



**SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN
SPORA YÖNELİK TUTUM, SOSYAL-DUYGUSAL
YETKİNLİK VE SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGISI
DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİLERİN
İNCELENMESİ**

Ramazan AKKUŞ

Yüksek Lisans Tezi

Beden Eğitimi ve Spor

Ana Bilim Dalı

Doç. Dr. İsmail KARATAŞ

2023

(Her Hakkı Saklıdır)

T.C.
BAYBURT ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANA BİLİM DALI
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR TEZLİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN SPORA YÖNELİK TUTUM,
SOSYAL-DUYGUSAL YETKİNLİK VE SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGISI
DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİLERİN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Ramazan AKKUŞ

Danışman: Doç. Dr. İsmail KARATAŞ

BAYBURT- 2023

KABUL VE ONAY

Doç. Dr. İsmail KARATAŞ danışmanlığında, Ramazan AKKUŞ tarafından hazırlanan “Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Spora Yönelik Tutum, Sosyal-Duygusal Yetkinlik ve Sosyal Görünüş Kaygısı Düzeyleri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi” başlıklı bu çalışma, 31.10.2023 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda oy birliği ile başarılı bulunarak jürimiz tarafından Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

Başkan : Doç. Dr. Mehmet ILKIM

Üye : Doç. Dr. Murat KUL

Üye : Doç. Dr. İsmail KARATAŞ

Bu tezin kabulü Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Yönetim Kurulu’nun/...../20... tarih ve 20...../.....-..... sayılı kararıyla onaylanmıştır.

Doç. Dr. Murat KUL
Enstitü Müdürü

BEYANNAME

Bayburt Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü tez yazım kılavuzuna göre Doç. Dr. İsmail KARATAŞ danışmanlığında hazırlamış olduğum “Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Spora Yönelik Tutum, Sosyal-Duygusal Yetkinlik ve Sosyal Görünüş Kaygısı Düzeyleri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi” başlıklı yüksek lisans tezimin bilimsel etik değerlere ve kurallara uygun, özgün bir çalışma olduğunu, aksinin tespit edilmesi halinde her türlü yasal yaptırımını kabul edeceğimi beyan ederim.

31.10.2023

Ramazan AKKUŞ



ÖN SÖZ

Lisansüstü eğitimim süresince yardımlarını esirgemeyen, tezimin her aşamasında bilgi, birikim ve deneyimleri ile bana sürekli destek olan değerli danışmanım, Doç. Dr. İsmail KARATAŞ'a, sonsuz sevgi, saygı ve teşekkürlerimi sunuyorum.

Yüksek Lisans eğitimimde her zaman yanımda olan ve desteklerini hiçbir zaman esirgemeyen hayatının her anını kendime örnek aldığım kıymetli büyüğüm sayın hocam, Prof. Dr. Mutlu TÜRKMEN'e saygılarımı ve şükranlarımı sunuyorum.

Çalışmalarım süresince her zaman doğru yolu gösteren, tecrübelerini paylaştan birikimlerinden faydalanma fırsatı bulduğum sayın hocam, Doç. Dr. Murat KUL'a saygı ve teşekkürlerimi sunuyorum.

Çalışma süresince yardımlarını esirgemeyen kıymetli arkadaşlarım, Mücahit KARTAL, Elyesa Can CİBALİ ve Muhammet ŞİMŞEK'e teşekkürlerimi sunuyorum.

Çalışmalarım süresince her zaman yanımda olan kıymetli annem, Mine AKKUŞ ablalarım Merve KURT ve Esra AKTÜRK'e sonsuz teşekkürlerimi sunuyorum.

Yanımda olmasa da hayatta olsaydı çok mutlu olacağına inandığım rahmetli babacığım, Hicabi AKKUŞ'a bu tezimi armağan ediyorum.

Ramazan AKKUŞ

ÖZET

YÜKSEK LİSANS TEZİ

SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN SPORA YÖNELİK TUTUM, SOSYAL-DUYGUSAL YETKİNLİK VE SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGISI DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİLERİN İNCELENMESİ

Ramazan AKKUŞ

Bayburt Üniversitesi

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı

Tez Danışmanı: Doç. Dr. İsmail KARATAŞ

Bayburt-2023, Sayfa: 80

Bu araştırma, spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin spora yönelik tutum, sosyal-duygusal yetkinlik ve sosyal görünüş kaygısı düzeyleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Bu bağlamda nicel olarak yürütülen çalışmanın amacıyla tutarlı olarak ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın örneklem grubunu, 112 kadın ve 190 erkek olmak üzere toplam 302 spor bilimleri fakültesi öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırma grubu seçiminde kolayda örnekleme yönteminden faydalanılmıştır. Veri toplama aracı olarak anket formu kullanılmış olup bu form dört bölümden oluşmaktadır. Bu anket formunun birinci bölümünü “Kişisel Bilgi Formu”, ikinci bölümünü “Spora Yönelik Tutum Ölçeği”, üçüncü bölümünü “Sosyal-Duygusal Yetkinlik Ölçeği” ve dördüncü bölümünü “Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği” oluşturmaktadır. Bu form aracılığıyla elde edilen ham verilerin ilk olarak veri türü gözetilerek tanımlayıcı istatistikleri hesaplanmıştır. Araştırmada elde edilen verilere ilişkin farklılık ve korelasyon analizleri yapılmıştır. Bu bağlamda katılımcıların bölüm değişkenine göre spora yönelik tutumlarında ve sınıf değişkenine göre sosyal görünüş kaygılarında anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Ayrıca katılımcıların yaşları ile sosyal görünüş kaygıları arasında pozitif yönde düşük düzeyde ve aylık ortalama kişisel gelir düzeyleri ile spor yönelik tutumun alt boyutlarından fiziksel gelişme tutumları arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişkilerin olduğu tespit edilmiştir. Diğer taraftan cinsiyet ve aktif olarak spor yapma değişkenleri kapsamında anlamlı bir farklılık ve aylık ortalama aile gelir düzeyi değişkeni kapsamında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Buna ek olarak katılımcıların sosyal görünüş kaygıları ile spora yönelik tutum ve sosyal-duygusal yetkinlik düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki görülmemiştir. Ancak katılımcıların spora yönelik tutumları ile sosyal-duygusal yetkinlikleri arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı ilişkilerin olduğu tespit edilmiştir. Buna göre katılımcıların spor yönelik tutumları yükseldikçe sosyal-duygusal yetkinliklerinin de yükseldiği sonucuna varılabilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Spor, spor bilimleri, spora yönelik tutum, sosyal-duygusal yetkinlik, sosyal görünüş kaygısı.



ABSTRACT

M. SC. THESIS

EXAMINATION OF THE RELATIONSHIPS BETWEEN SPORTS FACULTY STUDENTS ATTITUDES TOWARDS SPORTS, SOCIAL-EMOTIONAL COMPETENCE AND SOCIAL APPEARANCE ANXIETY LEVELS

Ramazan AKKUŞ

Bayburt University

Institute of Graduate Studies

Department of Physical Education and Sports Teaching

Thesis Advisor: Assoc. Prof. Dr. İsmail KARATAŞ

Bayburt-2023, Pages: 80

This study was conducted to examine the relationships between attitudes towards sport, social-emotional competence and social appearance anxiety levels of sport sciences faculty students. In this context, the relational survey model was used consistent with the purpose of the quantitative study. The sample group of the study consisted of a total of 302 sports sciences faculty students, 112 womans and 190 mans. Convenience sampling method was used in the selection of the research group. A questionnaire form was used as a data collection tool and this form consists of four parts. The first part of this questionnaire consists of "Personal Information Form", the second part consists of "Attitude Towards Sports Scale", the third part consists of "Social-Emotional Competence Scale" and the fourth part consists of "Social Appearance Anxiety Scale". First, descriptive statistics of the raw data obtained through this form were calculated considering the type of data. Difference and correlation analyzes were conducted for the data obtained in the study. In this context, significant differences were found in the participants' attitudes towards sports according to the department variable and social appearance anxiety according to the class variable. In addition, it was determined that there were significant relationships between the participants' ages and social appearance anxiety at a low level in a positive direction and between the average monthly personal income levels and physical development attitudes, On the other hand, no significant difference was found within the scope of gender and active sports variables and no significant relationship was found within the scope of monthly average family income level variable. In addition, no significant relationship was observed between the participants' social appearance concerns and their attitudes towards sports and social-emotional competence levels. However, it was determined that there were positive, moderately significant relationships between the participants' attitudes towards sports and their social-emotional competencies. Accordingly, it can be concluded that as the participants' attitudes towards sports increase, their social-emotional competencies also increase.

Keywords: Sport, sport sciences, attitude towards sports, social-emotional competence, social appearance anxiety.



İÇİNDEKİLER

KABUL VE ONAY	II
BEYANNAME.....	III
ÖN SÖZ	IV
ÖZET	V
ABSTRACT	VII
İÇİNDEKİLER.....	IX
TABLOLAR.....	XI
KISALTMALAR.....	XII
SİMGELER.....	XII
GİRİŞ	1
Araştırmanın Amacı	3
Araştırmanın Önemi ve Gerekçesi	3
Araştırmanın Sınırlılıkları	4
Varsayımlar	4
Hipotezler	5
BİRİNCİ BÖLÜM.....	7
1. KURAMSAL ÇERÇEVE	7
1.1. SPOR KAVRAMI VE TANIMI	7
1.1.1. Sporun Amacı.....	8
1.1.2. Sporun Önemi	8
1.1.2.1. Kişisel yönden sporun önemi	8
1.1.2.2. Psikolojik yönden sporun önemi.....	9
1.1.2.3. Fizyolojik yönden sporun önemi	9
1.2. TUTUM KAVRAMI	10
1.2.1. Tutumu Oluşturan Öğeler.....	11
1.2.2. Tutumun Oluşum Süreci.....	12
1.2.3. Spora Yönelik Tutum	12
1.3. KAYGI KAVRAMI.....	14
1.3.1. Kaygı Türleri	15
1.3.2. Kaygının Belirtileri ve Etkileri.....	16
1.3.3. Kaygının Nedenleri.....	16
1.3.4. Kaygı Kavramının Spor Bağlamında İncelenmesi	17
1.3.5. Sosyal Kaygı	18
1.3.6. Sosyal Görünüş Kaygısı	19
1.3.6.1. Sosyal görünüş kaygısının spor bağlamında incelenmesi	21
1.4. SOSYAL YETKİNLİK	21
1.4.1. Yetkinlik Beklentisi Süreçleri	22
1.4.2. Sosyal Yetkinliğin Spor Bağlamında İncelenmesi	23
1.4.3. Duygusal Yetkinlik	23
1.4.4. Sosyal-Duygusal Yetkinlik.....	24
1.4.4.1. Sosyal duygusal yetkinliğin alt boyutları	25
1.4.4.2. Sosyal duygusal yetkinliğin spor bağlamında incelenmesi.....	25
1.5. ALANYAZIN TARAMASI.....	26

İKİNCİ BÖLÜM	29
2. YÖNTEM	29
2.1. ARAŞTIRMA MODELİ	29
2.2. EVREN VE ÖRNEKLEM	29
2.3. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI.....	29
2.3.1. Kişisel Bilgi Formu	29
2.3.2. Üniversite Öğrencilerinin Spora Yönelik Tutumları Ölçeği	29
2.3.3. Sosyal Duygusal Yetkinlik Ölçeği	31
2.3.4. Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği	31
2.4. VERİ ANALİZİ	32
2.5. GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK	32
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM	33
3. BULGULAR	33
SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER.....	42
Sonuç ve Tartışma	42
Öneriler	57
KAYNAKÇA.....	59
EKLER	72
Ek 1: Kişisel Bilgi Formu	72
Ek 2: Spora Yönelik Tutum Ölçeği.....	73
Ek 3: Sosyal-Duygusal Yetkinlik Ölçeği.....	74
.....	75
Ek4 : Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği	76
Ek 5: Etik Kurul İzni	77
Ek 6: İzinler	78
ÖZ GEÇMİŞ	80

TABLÖLAR

Tablo 1: Katılımcılara İlişkin Yüzde ve Frekanslar	33
Tablo 2: Yaş, Kişisel Gelir ve Aile Geliri Değişkenlerine İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler ...	33
Tablo 3: Ölçeklere İlişkin Tanımlayıcı İstatistikleri	34
Tablo 4: Ölçeklere İlişkin Güvenirlik Analizi Sonuçları	35
Tablo 5: Cinsiyet Değişkenine Göre t-Testi Sonuçları	35
Tablo 6: Bölüm Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları	36
Tablo 7: Sınıf Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları	37
Tablo 8: Aktif Olarak Spor Yapma Durumu Değişkenine Göre t-Testi Sonuçları	38
Tablo 9: Yaş, Kişisel Gelir ve Aile Geliri Değişkenleri ile Ölçekler Arasındaki İlişkiye Yönelik Spearman Korelasyon Analizi Sonuçları	39
Tablo 10: Sosyal Duygusal Yetkinlik ile Sosyal Görünüş Kaygısı Arasındaki İlişkiye Yönelik Korelasyon Analizi Sonuçları	40
Tablo 11: Spora Yönelik Tutum ile Sosyal Görünüş Kaygısı Arasındaki İlişkiye Yönelik Korelasyon Analizi Sonuçları	40
Tablo 12: Spora Yönelik Tutum ile Sosyal Duygusal Yetkinlik Arasındaki İlişkiye Yönelik Korelasyon Analizi Sonuçları	41

KISALTMALAR

SGKÖ	: Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği
SYT	: Spora Yönelik Tutum
TDK	: Türk Dil Kurumu
SPSS	: Statistical Package for the Social Sciences
Ort.	: Ortalama

SİMGELER

sd	: standart sapma
%	: yüzde
f	: frekans
n	: katılımcı sayısı
p	: anlamlılık düzeyi
t	: t-Testi
r	: korelasyon

GİRİŞ

Bireyler olumsuz bir durumla karşılaştıklarında kaygılı davranışlar sergilemektedirler. Kaygı, bireyin bünyesinde bulunan, etrafındaki psikolojik olaylara verilen duygusal bir tepkime olarak belirtilmektedir. Geniş kapsamlı ve birey için normal olan bu tepki; bazı durumlarda kişiyi motive ederek onu bazı pozitif davranışlara yöeltebilir, bazen ise kişinin davranışlarını negatif yönde etkileyebilir (Yüceant, 2013). Dış görünüş insanlık tarihi boyunca kişilerin yaşamında önem arz etmektedir. Günümüzde farklı yaş gruplarının, özellikle de yetişkin bireylerin odak noktalarından biridir. Dış görünüşe atfedilen değerler toplumlarda hep dikkate alınmıştır (Yıldız, 2022). Buradan yola çıkan araştırmacılar; bireyin kendi fiziksel görünüşüne duyduğu beğeni, bireyin diğer kişiler tarafından görünüşü hakkındaki düşünceleri gibi fiziğe yönelik psikolojik özellikler ve bu özelliklerin beden görünüşü etkileyebilecek faaliyetlere katılım oranı ile olan ilişkisi üzerine yapılan araştırmalar bulunmaktadır (Davidson ve ark., 1991).

İnsan duygusal ve toplumsal yapıya sahiptir. Sosyal çevresindeki diğer insanlarla iletişim halinde olmak, insanlar için önemli bir ihtiyaçtır. İletişim halindeyken diğer kişiler üzerinde olumlu bir iz bırakmak isterler (Alımcı, 2018). Bireyin dış görünüşü diğer kişilerde olumlu izlenim bırakmak için önemli bir başlıktır. Birey kendi bedenine birçok anlam yüklenmiştir. Çevresindeki kişiler tarafından beğenilmeyi olumlu, beğenilmemeyi ise olumsuz değerlendirilir. Sunulan ideal vücut yapıları bireylerin duygu ve düşüncelerini ve beden algılarını etkilemektedir (Abonoz, 2016). Bedenle ilgili “görünüştümüz, duruşumuz, tarzımız, tavrımız, ten rengimiz, boyumuz, kütlemiz, dilimiz, ses tonumuz, varlığımızın tek mekânsal göstergesi, gerçekliğimiz ve kişilik yapımızın bir ifadesidir” şeklinde açıklamalar yapılmıştır (Ertürk, 2012).

Sosyal fiziki kaygı kavramı ise “kişinin sahip olduğu fiziksel görünüm sosyal çevre tarafından olumlu-olumsuz değerlendirildiğini düşündüğünde ya da inandığında beden algısıyla bağlantılı olarak oluşan kaygıdır” şeklinde tanımlanır (Çepikkurt & Çoşkun, 2010). Sosyal fizik kaygı iki başlık içerisinde değerlendirilir. Bunlardan birincisi bireyin fiziksel görünümünden hoşnut olmaması ve ikincisi ise fiziksel görünümünün diğer kişiler tarafından olumsuz değerlendirilme korkusudur. Bu faktörler bireyin psikolojik açıdan olumsuz yönden etkilemektedir (Yaşartürk ve ark., 2014).

Kişiler yaşantılarında sağlıklı, ince, kaslı gibi fiziksel özelliklere sahip olma isteği ve diğer kişiler tarafından güzel bir izlenim oluşturma isteği bireyler için önemli bir durumdur (Yaman ve ark., 2008). Bireyler güzel olmayı iyi karşılayabilirken, çirkin olmayı aynı şekilde

karşılayamamaktadırlar. Kişilerin dış görünüşe verdiği anlam ve yaptığı değerlendirmeleri üzerinde bireyin yaşadığı zaman dilimi, kültürü ve iletişim araçlarının etkisinden söz edilebilir. Son dