74
4 ve Üstü Kardeş	16	25	17	26

Tablo 4.4.'te öğrencilerin kardeş sayıları dağılımına göre, deney grubunda 1-3 kardeş sayısına sahip olanlar 51 kişi (% 76), 4 ve üstü kardeş sayısına sahip olanlar 16 kişi (% 22) olarak belirtilmiştir.

Kontrol grubunda ise 1-3 arası kardeşi olanlar 48 kişi (% 74), 4 ve üzeri kardeş sayısına sahip olanlar 17 kişi (% 26) olarak belirlenmiştir.

Tablo 4.5. Grupların benlik saygısı düzeylerinin kardeş sayısı değişkenine göre ilişkili T-test sonuçları

Gruplar	Testler	Kardeş Sayısı	n	Ortalama	Standart Sapma	Df	T	p
Deney Grubu	Ön Test	1-3	51	2.3	0.84	65	-0.31	0.76
		4 ve Üstü	16	2.40	0.76			
	Son Test	1-3	51	2.52	0.73		-0.76	0.45
		4 ve Üstü	16	2.67	0.59			
Kontrol Grubu	Ön Test	1-3	48	2.24	0.71	63	1.05	0.30
		4 ve Üstü	17	2.03	0.65			
	Son Test	1-3	48	2.07	0.71		-0.35	0.72
		4 ve Üstü	17	2.15	0.77			

Tablo 4.5.' te katılımcıların kardeş sayısı değişkenine göre benlik saygısı açısından istatistiksel anlamda fark oluşmadığı görülmüştür (deney grubu ön test $t=-0.3$, $p>0,05$, son test $t=-0.76$, $p>0,05$), (kontrol grubu ön test $t=1.05$, $p>0,05$), son test $t=-0.35$, $p>0,05$).

Tablo 4.6. Grupların spora özgü başarı motivasyonu düzeylerinin kardeş sayısı değişkenine göre ilişkili T-testi sonuçları

Gruplar	Testler	Kardeş Sayısı	n	Ortalama	Standart Sapma	Df	T	p
Deney Grubu	Ön Test	1-3	51	3.03	0.60	65	0.20	0.84
		4 ve Üstü	16	3.00	0.54			
	Son Test	1-3	51	3.36	0.38		-0.19	0.85
		4 ve Üstü	16	3.38	0.47			
Kontrol Grubu	Ön Test	1-3	48	3.20	0.46	63	2.31	0.02*
		4 ve Üstü	17	2.91	0.38			
	Son Test	1-3	48	3.20	0.47		2.14	0.04*
		4 ve Üstü	17	2.85	0.30			

* $P<0.05$ anlamlı

Tablo 4.6.' da kardeş sayısı değişkenine göre deney grubunda spora özgü başarı motivasyonu açısından istatistiksel anlamda fark oluşmadığı görülmüştür (deney grubu ön test $t=0.20$, $p>0.05$, son test $t=-0.19$, $p>0.05$).

Kontrol grubu ön test ile son test verileri arasında ise istatistiksel anlamda farklılaşma olduğu görülmüştür ($t=2.31$, $p<0,05$, $t=2.14$, $p<0.05$). Kontrol grubunda spora özgü başarı motivasyonlarının 1-3 arası kardeş sayısına sahip olan öğrencilerin, 4 ve üzeri kardeş sayısına sahip olanlara göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Tablo 4.7. Grupların aile spor yapma durumuna göre sayı ve yüzdelik dağılımı

Ailede spor yapan var mı?	Deney Grubu		Kontrol Grubu	
	f	%	f	%
Evet	45	67	17	26
Hayır	22	33	48	74

Tablo 4.7.' de öğrencilerin ailelerinde spor yapma durumuna göre; deney grubunda evet diyenler 45 (% 67), hayır diyenler 22 kişi (% 33) olarak belirtilmiştir. Kontrol grubunda ise ailede spor yapma durumuna evet diyenler 17 kişi (% 26) ve hayır diyenler 48 kişi (% 74) kişi olarak belirlenmiştir.

Tablo 4.8. Grupların aile spor yapma durumu değişkenine göre benlik saygısı ilişkili T-test sonuçları

Gruplar	Testler	Spor Yapan Var mı?	n	Ortalama	Standart Sapma	Df	T	p
Deney Grubu	Ön Test	Evet	45	2.41	0.83	65	0.99	0.33
		Hayır	22	2.20	0.78			
	Son Test	Evet	45	2.67	0.67		1.98	0.05
		Hayır	22	2.32	0.71			
Kontrol Grubu	Ön Test	Evet	17	2.06	0.67	63	-0.86	0.40
		Hayır	48	2.23	0.71			
	Son Test	Evet	17	1.20	0.86		-0.64	0.52
		Hayır	48	2.13	0.67			

Tablo 4.8.'de katılımcıların ailelerinde spor yapma durumu benlik saygısı açısından incelenmiştir.

Buna göre benlik saygısında; deney grubu ön test ve son test verilerine göre anlamlı farklılık oluşmamıştır (ön test $t=0.99$, $p>0.05$, son test $t=1.98$, $p>0.05$).

Katılımcıların ailesinde spor yapma durumuna göre benlik saygısı açısından, kontrol grubu ön test ve son test verilerine göre anlamlı farklılık oluşmamıştır (ön test $t=-0.86$, $p>0.05$, son test $t=-0.64$, $p>0.05$).

Tablo 4.9. Grupların aile spor yapma durumu değişkenine göre spora özgü başarı motivasyonu ilişkili T-test sonuçları

Gruplar	Testler	Spor Yapan Var mı?	n	Ortalama	Standart Sapma	Df	T	p
Deney Grubu	Ön Test	Evet	45	3.04	0.63	65	0.33	0.74
		Hayır	22	2.99	0.48			
	Son Test	Evet	45	3.38	0.40		0.37	0.71
		Hayır	22	3.34	0.40			
Kontrol Grubu	Ön Test	Evet	17	3.16	0.46	63	0.33	0.74
		Hayır	48	3.11	0.46			
	Son Test	Evet	17	2.91	0.52		-1.45	0.15
		Hayır	48	3.01	0.42			

Tablo 4.9.' da aile spor yapma durumu değişkenine göre spora özgü başarı motivasyonu incelenmiştir.

Deney grubunda spora özgü başarı motivasyonu açısından istatistiksel anlamda fark oluşmadığı görülmüştür (deney grubu ön test $t=0.33$, $p>0,05$, son test $t=0.37$, $p>0,05$).

Kontrol grubunda ailede spor yapma durumuna göre spora özgü başarı motivasyonu açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık oluşmamıştır (ön test $t=0.33$, $p>0,05$, son test $t=-1.45$, $p>0,05$).

Tablo 4.10. Grupların öğrencilerin spor yapma durumuna göre sayı ve yüzdelik dağılımı

Daha önce spor yaptınız mı?	Deney Grubu		Kontrol Grubu	
	f	%	f	%
Evet	42	63	29	45
Hayır	25	37	36	55

Tablo 4.10.' da öğrencinin spor yapma durumuna; deney grubunda evet diyenler 42 (% 63), hayır diyenler 25 kişi (% 38) olarak belirlenmiştir. Kontrol grubunda spor yapma durumuna; evet spor yaptım diyenler 29 kişi (% 45) ve hayır spor yapmadım diyenler 36 kişi (% 55) olarak tespit edilmiştir.

Tablo 4.11. Grupların, öğrencilerin spor yapma durumuna göre benlik saygısı ilişkili T-test sonuçları

Gruplar	Testler	Spor yapıyor mu?	n	Ortalama	Standart Sapma	Df	T	p
Deney Grubu	Ön Test	Evet	42	2.39	0.88	65	0.61	0.54
		Hayır	25	2.27	0.71			
	Son Test	Evet	42	2.53	0.76		-0.33	0.74
		Hayır	25	2.59	0.59			
Kontrol Grubu	Ön Test	Evet	29	2.21	0.74	63	0.27	0.79
		Hayır	36	2.16	0.67			
	Son Test	Evet	29	2.07	0.84		-0.18	0.86
		Hayır	36	2.11	0.62			

Tablo 4.11.' de öğrencilerin spor yapma durumlarına göre benlik saygısı açısından deney grubu testleri sonuçlarına göre anlamlı farklılık yoktur, ön test $t=0.61$, $p>0.05$, son test $t=-0.33$, $p>0.05$. Kontrol grubu spor yapma durumunda benlik saygısı açısından anlamlı farklılık oluşmamıştır (ön test $t=0.27$, $p>0.05$, son test $t=-0.18$, $p>0.05$).

Tablo 4.12. Grupların, öğrencilerin spor yapma durumuna göre spora özgü başarı motivasyonu ilişkili T-test sonuçları

Gruplar	Testler	Spor Yapma Durumu	n	Ortalama	Standart Sapma	Df	T	p
Deney Grubu	Ön Test	Evet	42	3.11	0.53	65	1.57	0.12
		Hayır	25	2.88	0.65			
	Son Test	Evet	42	3.43	0.39		1.92	0.06
		Hayır	25	3.25	0.40			
Kontrol Grubu	Ön Test	Evet	29	3.09	0.42		-0.56	0.58
		Hayır	36	3.15	0.49			
	Son Test	Evet	29	3.05	0.48	63	0.002	0.10
		Hayır	36	3.05	0.43			

Tablo 4.12.' de öğrencilerin spor yapma durumlarına göre spora özgü başarı motivasyonu açısından deney grubuna uygulanan testler arasında anlamlı farklılık bulunamamıştır (ön

test $t=1.57$, $p>0,05$, son test $t=1.92$, $p>0,05$). Öğrencilerin spor yapma durumlarında spora özgü başarı motivasyonu açısından istatistiksel olarak fark oluşmadığı görülmüştür (ön test $t=-0.56$, $p>0.05$, son test $t=0.002$, $p>0,05$).

Tablo 4.13. Grupların benlik saygısı açısından deney ve kontrol grubu ilişkili T-test analiz sonuçları

Gruplar	Testler	n	Ortalama(x)	Standart Sapma	Df	T	p
Deney Grubu	Ön Test	67	2.35	0.82	66	-2.14	0.04*
	Son Test		2.56	0.70			
Kontrol Grubu	Ön Test	65	2.19	0.70	64	0.98	0.33
	Son Test		2.09	0.72			

* $P<0.05$ anlamlı

Tablo 4.13.' te grupların benlik saygısı açısından, deney ve kontrol grupları ön test ve son test karşılaştırmaları yapılmıştır. Deney grubu ön test ile son test verilerine baktığımızda, bu veriler arasında istatistiksel anlamda fark olduğu görülmektedir ($t=-2.14$, $p<0,05$). Deney grubuna uygulanan son test ($x=2.56$) sonucunun, ön test ($x=2.35$) ortalamalarına göre yüksek olduğu benlik saygılarının geliştiği anlamına gelmektedir. Kontrol grubunda ise ön test ve son test arasında fark olmadığı görülmüştür ($t=0,98$, $p>0,05$).

Tablo 4.14. Grupların spora özgü başarı motivasyonu açısından ilişkili T-test analiz sonuçları

Gruplar	Testler	n	Ortalama(x)	Standart Sapma	Df	T	p
Deney Grubu	Ön Test	67	3.02	0.58	66	-5.31	0.001*
	Son Test		3.36	0.40			
Kontrol Grubu	Ön Test	65	3.12	0.46	64	1.40	0.17
	Son Test		3.05	0.45			

* $P<0.05$ anlamlı

Tablo 4.14.' te grupların spora özgü başarı motivasyonu açısından, deney ve kontrol grupları ön test ve son test karşılaştırmaları yapılmıştır. Deney grubu ön test ile son test anlamlı fark olduğu görülmüştür ($t=-5.31$, $p<0.05$). Aynı şekilde spor yapanların son test ortalama puanlarının($x=3.36$), ön test ortalama puanından ($x=3.02$) yüksek olduğu ve

spora özgü başarı motivasyonları açısından daha fazla geliştiği anlaşılmıştır. Kontrol grubunda ise ön test ve son test arasında istatistiksel anlamda farklılaşma olmadığı anlaşılmıştır ($t=1.40$, $p>0.05$).

Tablo 4.15. Grupta öğrencilerin yaşına göre sayı ve yüzdelik dağılımı

Yaş	Deney Grubu		Kontrol Grubu	
	f	%	f	%
10 yaş	24	36	24	37
11 yaş	24	36	33	51
12 yaş	19	28	8	12

Yaş değişkenine göre deney grubunda 10 yaşında olan öğrenci sayısı 24 kişi (% 36), 11 yaşında olan 24 kişi (% 36), 12 yaşında olan 19 kişi (% 28) bulunmaktadır. Kontrol grubunda ise; 10 yaşında olan öğrenci sayısı 24 kişi (% 37), 11 yaşında 33 kişi (% 51), 12 yaşında 8 kişi (% 12) olduğu görülmüştür.

Tablo 4.16. Grupların yaş değişkenine göre benlik saygısı anova ilişkili faktöriyel tasarım sonuçları

Gruplar	Test	Yaş	N	Ortalama	Kareler Toplamı	df	Ortalama Kare	F	p	p _{tuky}
Deney Grubu	Ön Test	10 yaş	24	2.52	8.39	2	4.19	7.5	0.001 *	1>3 2>3
		11 yaş	24	2.61						
		12 yaş	19	1.79						
	Son Test	10 yaş	24	2.49	0.10		0.48	1	0.37	
		11 yaş	24	2.47						
		12 yaş	19	2.75						
Kontrol Grubu	Ön Test	10 yaş	24	2.15	0.96		0.49	0.1	0.38	1>3 2>3
		11 yaş	33	2.28						
		12 yaş	8	1.90						
	Son Test	10 yaş	24	2.27	1.78		0.9	1.76	0.18	2>3
		11 yaş	33	2.05						
		12 yaş	8	1.74						

* $p<0.05$ anlamlı

Tablo 4.16.' da katılımcıların benlik saygısı açısından yaş grupları değişkenine göre; deney grubu benlik saygısı ön test yaş grupları arasında istatistiksel anlamlı fark

oluşturmuştur ($F=7.51$, $p<0,05$). Buna göre; 10 yaş ($x=2.53$) ve 11 yaş ($x= 2.61$) öğrenci gruplarının 12 yaş ($x=1.79$) spor yapan öğrencilere göre benlik saygılarının daha yüksek olduğu anlaşılmıştır. Deney grubu benlik saygısı son teste yaş grupları arasında ise anlamlı fark bulunmadığı görülmüştür ($F=1.001$, $p>0.05$). Kontrol grubu benlik saygısı test sonuçlarında anlamlı bir fark bulunmamıştır (ön test $F=0.99$, $p<0.05$, son test $F=1.76$, $p>0.05$).

Tablo 4.17. Grupların yaş değişkenine göre spora özgü başarı motivasyonu anova ilişkili faktöriyel tasarım sonuçları

Gruplar	Testler	Yaş	N	Ortalama	Kareler Toplamı	df	Ortalama Kare	F	p	P _{Tukey}
Deney Grubu	Ön	10 yaş	24	3.34	12.13	2	6.06	37.5	0.001 *	1>3 2>3
		11 yaş	24	3.24						
		12 yaş	19	2.35						
	Son	10 yaş	24	3.38	1.84	2	0.92	6.90	0.002 *	
		11 yaş	24	3.54						
		12 yaş	19	3.12						
Kontrol Grubu	Ön	10 yaş	24	3.08	0.52	2	0.26	1.27	0.29	1>3 2>3
		11 yaş	33	3.01						
		12 yaş	8	3.36						
	Son	10 yaş	24	3.00	0.22	2	0.11	0.54	0.58	2>3
		11 yaş	33	3.05						
		12 yaş	8	3.19						

* $P<0.05$ anlamlı

Tablo 4.17.' de katılımcıların spora özgü başarı motivasyonu açısından yaş grupları değişkenine göre deney grubu ve kontrol grubu ön test ve son test analizi yapılmıştır. Analizlerde istatistiksel anlamda fark durumları post-hac- P_{Tukey} testleri ile analiz edilmiştir.

Deney grubu spora özgü başarı motivasyonu ön test yaş gruplarında istatistiksel anlamlı fark olduğu görülmüştür ($F=37.5$, $p<0,05$). Bu farklılığın 10 yaş ($x=3.34$) ve 11 yaş ($x= 3.24$) grubundan kaynakladığı, 12 yaş ($x=2.35$) grubu öğrencilere göre 10 ve 11 yaş gruplarının spora özgü başarı motivasyonlarının daha fazla olduğu tespit edilmiştir.

Deney grubu spora özgü başarı motivasyonu son test yaş grupları arasında istatistiksel farklılaşma olduğu görülmüştür ($F=6.90$, $p<0.05$). Bu farklılığın 10 yaş ($x=3.38$) ve 11

yaş ($x=3.54$) öğrencilerden kaynaklandığı ve 12 yaş ($x=3.12$) öğrencilere göre 10 ve 11 yaş öğrencilerin spora özgü başarı motivasyonlarının daha fazla olduğu anlaşılmıştır. Kontrol grubu spora özgü başarı motivasyonu açısından istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır (ön test $F=0.99$, $p>0.05$, son test $F=1.76$, $p>0.05$).

Tablo 4.18. Grupların aile aylık gelir düzeyine göre sayı ve yüzdelik dağılımı

Aile Aylık Gelir Düzeyi	Deney Grubu		Kontrol Grubu	
	f	%	f	%
5000-7000 TL	3	4	9	14
7001-10000 TL	14	21	13	20
10001-15000 TL	10	15	14	22
15001 TL ve üstü	40	60	29	44

Gruplara ait aile aylık gelir düzeyine göre, deney grubu ve kontrol grubunda bulunan öğrencilerin aile aylık geliri ve yüzdelik dağılımı tablo 4.18’ de görülmektedir.

Tablo 4.19. Grupların aile aylık gelir düzeyine göre benlik saygısı anova ilişkili faktöriyel tasarım sonuçları

Grup	Testler	Aile Gelir Düzeyi	N	Ortalama(x)	Kareler Toplam	df	Ort. Kare	F	p
Deney Grubu	Ön Test	5000-7000 TL	3	2.99	1.78	3	0.60	0.89	0.45
		7001-10000 TL	14	2.45					
		10001-15000 TL	10	2.40					
		15001 TL ve Üstü	40	2.25					
	Son Test	5000-7000 TL	3	2.61	0.20		0.07	0.14	0.94
		7001-10000 TL	14	2.51					
		10001-15000 TL	10	2.45					
		15001 TL ve Üstü	40	2.59					
Kontrol Grubu	Ön Test	5000-7000 TL	9	2.33	0.27		0.09	0.18	0.91
		7001-10000 TL	13	2.15					
		10001-15000 TL	14	2.11					
		15001 TL ve Üstü	29	2.19					
	Son Test	5000-7000 TL	9	1.97	3.81		1.27	2.64	0.06
		7001-10000 TL	13	1.90					
		10001-15000 TL	14	2.55					
		15001 TL ve Üstü	29	2.00					

Tablo 4.19.’da katılımcıların aile aylık gelir düzeyleri, deney grubu ve kontrol grubu ön test ve son test grup içi benlik saygısı bakımından karşılaştırılmıştır. Deney grubu benlik

saygısı test verilerine göre, aile aylık gelir düzeyleri arasında anlamlı fark olmadığı anlaşılmıştır (ön test $F=0.89$ $p>0.05$, son test $F=0.14$, $p>0.05$).

Kontrol grubunda benlik saygısı test sonuçlarına göre, aile aylık gelir düzeyleri açısından istatistiksel olarak farklılık yoktur (ön test $F=0.18$, $p>0.05$, son test $F=2.64$, $p>0.05$).

Tablo 4.20. Grupların aile aylık gelir düzeyine göre spora özgü başarı motivasyonu anova ilişkili faktöriyel tasarım sonuçları

Grup	Test	Aile Gelir Düzeyi	N	Ort.	Kareler Toplamı	df	Ort. Kare	F	p
Deney Grubu	Ön Test	5000-7000 TL	3	3.56	0.91	3	0.30	0.89	0.45
		7001-10000 TL	14	3.01					
		10001-15000 TL	10	2.99					
		15001 TL ve Üstü	40	2.99					
		5000-7000 TL	3	3.29					
	Son Test	7001-10000 TL	14	3.40	0.18		0.06	0.38	0.77
		10001-15000 TL	10	3.47					
		15001 TL ve Üstü	40	3.33					
		5000-7000 TL	9	3.09					
		7001-10000 TL	13	2.95					
Kontrol Grubu	Ön Test	10001-15000 TL	14	3.14					
		15001 TL ve Üstü	29	3.21					
		5000-7000 TL	9	2.81					
	Son Test	7001-10000 TL	13	3.07	0.61	0.20	1.01	0.39	
		10001-15000 TL	14	3.06					
		15001 TL ve Üstü	29	3.11					

Tablo 4.20.' de grupların aile aylık gelir düzeyinin başarı motivasyonuna etkisi araştırılmıştır. Sonuç olarak, spora özgü başarı motivasyonunun deney grubu verilerine göre anlamlı farklılık oluşmamıştır ($F=0.30$, $p>0.05$, $F=0.06$, $p>0.05$). Aylık gelir düzeyine göre başarı motivasyonu açısından kontrol grubu testleri arasında herhangi bir farklılık oluşmadığı görülmüştür ($F=0.10$, $p>0.05$, $F=0.20$, $p>0.05$).

Tablo 4.21. Grupların anne öğrenim düzeyine göre sayı ve yüzdelik dağılımı

Anne Öğrenim Düzeyine	Deney Grubu		Kontrol Grubu	
	f	%	f	%
İlköğretim	18	27	24	37
Lise	23	34	26	40
Lisans	26	39	15	23

Tablo 4.21.' de anne öğrenim durumu deney grubunda annesi ilköğretim mezunu olan 18 kişi (% 27), lise mezunu olan 23 kişi (% 34), lisans mezunu olan 26 kişi (% 39) olduğu görülmüştür. Kontrol grubunda annesi ilköğretim mezunu olan 24 kişi (% 37), lise mezunu olan 26 kişi (% 40), lisans mezunu olan 15 kişi (% 23) olduğu görülmüştür.

Tablo 4.22. Grupların anne öğrenim düzeyi değişkenine göre benlik saygısı anova ilişkili faktöriyel tasarım sonuçları

Gruplar	Testler	Öğrenim Düzeyi	N	Ort. (x)	Kareler Toplamı	df	Ort. Kare	F	p
Deney Grubu	Ön Test	İlköğretim	18	2.36	0.72	2	0.36	0.53	0.59
		Lise	23	2.47					
		Lisans	26	2.23					
	Son Test	İlköğretim	18	2.69	0.67		0.34	0.69	0.51
		Lise	23	2.50					
		Lisans	26	2.46					
Kontrol Grubu	Ön Test	İlköğretim	24	2.11	2.36		1.18	2.54	0.09
		Lise	26	1.94					
		Lisans	15	2.42					
	Son Test	İlköğretim	24	2.17	0.28		0.14	0.26	0.77
		Lise	26	2.08					
		Lisans	15	2.00					

Tablo 4.22.' de katılımcıların anne öğrenim düzeyi açısından deney grubu ve kontrol grubu test sonuçlarına bakıldığında; benlik saygısı açısından anlamlı bir farklılık oluşmadığı tespit edilmiştir (deney grubu ön test $F=0.53$, $p<0.05$, son test $F=0.69$, $p>0.05$, kontrol grubu ön test $F=2.54$, $p>0.05$, son test $F=0.26$, $p>0.05$).

Tablo 4.23. Grupların anne öğrenim düzeyi değişkenine göre spora özgü başarı motivasyonları anova ilişkili faktöriyel tasarım sonuçları

Gruplar	Testler	Mezun Durumu	N	Ortalama	Kareler Toplamı	df	Ortalama Kare	F	p
Deney Grubu	Ön Test	İlköğretim	18	2.99	0.04	2	0.02	0.06	0.90
		Lise	23	3.05					
		Lisans	26	3.02					
	Son Test	İlköğretim	18	3.41	0.20		0.01	0.62	0.54
		Lise	23	3.38					
		Lisans	26	3.28					
Kontrol Grubu	Ön Test	İlköğretim	26	3.17	0.30	0.15	0.71	0.49	
		Lise	15	3.19					
		Lisans	24	3.04					
	Son Test	İlköğretim	26	3.06	0.38	0.19	0.95	0.39	
		Lise	15	2.92					
		Lisans	24	3.12					

Tablo 4.23.' de deney grubu katılımcıların anne öğrenim düzeyinin test sonuçlarında spora özgü başarı motivasyonu açısından anlamlı fark olmadığı görülmüştür (ön test $F=0.06$, $p>0.05$, son test $F=0.62$, $p>0.05$). Kontrol grubu anne öğrenim düzeylerinde spora özgü başarı motivasyonu açısından anlamlı fark olmadığı görülmüştür (ön test $F=0.71$, $p>0.05$, son test $F=0.95$, $p>0.05$).

Tablo 4.24. Grupların baba öğrenim düzeyine göre sayı ve yüzdelik dağılımı

Baba Öğrenim Düzeyine	Deney Grubu		Kontrol Grubu	
	f	%	f	%
İlköğretim	19	30	21	32
Lise	22	33	19	30
Lisans	26	37	25	38

Tablo 4.24.' te deney grubu öğrencileri baba öğrenim durumu açısından; babası ilköğretim mezunu olan 19 kişi (% 28), lise mezunu olan 22 kişi (% 33), lisans mezunu olan 26 kişi (% 39) olduğu görülmüştür. Kontrol grubunda babası; ilköğretim mezunu olan 21 kişi (% 32), lise mezunu olan 19 kişi (% 30), lisans mezunu olan 25 kişi (% 38) yer almıştır.

Tablo 4.25. Grupların baba öğrenim düzeyi değişkenine göre benlik saygısı anova ilişkili faktöriyel tasarım sonuçları

Gruplar	Testler	Mezun Durumu	N	Ort.	Kareler Toplamı	df	Ortalama Kare	F	p	p _{tuke}
Deney Grubu	Ön Test	İlköğretim	19	2.25	1.00	2	0.50	0.74	0.48	
		Lise	22	2.25						
		Lisans	26	2.50						
	Son Test	İlköğretim	19	2.48	2.09		1.05	2.25	0.11	
		Lise	22	2.36						
		Lisans	26	2.77						
Kontrol Grubu	Ön Test	İlköğretim	21	2.41	4.60		2.30	5.37	0.01*	1>3 2>3
		Lise	19	2.38						
		Lisans	25	1.85						
	Son Test	İlköğretim	21	2.22	0.99		0.50	0.95	0.39	
		Lise	19	2.16						
		Lisans	25	1.94						

* $P<0.05$ anlamlı

Tablo 4.25.' te baba öğrenim düzeyi değişkenine göre benlik saygısı anova analiz sonuçları karşılaştırılmıştır. Deney grubu benlik saygısı baba öğrenim düzeyi veri

sonucuna göre, baba öğrenim düzeyleri arasında anlamlı fark olmadığı anlaşılmıştır (ön test $F=0.74$, $p>0.05$, son test $F=2.25$, $p>0.05$).

Kontrol grubunda ise benlik saygısı ön test baba öğrenim düzeyleri arasında anlamlı fark olduğu görülmüştür ($F=5.37$, $p<0.05$). Bu anlamlı farklılığın ilköğretim ($x=2.41$) ve lise ($x=2.38$) öğrenim düzeyine sahip babalardan kaynakladığı, babası lisans ($x=1.85$) düzeyinde olanlara göre, babası ilköğretim ve lise mezunu olan öğrencilerin benlik saygılarının daha fazla olduğu anlaşılmıştır.

Kontrol grubu benlik saygısı son test verilerine göre baba öğrenim düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı fark oluşmadığı görülmüştür ($F=0.95$, $p>0.05$).

Tablo 4.26. Baba öğrenim düzeyi değişkenine göre spora özgü başarı motivasyonu anova ilişkili faktöriyel tasarım sonuçları

Gruplar	Testler	Öğrenim Düzeyi	N	Ort.	Kareler Toplamı	df	Ortalama Kare	F	p	P _{tuke}
Deney Grubu	Ön Test	İlköğretim	19	3.02	6.16	2	3.08	8.77	0.10	1>3
		Lise	22	3.02						
		Lisans	26	3.03						
	Son Test	İlköğretim	19	3.43	0.19	2	0.01	0.60	0.55	2>3
		Lise	22	3.38						
		Lisans	26	3.30						
Kontrol Grubu	Ön Test	İlköğretim	21	3.04	0.24	2	0.12	0.57	0.57	2>3
		Lise	19	3.15						
		Lisans	25	3.18						
	Son Test	İlköğretim	21	3.06	0.03	2	0.02	0.08	0.92	2>3
		Lise	19	3.07						
		Lisans	25	3.02						

Tablo 4.23.' te grupların baba öğrenim düzeyi değişkenine göre spora özgü başarı motivasyonu anova analiz sonuçları karşılaştırılmıştır. Deney grubu öğrencilerin baba öğrenim düzeyi verilerine göre spora özgü başarı motivasyonu açısından anlamlı fark olmadığı görülmüştür (ön test $F=8.77$, $p>0.05$, son test $F=0.60$, $p>0.05$).

Kontrol grubu öğrencilerin baba öğrenim düzeyi verilerine göre spora özgü başarı motivasyonu açısından istatistiksel olarak anlamlı fark oluşmadığı anlaşılmıştır (ön test $F=0.57$, $p>0.05$, son test $F=0.08$, $p>0.05$).

Tablo 4.27. Hipotezlerin ret /kabul durumu

Hipotezler	Testler	Ölçek	Ret/Kabul
H1:10-12 yaş grubu voleybol oynayanların cinsiyet değişkeni açısından benlik saygısı ve spora özgü başarı motivasyonlarında anlamlı bir farklılık vardır.	T-test	BS SÖBM	Kabul Ret
H2:10-12 yaş grubu voleybol oynayanların kardeş sayısı değişkeni açısından benlik saygısı ve spora özgü başarı motivasyonlarında anlamlı bir farklılık vardır.	Anova Testi	BS SÖBM	Ret Kabul
H3:10-12 yaş grubu öğrencilerin aile spor yapma durumu değişkenine göre benlik saygısı ve spora özgü başarı motivasyonu açısından anlamlı bir farklılık vardır.	T-test	BS SÖBM	Ret Ret
H4:10-12 yaş grubu öğrencilerin spor yapma durumuna göre benlik saygısı ve spora özgü başarı motivasyonları açısından anlamlı bir farklılık vardır.	T-test	BS SÖBM	Ret Ret
H5:10-12 yaş grubu voleybol oynayanların deney ve kontrol grupları arasında benlik saygısı ve spora özgü başarı motivasyonlarında anlamlı bir farklılık vardır.	T-test	BS SÖBM	Kabul Kabul
H6:10-12 yaş grubu voleybol oynayanların yaş değişkeni açısından benlik saygısı ve spora özgü başarı motivasyonlarında anlamlı bir farklılık vardır.	Anova Testi	BS SÖBM	Kabul Kabul
H7:10-12 yaş grubu voleybol oynayanların aile aylık gelir değişkeni açısından benlik saygısı ve spora özgü başarı motivasyonlarında anlamlı bir farklılık vardır.	Anova Testi	BS SÖBM	Ret Ret
H8:10-12 yaş grubu voleybol oynayanların anne öğrenim durumu değişkeni açısından benlik saygısı ve spora özgü başarı motivasyonlarında anlamlı bir farklılık vardır.	Anova Testi	BS SÖBM	Ret Ret
H9:10-12 yaş grubu voleybol oynayanların baba öğrenim durumu değişkeni açısından benlik saygısı ve spora özgü başarı motivasyonlarında anlamlı bir farklılık vardır.	Anova Testi	BS SÖBM	Kabul Ret

4.2. Tartışma

Araştırma sonuçlarına baktığımızda, yapılan çalışmanın bazı değişkenler açısından benlik saygısına etkisi olmadığı, bazı değişkenlerde ise anlamlı farklılıklar oluşturduğu görülmektedir.

Benlik saygısı deney grubundaki çalışmamızın cinsiyet açısından ön-test ve son-test verileri arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Yapılan çalışmanın sonucunda deney

grubundaki erkeklerin benlik saygısının kadınlara oranla daha yüksek olduğu görülmektedir. Alanyazına bakıldığında; Masum (2014), tenis sporu ile uğraşan kadın ve erkek sporcular ile yaptığı çalışmada, cinsiyet açısından erkeklerin kadınlardan daha yüksek benlik saygısı geliştirdiğini söylemiştir. Bu çalışma, yaptığımız çalışma sonucu ile paralellik göstermektedir.

Benlik saygısı ile ilgili başka çalışmalar incelendiğinde; Türker ve ark. (2018), spor yapan bireylerin benlik saygısının, cinsiyete göre farklılık göstermediği bulunmuştur. Özkan (1994), yaptığı çalışmada benlik saygısı ve yaş arasında anlamlı ilişki olduğunu, benlik saygısının kadınlarda, erkeklere oranla daha yüksek olduğunu belirtmiştir. Bu çalışmalar yaptığımız çalışma sonucu ile çelişmektedir.

Yapılan araştırmalara göre benlik saygısının cinsiyete göre kesinlik kazanan bir değişimi olmadığı ortaya çıkmıştır. Bazı çalışmalarda kadınların, bazılarında erkeklerin sporla benlik saygısının yükseldiği, bazı çalışmalarda da benlik saygısının sporla değişmediği gözlemlenmiştir. Bunun nedeni olarak çalışmaların yaş gruplarındaki farklılığından bahsedebiliriz.

Yapılan çalışmamızda benlik saygısı kardeş değişkeni açısından deney grubu ve kontrol grubu ön-test ve son-test arasında istatistiksel olarak bir fark bulunmamıştır. Gencer (2008), çalışmasında güreş sporuyla uğraşan erkeklerin kardeş sayısının benlik saygısını etkilemediğini öne sürmüştür. Bu sonuç çalışmamızla paralellik göstermektedir. Bunun nedeni olarak, çalışmanın Ege bölgesinde kültür seviyesi yüksek kişilerle yapılmış olması olabilir. Çünkü bizim çalışmamızda kullanılan deney grubu, Gaziantep ilinin kültür seviyesi yüksek olan bölgesindeki okulda yapılmıştır.

Baybek ve ark.(2005), yaptığı çalışmada kardeş sayısının artması ile benlik saygısının azaldığını ifade etmiştir. Bunun nedeni olarak az çocuklu ailede; anne-baba tutumunun farklı olması, çocuklarla her anlamda daha yakından ilgilenmeleri, birey olmalarına izin vermeleri gösterilebilir. Çünkü çocuk sayısı arttıkça ailede ebeveyn ve çocuk çatışması artabilir. Her çocukla ayrı ayrı ilgilenmek anne-baba için zor olabilir. Bu çalışmanın tersi bir sonuç ortaya koyan Tiryaki' ye göre (2020); amatör futbol ile uğraşan sporcularda çok çocuklu aileye sahip olanların benlik saygısı, kalabalık ailede yaşamayanlara göre yüksek bulunmuştur. Bu çalışmaların sonuçları, yaptığımız çalışma sonucu ile benzerlik göstermemektedir.

Yaptığımız çalışmada ailede spor yapma durumu değişkeni açısından benlik saygısı deney ve kontrol grubu verileri sonucunda anlamlı fark bulunmamıştır. Çalışmamız ile

benzer özellik gösteren araştırmalar vardır. Türker ve ark. (2018), Saracaloğlu (2000), yaptıkları çalışmada, ailede spor yapan olup olmamasının benlik saygısını etkilemediğini belirtmiştir.

Benlik saygısı açısından öğrencinin daha önce spor yapma durumu verilerimiz incelenmiş olup, sonucunda istatistiksel olarak farklılık bulunmamıştır. Çalışmamız sonucu elde edilen verilerin aksine, Saracaloğlu (2000), daha önce sporla uğraşan öğrencilerin benlik saygının yüksek olduğunu savunmuştur.

Benlik saygısı yaş değişkeni incelendiğinde çalışmamızın verilerine göre deney grubu ön-test ve son-test arasında anlamlı farklılık görülmüştür. Deney grubu ön-test sonucuna baktığımızda 10 ve 11 yaş gruplarının benlik saygısı, 12 yaşa göre daha yüksek çıkmıştır. Bu farklılığın, 12 yaş grubu öğrencilerde benlik saygısının ergenlik ile birlikte azalması sonucu oluştuğunu söyleyebiliriz. Gündoğdu (2019), spor takımında oynayan kız öğrencilerinin benlik saygısının yaşa bağlı olarak değişmediğini belirtmiştir. Gündoğdu (2019), 12-14 yaş grubu voleybol oynayan öğrencilerin yaş değişkeni açısından benlik saygısında anlamlı bir farklılık bulamamıştır. Bu çalışmalarda sporun benlik saygısını etkilemediğini görmekteyiz. Çetinkaya ve ark. (2006), yaptığımız çalışmanın aksine yaş değişkeninin artması ile benlik saygısı arasında doğru orantı olduğunu bulmuştur.

Benlik saygısı aile aylık gelir düzeyi, deney ve kontrol grubunun ön-test ve son-test verilerimizin sonucunda farklılık oluşmamıştır. Gacar ve Yanlıç (2012), aile gelir düzeyinin benlik saygısını etkilemediğini belirtmiştir. Bu çalışma sonucu ve yaptığımız çalışma ile benzerlik göstermektedir. Çalışmamız ile ters düşen bir çalışma Saracaloğlu ve ark. (2000) tarafından yapılmıştır. Sporun benlik saygısını etkileme durumu araştırılmış ve aile gelir durumu yüksek olan bireylerin benlik saygılarında artış gözlemlenmiştir.

Yaptığımız çalışmanın benlik saygısı açısından anne öğrenim düzeyi deney grubu ve kontrol grubu testleri sonucunda herhangi bir fark bulunmamıştır. Buna paralel olarak Gacar ve Yanlıç (2012), anne eğitim durumunun benlik saygısını etkilemediğini belirtmiştir. Bu sonuçların aksine Saracaloğlu (2000) ise, yaptığı çalışmada anne eğitim seviyesinin yüksekliği ile benlik saygısı arasında artan bir ilişki olduğunu belirtmektedir. Çalışmamız sonucu benlik saygısı açısından baba öğrenim düzeyi kontrol grubu ön-test verilerinde farklılık görülmüştür. Kontrol grubu ön-test sonucuna göre; babası ilköğretim

ve lise mezunu olan öğrencilerin benlik saygısının, babaları lisans mezunu olan öğrencilerin benlik saygısına oranla daha yüksek olduğu görülmüştür.

Gacar ve Yanlıç (2012), bunun aksine sporun baba öğrenim durumu ile ilgisi olmadığını belirtmiştir. Saracaloğlu (2000), yaptığı çalışmada baba öğrenim düzeyi arttıkça benlik saygısı düzeyinin de arttığını belirtmiştir.

Çalışmamızda benlik saygısı açısından deney ve kontrol grubu ön-test ve son test arasındaki farklılık incelenmiştir. Benlik saygısı ön-test ve son-test verilerine göre, deney grubu spor yapanların son-test sonucu yüksek çıkmıştır. Spor yapanların spor yapmayanlara göre benlik saygısı yüksek bulunmuştur.

Alforman ve ark.(2000), Karademir ve ark.(2010), çalışmamızla benzerlik gösteren sonuçlar elde etmiş olup, spor yapan deney grubunun benlik saygısında artış olduğunu belirtmişlerdir. Genel olarak alanyazın araştırmalarına baktığımızda benlik saygısının spor ile arttığı görüşü ortak sonuç olmaktadır. Çalışmamız sonucu kontrol grubu ön-test ve son-test arasında ise anlamlı farklılık oluşmamıştır. Deney grubu ve kontrol grubu arasındaki fark sporun etkisi ile oluşmuştur. Bu durum bizlere sporun benlik saygısı üzerinde artırıcı etkisi olduğunu göstermektedir.

Spora özgü başarı motivasyonu test verilerimizin sonucu ile alanyazında yapılan benzer çalışmalar arasında değerlendirme yapılmıştır.

Yaptığımız çalışmada cinsiyet değişkeni verilerine göre spora özgü başarı motivasyonu açısından deney ve kontrol grubu ön-test ve son-test arasında anlamlı farklılık oluşmamıştır. Alanyazına baktığımızda benzer sonuç ortaya koyan Aydoğdu ve ark. (2018), tenis sporuyla uğraşan kadın ve erkek sporcularda, spora özgü başarı motivasyonuna yönelik herhangi bir farklılık olmadığını söylemiştir. Yiğit (2019), yaptığı çalışmada cinsiyetler arasında herhangi bir farklılık bulamamıştır.

Yaptığımız çalışmanın aksine Özgün ve ark.(2017), hentbolcularda başarı motivasyonunun arttığını ve bu artışın erkek sporcularda daha yüksek olduğunu belirtmişlerdir. Bu sonuç ile benzerlik gösteren diğer bir çalışma Soyer ve ark. (2010), tarafından yapılmıştır. Bu çalışmada ise takım sporunda, sporda başarı motivasyonu ve cinsiyet arasında anlamlı farklılık olduğu, bayanların başarı motivasyonlarının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bir başka çalışma Yanar ve ark. (2017) tarafından yapılmış ve bayan sporcuların başarı motivasyonu erkek sporculara göre daha yüksek çıkmıştır. Aktaş ve ark. (2006), basketbol ile uğraşan sporcuların başarı motivasyonlarını cinsiyet açısından karşılaştırmış ve erkek sporcuların motivasyon düzeyinin bayan

sporculara oranla daha fazla olduğunu belirtmişlerdir. Bu çalışmayı onaylar nitelikte bir çalışma Filiz ve ark. (2018) tarafından yapılmıştır. Sporla uğraşan öğrencilerin ders başarısı ve spora özgü başarı motivasyonu arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Çalışma sonucunda erkek sporcuların ders başarısı bayanlara göre düşük, spora özgü başarı motivasyonu bayanlara göre daha yüksek çıkmıştır.

Çalışmamızda, spora özgü başarı motivasyonuna kardeş değişkeni açısından bakıldığında, kontrol grubu ön-test ve son-test sonuçlarında istatistiksel olarak bir fark bulunmuştur. Kontrol grubuna uygulanan her iki test sonucunda 1-3 kardeş sayısına sahip olanların motivasyonu, 4 ve üstü kardeş sahibi olanlara göre yüksek çıkmıştır. Bircan ve ark. (2021)'nin yaptıkları çalışmada spora özgü başarı motivasyonu kardeş sayısı açısından bir fark bulamamıştır. Aytaç ve ark. (2022), kardeş sayısının spora özgü başarı motivasyonunu etkilemediğini öne sürmüşlerdir. Bu çalışmalardan çıkan durumlar bizim sonuçlarımız ile örtüşmemektedir.

Yaptığımız çalışmada ailede spor yapma durumu değişkenine göre deney ve kontrol grubu verileri sonucu spor motivasyonu açısından anlamlı fark bulunamamıştır. Öğrencinin daha önce spor yapma durumu verileri incelenmiş olup, spora özgü başarı motivasyonlarında istatistiksel olarak farklılık bulunmamıştır.

Çalışmamızda, yaş değişkeni açısından spora özgü başarı motivasyonunu incelendiğimiz anlamlı farklılık olduğu görülmüştür. Deney grubu ön-test ve son-test sonucuna baktığımızda 10 ve 11 yaş gruplarının spor motivasyonu, 12 yaşa göre daha yüksek çıkmıştır. Ancak, kontrol grubu verilerinde spor motivasyonu açısından istatistiksel olarak farklılık görülmemiştir.

Alanyazına baktığımızda; çalışmamız ile paralellik gösteren Tozkar (2019), yaptığı çalışmada 11-12 yaş öğrencilerde spora özgü başarı motivasyonunun daha yüksek olduğunu öne sürmektedir. Çalışmamızın aksine Balkıs (2014)'a göre, 11-14 yaş arası tenisçilerin 19 yaş ve üstü tenis sporu ile uğraşanlara göre başarı motivasyonu düşük çıkmıştır.(Tezcan, 2021). Yetiş ve ark. (2022), Bedir ve ark (2023), Yıldırım ve Yılmaz (2023); yaptıkları çalışmalarda yaş değişkeni ile spora özgü başarı motivasyonu arasında anlamlı bir fark bulamamıştır.

Çalışmamızda aile aylık gelir düzeyi, deney ve kontrol grubunun ön-test ve son-test verileri sonucu spora özgü başarı motivasyonunda farklılık oluşmadığı görülmüştür. Yetiş ve ark. (2022), Yılmaz ve ark. (2019), Aytaç ve ark. (2022) çalışmalarında aile

aylık gelir durumunu incelemiş ve spora özgü başarı motivasyonuna herhangi bir etkisinin olmadığını bulmuşlardır.

Anne öğrenim durumu başarı motivasyonu açısından bakıldığında, çalışmamızda deney grubu ve kontrol grubu testleri sonucunda herhangi bir fark bulunmamıştır. Bircan ve ark. (2021), Özyalvaç (2010), spora özgü başarı motivasyonunda anne eğitim durumu açısından fark bulamamışlardır. Çalışmamızın tersi bir durum ortaya koyan Yalçın (2015), yaptığı çalışmada anne eğitim durumunun artması ile spor motivasyonunun arttığını açıklamıştır.

Spora özgü başarı motivasyonu baba öğrenim durumu değerlendirmesinde, bu çalışma sonucu deney grubu ve kontrol grubu testlerinde herhangi bir fark bulunmamıştır. Bircan ve ark. (2021) da, spora özgü başarı motivasyonunda baba öğrenim durumu açısından bir fark bulamamıştır. Tersi bir sonuç ise Yalçın (2015) tarafından bulunmuş olup. çalışmaya göre baba eğitim durumu yükseldikçe bireyin spora özgü başarı motivasyonu da artmaktadır.

Spor yapan ve spor yapmayanların ön-test ve son-test arasındaki farklılıklara baktığımız zaman; çalışmamızda deney grubu ön-test ve son-test verilerine göre, deney grubu spor yapanların son-test sonucu yüksek çıkmıştır. Aydoğdu (2021), deney ve kontrol grupları arasında spora özgü başarı motivasyonu açısından farklılık olup olmadığını araştırmış ve deney grubu son-test verilerine bakarak başarı motivasyonunun arttığını söylemiştir. Bu çalışma bizim çalışmamızı doğrular niteliktedir. Yıldırım ve ark. (2023), yüzücülerle yaptığı çalışmada spor motivasyonlarının yüksek olduğunu söylemiştir. Yıldırım (2022), çalışmasında çalışmamızla benzerlik gösteren bir uygulama yapmış ancak başarı motivasyonu ön-test ve son-test sonuçlarına göre herhangi bir fark bulamamıştır.

Araştırmanın amacından yola çıkarak cinsiyet, kardeş sayısı ve yaş grubu değişkenlerinin benlik saygısı ve spora özgü başarı motivasyonuna artı yönde etki ettiğini görmekteyiz. Ayrıca deney grubunun ön test ve son test sonuçları da bizlere benlik saygısı ve başarı motivasyonu açısından doğru orantılı olarak artış olduğunu göstermektedir.

Alanyazını incelediğimizde; “Okul spor takımında olan ve olmayan 12-14 yaş kız çocuklarının özgüven ve benlik saygısı değerlerinin incelenmesi” konulu çalışmada voleybol oynayanların diğer spor branşları ile uğraşanlara göre benlik saygılarının pozitif yönde yüksek olduğu bulunmuştur. Sosyo-ekonomik düzeyleri ve yaş grupları ile benlik saygısı arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır (Gündoğdu, H. 2019).

Yegül (1999), 15-18 yaş arası spor yapan ve yapmayan erkek öğrencilerle yaptığı çalışmada benlik saygısı açısından bir fark bulamamıştır.

Certel ve Bahadır (2012), takım sporu yapan sporcuların benlik saygısı ilişkisini incelemek amacıyla yapılan çalışma sonucunda hiçbir farklılık bulamamıştır.

Başka bir araştırmada “12-14 yaş arası spor yapan ve yapmayan bireylerde motorsal performans ve benlik saygısı arasındaki ilişki” incelenmiş ve cinsiyet değişkenine göre spor yapan her iki cinsiyetin de spor yapmayanlara göre BS ve SÖBM’ nun yüksek olduğu belirlenmiştir (Özşaker, 2008).

Takım sporu yapanların motivasyon düzeylerinin incelendiği bir çalışmada; yaş, yaşadığı yer, gelir düzeyi, spor branş kategorisi değişkenlerine göre anlamlı bir farklılık bulunamamıştır (Kılınç ve ark. , 2011, s.142).

5. SONUÇLAR VE ÖNERİLER

8 haftalık çalışma sonunda, 10-12 yaş grubu öğrencilerde bazı değişkenlerin benlik saygısı ve spora özgü başarı motivasyonuna etki edip etmediğini bulmaya çalıştık. Belirttiğimiz varsayımlardan yola çıkarak benlik saygısına etki eden değişkenler; cinsiyet, yaş, baba öğrenim durumu ve deney grubu olarak tespit edilmiştir. Spora özgü başarı motivasyonu ölçüm sonuçlarına baktığımızda ise; kardeş sayısı, yaş ve deney grubu değişkenlerinde farklılık görmekteyiz.

Sonuçlara baktığımızda, cinsiyet değişkeninin benlik saygısını etkilediğini öne sürdüğümüz hipotez doğrulanmıştır. Buna göre erkek öğrenci benlik saygısı daha yüksek çıkmıştır. Hipotezimizi doğrulayan yaş faktöründe, yaş ile benlik saygısı arasında negatif yönlü durum oluşmuştur. 10 ve 11 yaş öğrencilerin benlik saygısı daha yüksek çıkmıştır. Baba öğrenim durumunun benlik saygısında farklılık oluşturduğunu öne sürdüğümüz hipotezimize göre, babası lisans mezunu olan öğrencilerin benlik saygısı daha düşük çıkmıştır.

Spora özgü başarı motivasyonunu kardeş sayısının etkilediğini öne sürdüğümüz hipotezimiz doğrulanmıştır. Buna göre kardeş sayısı az olan öğrencilerin SÖBM düzeyi yüksek çıkmıştır. Spora özgü başarı motivasyonu ile yaş arasında ilişki olduğunu öne sürdüğümüz hipotezimiz doğru çıkmıştır. Çalışma verilerine göre 10,11 yaş öğrencilerin spor motivasyonu 12 yaşındaki öğrencilere göre artış göstermiştir.

Son olarak; deney grubuna uygulanan çalışmanın benlik saygısı ve spor motivasyonunu etkileyip, arttıracakını düşündüğümüz hipotezimiz de gerçekleşmiştir.

Yapılan çalışmalar, testler ve analizler bizlere sporun önemini bir kez daha göstermektedir. Çocukların spora yönlendirilmesi ve desteklenmesi için daha kapsamlı çalışmalar yapılabilir. Erken yaşlarda başlatılan yetenek taraması daha geniş kitlelere yayılarak sürdürülebilir. Böylece sporu sevmeyen ve yeteneğinin farkında olmayanları olumlu etkileyecektir.

Benlik saygısı ölçümünde, örneklem grubunu genişleterek farklı okullarda aynı çalışma yapılabilir.

Çalışmamız sonucunda 10-11 yaş grubunun BS' nin 12 yaş grubuna göre daha yüksek olması, ergenliğe giriş ile benlik saygısında azalma olduğunu göstermiştir. Bu problemin çözümü için aile eğitimlerinde çocuk ve ergen psikolojisi hakkında bilgi verilerek, aileler bilinçlendirilebilir. Ancak bazı çalışmalara baktığımızda, yaş değişkeninin benlik saygısına etkisinin olmadığı ortaya konmuştur. Bu konuda daha kesin

sonuçlar elde etmek için benlik saygısı ve spor konulu çalışmaların artırılması gerekmektedir.

Okullarda benlik saygısı düşük öğrenciler tespit edilerek okul-aile işbirliği ile spora yönlendirme çalışmaları yapılabilir. Bu konuda beden eğitimi öğretmenleri ve rehberlik servisi arasında işbirliği olması gerekmektedir.

Ebeveynlerin gelecek kaygısı sebebi ile çocuklarını akademik başarıya odaklaması ve spordan tamamen uzaklaştırması günümüzün en büyük sorunlarından birisidir. Bu çalışma sonucunda elde ettiğimiz sonuçlardan biri, baba öğrenim düzeyinin benlik saygısı düzeyini etkilediğidir. BS düzeyi yüksek olan öğrencilerin baba öğrenim düzeyinin ilköğretim ve lise mezunu olması bizlere akademik başarı odaklı veli profilini göstermektedir. Velilerin bilinçlendirilmesi için beden eğitimi öğretmenlerinin başarılı ve yetenekli öğrencilerin anne-babaları ile iletişime geçmesi yararlı olacaktır. Anne ve babanın çocuğunu spora yönlendirmesi için okullarda veya spor merkezlerinde ebeveyn ve çocuk turnuvaları düzenlenebilir.

Yaptığımız çalışma benlik saygısı anne eğitim düzeyine göre farklılık oluşturmamıştır. Ancak alanyazın incelendiğinde, annenin eğitim düzeyinin benlik saygısına etki ettiği söylenmiştir. Çocuklar anne ile daha fazla zaman geçirdiği için davranışları anne tutumuna göre şekillenmektedir. Annenin bilinçli olması çocuğun davranışlarına yön verecektir. Bu konuda net bir sonuç elde etmemiz için daha kapsamlı çalışmalar yapılabilir.

Cinsiyet açısından BS ve SÖBM değerlendirdiğimizde farklı sonuçlar ortaya çıkması, yapılan çalışmaların aynı cinsiyet ve yaş gruplarına uygulanması ile daha net sonuçlar gösterebilir. Örneğin 10-12 yaş grubu kızlar, 10-12 yaş grubu erkekler ayrı ayrı ele alınabilir.

Spora özgü başarı motivasyonunu etkileyen durumlardan biri, öğrencinin amatör ya da profesyonel olarak spor yapma durumudur. Okullar arası müsabakaya katılan öğrenciler ile lig maçlarına katılan öğrenciler arasında spor motivasyonu açısından farklılık olup olmadığı araştırılabilir. Böylece spor motivasyonunun maç görme durumu ile ilgili olup olmadığı belirlenebilir.

Spora özgü başarı motivasyonunu arttıracak bir başka yöntem ise sporcunun takdir edilmesidir. Antrenörlerin, sporcularının gelişim özelliklerini çok iyi bilmesi gerekir. Böylece sporculara yaklaşımı, başarı motivasyonu arttıracaktır. Bunu sağlamak için antrenörlere eğitim ve seminerler düzenlenmelidir.

Voleybolun ülkemizde daha da gelişmesi, insanların bilinçlendirilmesi ve sporun küçük yaşlardan itibaren hayatımızda olması için bu tür araştırmaların artırılması gerekmektedir.

Bazı insanlar takım sporunu severken bazıları da bireysel sporlara ilgi göstermektedir. Rakiple temas etmeme ve planlanan hücum taktiğini çok rahat uygulama, voleybol sporunun tercih edilme sebepleri arasındadır. Badminton sporu da aynı özellikleri taşımaktadır. Yaptığımız bu çalışmayı, voleybol sporu ve badminton sporu yapanlar arasında BS ve SÖBM açısından da ele alabiliriz.

KAYNAKLAR

- Aktaş, Z., Çobanoğlu, G., Yazıcılar, İ. ve Nihal, E. (2006). Profesyonel basketbolcularda spora özgü başarı motivasyon düzeyinin cinsiyetler açısından karşılaştırılması. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimler Dergisi*, 4(2), 6.
- Aktaş, Z. , Çobanoğlu, G., Yazıcılar, İ., Nihal, E. (2006). Profesyonel basketbolcularda spora özgü başarı motivasyon düzeyinin cinsiyetler açısından karşılaştırılması. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 4(2), 55-59.
- Alferman D. Stool O. (2000). Effects of physical exercise on self-concept and well-being. (*International Journal Of Sport Psychology*), 31(1), 47-65.
- Aracı, H. (1999). Okullarda beden eğitimi. Ankara: *Bağırhan Yayınevi*, 2(13), 3.
- Arkonaç, S. (2008). Psikolojide insan modelleri ve yerel insan modelimiz. Ankara: *Nobel Yayınları*, 191.
- Aydoğan, D. (2007). İzmir'deki bazı voleybol takımlarının minik ve yıldız oyuncularının müsabaka dönemindeki fiziksel parametrelerinin karşılaştırılması (Master's thesis, *Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü*).
- Aydoğdu, C. Şahan, A. & Erdem, K. A. (2018). Genç tenisçilerde spora özgü başarı motivasyon düzeyinin müsabaka performansı üzerine etkisinin incelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18(2), 655-666.
- Aydoğdu, F. (2021). 14-15 yaş erkek futbolculara uygulanan küçük alan oyunlarının, problem çözme, dikkat ve motivasyon üzerine etkisinin incelenmesi. (Master's thesis, *Amasya Üniversitesi*).
- Aytaç, K. Y., Yetiş, Ü. ve Öz, K. A. (2022). Spor lisesi öğrencilerinin bazı değişkenlere göre öz yeterlilik düzeylerinin incelenmesi (*Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*), 5 (Özel sayı 2), 953-965.
- Beck, R. C. (2004), Motivation theories and principles: Pearson Education, Inc., *Fifth Edition*, USA.
- Bedir, D., Yılmaz, E., Serkan, A. D. İ. N. ve Büyükpolat, A.(2023). Gelişim liginde oynayan futbolcuların mevkilerine göre motivasyon ve kaygı düzeylerinin karşılaştırılması. *Spor Bilimleri Dergisi*, 1(1), 1-9.
- Bengü, M. (1983). Adam voleybol, *Adam Yayıncılık*.
- Beştav, G., http://www.psikohipnoz.com/files/cocukta_benlik_saygısı.pdf, [Erişim tarihi: 19.03.2008] .
- Bircan, Ş. ve Çetin, M. Ç. (2021). Yaz kamplarına katılan öğrencilerin sportmenlik davranışlarının ve spora katılım güdülerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Ulusal Spor Bilimleri Dergisi*, 5(1), 1-12.

- Birinci, R. (2019). Spor yapan ve yapmayan bireylerin benlik saygısı ve saldırganlık düzeylerinin incelenmesi. (Master's thesis, *Sağlık Bilimleri Enstitüsü*).
- Blatt, S. J. ve Zuroff, D. C. (1992). Interpersonal relatedness and selfdefinition: Two prototypes for depression. *Clinical Psychology Review*, 12, 527-562.
- Bora, M. V. (2013). Beden eğitimi öğretmeni ve sporcu öğrenciler arasındaki iletişimin, sportif başarı motivasyonu ile ilişkisi. Yayımlanmamış yüksek lisans Tezi, *Harran Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü*.
- Böke, H. ve Güllü, M.(2020). Ortaokul öğrencileri için voleybol tutum ölçeğinin geliştirilmesi. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 5(2), 130-142.
- Certel, Z. ve Bahadır, Z. (2012). Takım sporu yapan sporcularda benlik saygısı ve sürekli öfke ve öfke ifade tarz ilişkisinin incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*. 14(2), 157-164.
- Coopersmith, S.(1967). Parental characteristics related to self-esteem. In, The antecedents of self-esteem. San Francisco: *Freeman*.
- Çuhadaroglu, F. (1986). Adolesanlarda benlik saygısı. Yayımlanmış Uzmanlık Tezi, *Hacettepe Ünv. Tıp Fakültesi*, Ankara.
- Dalkıran, M. A. (2014). Ortaokul öğrencilerinin spor branşlarına göre kişilik özelliklerinin incelenmesi: Osmaniye örnekleme. (Master's thesis, *Aksaray Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü*).
- Danışmaz, A. T. (2022). Başarma ihtiyacının kavramsal ve kuramsal açıdan değerlendirilmesi, *Journal of Social Research and Behavioral Sciences*, 8 (17), 4-5.
- Elliot, A. J., & Dweck, C. S. (Eds.). (2005). Handbook of competence and motivation. New York: *Guilford Press*.
- Eren, E. (2001). Örgütsel davranış ve yönetim psikolojisi (7. Baskı). İstanbul: *Beta*.
- Erhan, S. (1995). Elit düzeydeki voleybolcuların fizyolojik özelliklerinin analizi ve mukayesesi (Master's thesis, *İnönü Üniversitesi*).
- Erikson, E. H. (1963). Youth: Change and challenge. *Basic books*.
- Esen, C. A. (2012). Spor yapan ve yapmayan üniversite öğrencilerinin benlik saygısı ve atılganlık düzeylerinin incelenmesi (Master's thesis, *Sosyal Bilimler Enstitüsü*).
- Ezgi, E. R. İ. (2018). Futbol altyapı sporcularında algılanan ebeveyn tutumları ile başarı motivasyonu arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Eurasian Research in Sport Science*, 3(2), 80-92.

- Filiz, B. ve Demirhan, G. (2018). Akademik ve spor başarı motivasyonu arasındaki ilişkinin incelenmesi. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 16(2), 138-152.
- Fröhner, B. (1999). Voleybolda Oyun Kuramı ve Alıştırmaları, (Çev. Ali Cengiz), Ankara: *Bağırhan Yayınevi*, (Eserin orijinali 1989’ da yayımlandı).
- Gacar, A. ve Yanlıç, N. (2012). 13-17 Yaş ergen hentbolcuların benlik saygısı düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi* 3(2), 45-50.
- Geçtan, E. (1981). Psikanaliz ve Sonrası. İstanbul: *Hür Yayın A. Ş.* 1. Baskı
- George, J. M. ve Jones, G. R. (2002). Organizational Behavior. Pearson Education Co. Third Edition, New Jersey.
- Gündoğdu, H. (2019). Okul spor takımlarında olan ve olmayan 12-14 yaş arası kız çocuklarının özgüven ve benlik saygısı değerlerinin incelenmesi. (Master’s thesis, *Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü*).
- Harter, S. (1993). Causes and consequences of low self-esteem in children and adolescents. In *Self-esteem: The puzzle of low self-regard* (pp. 87-116). Boston, MA: Springer Us.
- Hasıl, N. & Erden, G. (1992). Basketbol ve voleybol sporu yapan iki grubun kişilik ve sosyo-ekonomik özelliklerinin karşılaştırılması. Ankara: *Spor Bilimleri*, 2, 337-340.
- Hellriegel, D., Slocum, J. W. & Woodman, R. W. (2001). Organisational behavior Cincinnati: South.
- Işık, Ş. (2018). Kişilik gelişimi. İstanbul: *Pegem*.
- James, W. (1950), The principles of psychology. Vol 1. Dover Publications, 1-80, 214-235, 462 (First published in 1890).
- Kağıtçıbaşı, Ç. (2010). Benlik, aile ve insan gelişimi kültürel psikoloji. İstanbul: *Koç Üniversitesi Yayınları*, 112.
- Kahraman, Y. (2019). Spor eğitim modeli ile voleybol öğretiminin 11-13 yaş kız voleybolcuların motor performansı ve problem çözme becerileri üzerine etkisi. (Yüksek lisans tezi). *Akdeniz Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü*, Antalya, 32.
- Karademir, T., Döşyılmaz, E., Çoban, B. ve Kafkas, M. E. (2010). Beden eğitimi ve spor bölümü özel yetenek sınavına katılan öğrencilerde benlik saygısı ve duygusal zekâ. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 18(2), 653-674.
- Kılınç, M. Ulucan, H., Kaya, K. ve Türkçapar, Ü. (2011). Takım sporu yapanların motivasyon düzeylerinin farklı değişkenlere göre incelenmesi. *Abant İzzet Baysal Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11 (2), 133-144.

- Kımtar, N. (2008). Benlik saygısı ve dindarlık ilişkisi, (Yayımlanmamış Doktora Tezi). *Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü*, Bursa, 45.
- Koçel, T. (2005). İşletme yöneticiliği. 10. Bs. İstanbul: *Arıkan*.
- Kuzgun, Y. (2002). İlköğretimde Rehberlik. Ankara: *Nobel Yayın Dağıtım*.
- Morpa Spor Ansiklopedisi, (2005). Voleybol. İstanbul: *Morpa Yayınları*.
- Onaran, O. (1981). Çalışma Yaşamında Güdüleme Kuramları, *Sevinç Matbaası*, Ankara.
- Özdemir, M. Ç. (2017). Sınıf yönetimi, İstanbul: *Pegem*.
- Özer, P. S. ve Topaloğlu, T. (2008). Motivasyonda kapsam kuramları liderlik ve motivasyon geleneksel yaklaşımlar. (Ed. Serinkan, C.) Ankara: *Nobel Yayın Dağıtım*, 83-104.
- Özerkan, K. N. (2004). Spor Psikolojisine Giriş. Ankara: *Nobel Yayınları*, 68-76.
- Özgün, A. Yaşartürk, F., Ayhan, B. & Bozkuş, T. (2017). Hentbolcuların spora özgü başarı motivasyonu ve mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi, *Uluslararası Kültürel ve Sosyal Araştırmalar Dergisi (UKSAD)*, 3(Special Issue 2), 83-94.
- Özkan, İ. (1994). Benlik saygısını etkileyen etkenler, *Düşünen Adam*, 7(3), 4-9.
- Özşaker, M. ve Adsız, E. (2010). 12-14 yaş elit basketbolcuların fiziksel uygunlukları ile benlik saygısı ve atılganlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi, *Spor Hekimliği Dergisi*, 45, 109-116.
- Porter, Bigley G. A. ve Steers R. M. (2003). *Motivation and Work Behavior*.
- Rogers, C. R. (1961). On becoming a person. Boston: *Houghton Mifflin*.
- Saracaloğlu, A. S. (2000). Türk ve makedon öğrencilerin benlik kavramına sporun etkisi. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 5(3), 39-62.
- Schwab JJ JD, Harmeling M. (2002). Body images and medical illness. *Psychology in Spain*.6, 83-95.
- Sevim, Y. (2002). Basketbolda teknik-taktik antrenman. Ankara: *Nobel Yayınları*, 34-36.
- Soyer, F., Can, Y., Güven, H., Hergüner, G., Bayansaldüz, M. ve Tetik, B. (2010). Sporcularda başarı motivasyonu ile takım birlikteliği arasındaki ilişkinin incelenmesi, *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 7(1), 225-239.
- Şahin, R. G. (2006). Bireylerin proaktif kişilik yapısı ile benlik saygısı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi, (Doctoral dissertation, *Sakarya Üniversitesi* (Turkey)).

- Tabachnick, B. G. & Fidell, L. S. Ve Ullman J. B. (2013). Using multivariate statistics (Vol 6, pp 497-516), Boston, MA pearson.
- Tafarodi, R. W ve Swan, W. B. (1995). Self-liking and self-competence as dimensions of global self-esteem: Initial validation of a measure. *Journal of Personality Assessment*, 65, 322-342.
- Tafarodi, R. W ve Swan, W. B. (2001). Twodimensional self-esteem: Theory and measurement. *Personality and Individual Differences*, 31, 653-673.
- Tafarodi, R. W., Tam, J. ve Milne, A. B. (2001). Selective memory and the persistence of paradoxical self-esteem. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27, 1179-1189.
- Tafarodi, R. W., Wild, N. ve Ho, C. (2010). Parental authority, nurturance and two dimensional self-esteem, *Scandinavian Journal of Psychology*, 51, 294-303.
- Tekin, G. ve Görgülü, B. (2018). Clayton Alderfer'in erg teorisi ve çalışanların iş tatmini. *Social Sciences Studies Journal*.
- Tezcan, U. ve Toksöz, İ. (2021). Türkiye basketbol liglerinde yer alan erkek ve kadın basketbolcuların motivasyon düzeylerinin karşılaştırılması. (Master's thesis, *Sağlık Bilimleri*).
- Tiryaki Ş. Gödelek E. (1997). Spora özgü başarı motivasyonu ölçeğinin Türk sporcuları için uyarlanması çalışması, uluslararası spor psikolojisi sempozyumu bildiri kitapçığı. *Bağırhan Yayınevi*, s:s 128-141, Ankara.
- Tiryaki, K. (2020). Amatör futbolcuların benlik saygısı düzeylerinin incelenmesi: Düzce ili örneği. *International Journal Of Social Of Humanities Sciences Research*, 7(51), 482-488.
- Tozkar, E. Sporcu öğrencilerin beden eğitimi ve spor öğretmenlerine yönelik liderlik gücü algısı ile sporda başarı motivasyonu ve takım uyumu arasındaki ilişkilerin incelenmesi (Master's thesis, *Sağlık Bilimleri Enstitüsü*).
- Tözün, M. (2010). Benlik saygısı. *Actual Medicine*, 18,(7), 52-57.
- Türker, A., Yusuf, E. R., Eroğlu, S. Y., Şentürk, A. ve Durmaz, M. (2018). Spor yapan bireylerin sosyal görünüş kaygısı ve benlik saygısının incelenmesi. *Muş Alparslan Üniversitesi Uluslararası Spor Bilimleri Dergisi*, 2(1), 8-15.
- Vroom, H. V. (1964), *Work and Motivation*, John Wiley & Sons Inc. New York, London and Sidney.
- Yalçın, İ. (2016). İşitme engelli futsal sporcularının başarı motivasyon düzeylerinin incelenmesi / The analysis examination of achievement motivation in hearing impaired futsal players.

- Yanar, Ş., Kırandı, Ö. Ve Çimen, K. (2017).Tenisçilerde başarı motivasyonu ile optimal performans duygu durumu ilişkisinin incelenmesi, *Spor Eğitimi Dergisi*, 1(1), 69-75.
- Yavaş, T., Aygün, B.ve Hüseyin U.L.A.K. (2022). Türk milli eğitim sisteminin amaçladığı insan profili: maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisi temelinde bir değerlendirme. *Journal of Social Sciences And Education*, 4(1), 45-47.
- Yavuzer, Y., Karataş, Z. ve Demir, B.P. (2017). Validity and realibility study of Turkish version of the Self Theory Scale/Benlik Kuramı Ölçeğinin Türkçe Sürümünün Geçerlilik ve Güvenirlilik Çalışması, *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 18(2), 161-169.
- Yegül, I. B. (1999). Liseli erkek sporcular ile sporcu olmayan bireylerin benlik saygısı ve atletik yeterlik puanlarının karşılaştırılması, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara: *Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü*.
- Yetiş, Ü., Aytaç, K. Y. ve Koparal, F. (2022). Malatya okul sporları gençler b basketbol turnuvasına katılan 14-15 yaş kız ve erkek takımlarının spora özgü başarı motivasyon düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 5 (Özel sayı 2), 1011-1025.
- Yıldırım, A. (2022). Hokey sporcularına uygulanan sekiz haftalık aerobik egzersizin başarı motivasyonu düzeylerine olan etkisi. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 7(2), 128-136.
- Yıldırım, A. ve Yılmaz, T. (2023). Yüzücülerin spora katılım motivasyonlarının incelenmesi. *Spor Bilimleri Üzerine Araştırmalar-II*, 1.
- Yiğit, Ş. (2019). Öğrencilerin spora özgü başarı ve motivasyon düzeylerinin incelenmesi. *Researcher*, 7(1), 249-258.
- Yolaç, A.(2020), Farklı voleybol liglerindeki takımlarda görev alan voleybol antrenörlerinin sosyo-ekonomik faktörler ve iyilik hali yönünden karşılaştırılması (*Master's thesis*, Sağlık Bilimleri, Enstitüsü). Yüksek Lisans Tezi), *Muğla Üniversitesi*.

EKLER

EK-1 Kişisel Bilgi Formu

KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Değerli katılımcı,

Bu çalışma Batman Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Yüksek Lisans tez aşaması kapsamında yapılmaktadır. Çalışmada Gaziantep ilindeki Sema Ahmet Danış Ortaokulu öğrencilerinin bazı değişkenler açısından benlik saygısı ve spora özgü başarı motivasyon seviyesi incelenecektir. Kişisel bilgi formunu doldurmanız istenmektedir.

Pınar BURUL

Batman Ünv. Beden Eğt. Anabilim Dalı

1. Yaşınız

2. Cinsiyetiniz: () Kadın () Erkek

3. Aile Gelir Durumu:

() 5000-7000 () 7001-10000 () 10001-15000 () 15001 ve üzeri

4. Annenizin öğrenim durumu nedir, işaretleyiniz?

() İlköğretim mezunu () Lise mezunu () Lisans mezunu

5. Babanızın öğrenim durumu nedir, işaretleyiniz?

() İlköğretim mezunu () Lise mezunu () Lisans mezunu

6. Kaç kardeşsiniz? (siz dahil)

7. Ailenizde spor yapan var mı?

()Evet () Hayır

8. Daha önce hiç spor yaptınız mı?

() Evet () Hayır

EK-2 Benlik Saygısı Ölçeği**COOPERSMITH BENLİK SAYGISI ÖLÇEĞİ**

Değerli katılımcı;

Yüksek lisans tez çalışmamızda kullanacağımız bu testte duygularınız ile ilgili ifadeler yer almaktadır. Bu duygular sizde var ise “evet”, yok ise “hayır” seçeneğini işaretleyiniz. Katkılarınızdan dolayı teşekkür ederiz.

	EVET(benim gibi)	HAYIR(benim gibi değil)
1.Olanlara genellikle bozulmam		
2.Sınıfın önünde konuşma yapmak bana oldukça zor geliyor		
3.Eğer gücüm yetse değiştirmek istediğim özelliklerim var		
4.Fazla zorlanmadan karar verebilirim		
5.Benimle birlikte olmak zevkli ve eğlencelidir		
6.Evdeyken kolayca canım sıkılır, moralim bozulur		
7.Yeni bir şeye alışmam çok zaman alır		
8.Yaşlıtlarım arasında popülerim		
9.Annem ve babam genellikle duygularımı dikkate alır		
10.Genellikle kolayca vazgeçme gibi bir huyum var		
11.Ailemin benden beklentisi çok fazla		
12.Benim yerimde olmak oldukça zordur		
13.Hayatımda her şey karmakarışık		
14.Arkadaşlarım genellikle benim fikirlerimi izler		
15.Kendime ilişkin olumsuz bir imajım var		
16.Pek çok kere evden ayrılmayı (kaçmayı) düşündüm		
17.Okuldayken sık sık canım sıkılır		
18.Çoğu insan kadar güzel görünüşlü biri değilim		
19.Söyleyecek bir şeyim olduğunda onu çekinmeden söylerim		
20.Annem ve babam beni anlayabiliyor		
21.İnsanların çoğu benden daha çok seviyor		
22.Anne ve babamın beni zorladıklarını hissediyorum		
23.Okulda çoğu zaman cesaretim kırılıyor		
24.Sık sık keşke başka biri olsam diye arzularım		
25.Güvenilir biri değilim		

EK-3 Spora Özgü Başarı Motivasyon Ölçeği

SPORA ÖZGÜ BAŞARI MOTİVASYONU ÖLÇEĞİ

Spora özgü başarı motivasyonunuzun ne derecede olduğunu anlamak için sizlere verilmiştir. Bu ölçekte verilen durumları kendinize göre değerlendirerek işaretleyiniz. Sizlerden ricamız gerçek duygularınızı dikkate alarak derecelendirme yapmanızdır. Tüm sorulara cevap verdiğinizizi kontrol ediniz. Kimlik bilgilerinizi paylaşmayınız. Desteğiniz için teşekkür ederiz.

	Hiçbir zaman	Çok az	Bazen	Oldukça fazla	Her zaman
1. Takım arkadaşlarım oyun içindeki mücadeleciliğime saygı duyarlar.					
2.Maçtan hemen önce gergin oluyorum ve olduğum yerde duramıyorum					
3.Takım arkadaşlarımı oyuna ısındırma becerisine sahibim					
4.Zor bir antrenman anında çalıştırıcının takdiri bana zorluğu unutturur					
5.Diğerleri beni önde gelen bir yarışmacı olarak görmüyorlar.					
6.İyi bir oyun çıkarmak heyecan veriyor					
7.Takım arkadaşlarım liderlik yeteneğime saygı duyarlar.					
8.Takım arkadaşlarım kadar dayanıklı ve sert görünmüyorum					
9.Takım arkadaşlarım işbiririci ve kararlı olmamı beğeniyor					
10.Diğer oyuncuların eğitilmesi için çok çaba harcıyorum					
11.Sportdaki geçmiş başarılarımdan söz etmeyi seviyorum					
12.Takım lideri olmaktan hoşlanıyorum					
13.Maçta kendimi oyuna öyle veriyorum ki geçici olarak gerçeğe bağlantımı yitiriyorum					
14.Kaybedilen bir maçtan sonra uyumakta güçlük çekiyorum					
15.Yarışma öncesi içimde garip bir sıkıntı hissedirim					
16.Bir maçı kazandıktan sonra kendimi çok tatmin olmuş hissediyorum					
17.Bir maçtan önce sakin olmak benim için çok zor					

	Hiçbir zaman	Çok az	Bazen	Oldukça fazla	Her zaman
18.Yeteklerini geliştirmek için fazladan antrenman yapmaya istekli olan sporcuları takdir ediyorum					
19. İnsanların maç sırasında beni izlemelerinden hoşlanıyorum					
20.Sporda başarılı olmayı seviyorum					
21.Benimle aynı düzeyde olan birisiyle başa baş mücadele ederken kazanmaktan çok kaybederim					
22.Kaybetmek beni gereğinden fazla etkiliyor					
23.Sporda başarılı olmak için tüm yıl boyunca çalışmayı isterim					
24.Amacım,bir spor dalında önde gelen biri olmak					
25.Maç sırasında, maçı verebilecek bir hata yaparsam kendime gelmem biraz zaman alır					
26.İyi bir sporcu olmak benim için önemli değildir					
27.Bazen, maçı kaybettiğimizde günlerce bunu kendime dert ederim					
28.Bir maçtan hemen sonra karnıma ağırlar girer					
29.Sportif kapasitemi beğenmiyorum					
30.Çok yetenekli rakiplere karşı daha iyi oynadığımı sanıyorum					
31.En iyisini yapmak için çok çaba gösteririm					
32.Birisiyle maç hakkında konuşurken heyecanlanıyorum					
33.Tanınmak umuduyla spor branşında çok çalışıyorum					
34.Bir hata yaptığımda maçın geri kalan bölümünde bu beni çok üzüyor					
35.Bir takım arkadaşımın oynamasına yararlı olacak önerilerde bulunmak hoşuma gider					
36.Başkalarının güç bulduğu bir görevin bana verilmesinden zevk duyuyorum					
37.Bir maçtan önce olacakları kendime çok dert ediyorum					
38.Sezon dışında sporu unutmaktan hoşlanıyorum					
39.Maçtan önceki gece uyumakta güçlük çekiyorum					
40.Başarıya açılan yol, şanstın çok daha fazla çalışmaktan geçer					

EK-4 Ölçek Kullanım İzini

Spora özgü başarı motivasyonu ölçeği kullanım izni
Gelen kutusu

ben 4 Şub
 alıcı: ertugrulg@mersin.edu.tr

Merhaba ,ben Batman Üniversitesi Beden Eğitimi bölümü yüksek lisans öğrencisi Pınar Burul.Yüksek lisans tez çalışmamda **Spora Özgü Başarı Motivasyonu Ölçeği**ni kullanmak istiyorum.Bu konu ile ilgili tarafıma dönüş yapmanızı rica ederim.

Ertuğrul GÖDELEK 8 Şub
 alıcı: ben

Günaydın.
 Elbette kullanabilirsiniz. Kolay gelsin.

Pınar Burul <burulpinar30@gmail.com>, 4 Şub 2023 Cmt, 22:48 tarihinde şunu yazdı:

...

EK-5 Etik Kurul Kararı

T.C. BATMAN ÜNİVERSİTESİ ETİK KURUL KARARI			
Toplantı Tarihi		: 13.06.2023	
Toplantı Sayısı		: 2023/04	
Toplantıda Alınan Karar Sayısı		: 36	
Üniversitemizin Etik Kurulu, Rektör Yardımcısı Prof. Dr. Rohat CEBE Başkanlığında toplanarak aşağıdaki karar alınmıştır. Karar 2023/04-29 Üniversitemiz Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda görev yapan Dr. Öğr. Üyesi Mihrac KÖROĞLU'nun danışmanlığını yürüttüğü yüksek lisans öğrencisi Pınar BURUL ile birlikte "8 Hafta Boyunca Düzenli Olarak Yapılan Voleybol Eğitiminin 10-12 Yaş Grubu Öğrencilerin Benlik Saygısı ve Spora Özgü Başarı Motivasyonlarına Etkisi" başlıklı araştırma yapma talebine ilişkin 24.05.2023 tarihli ve 112415 sayılı yazı görüşüldü. Yapılan görüşmeler sonucunda; Üniversitemiz Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda görev yapan Dr. Öğr. Üyesi Mihrac KÖROĞLU'nun danışmanlığını yürüttüğü yüksek lisans öğrencisi Pınar BURUL ile birlikte "8 Hafta Boyunca Düzenli Olarak Yapılan Voleybol Eğitiminin 10-12 Yaş Grubu Öğrencilerin Benlik Saygısı ve Spora Özgü Başarı Motivasyonlarına Etkisi" başlıklı araştırma yapma talebinin uygun görüldüğüne toplantıya katılanların oy birliği ile karar verilmiştir.			
BAŞKAN (İmza) Prof. Dr. Rohat CEBE			
ÜYE Prof. Dr. Hamit ADIN	(İmza)	ÜYE Prof. Dr. Bilal ŞEKER	(İmza)
ÜYE Prof. Dr. Filiz AKBAŞ	(İmza)	ÜYE Prof. Dr. Ömer Faruk ERTUĞRUL	(İmza)
ÜYE Prof. Dr. Yıldız DEMİRHAN	(İmza)	ÜYE Doç.Dr. Ümit DİLEKÇİ	(İmza)
ÜYE Doç.Dr. Veysel ERATİLLA	(İmza)	ÜYE Doç.Dr. Yusuf ÇINAR	(İmza)
ÜYE Doç.Dr. Reşat ARICA	(Katılmadı)	ÜYE Dr.Öğr.Üyesi Özlem BEZEK GÜRE	(Katılmadı)
		Raportör Erkan ZENGİN	(İmza)

ÖZGEÇMİŞ

KİŞİSEL BİLGİLER

Adı Soyadı : PINAR BURUL
Uyruğu : T.C.

EĞİTİM

Derece	Adı, İlçe, İl	Bitirme Yılı
Üniversite	: GAZİANTEP ÜNV. Ş.KAMİL/G.ANTEP	2006
Yükseklisans	:	
Doktora	:	

İŞ DENEYİMLERİ

Yıl	Kurum	Görevi
2007	125. YIL İLKÖĞRETİM OKULU	ÖĞRETMEN
2012	MEHMET ALİ ERUSLU İ.Ö.O.	ÖĞRETMEN
2016	SEMA AHMET DANIŞ ORTAOKULU	ÖĞRETMEN

UZMANLIK ALANI: BASKETBOL, BADMINTON

YABANCI DİLLER : İNGİLİZCE

YAYINLAR: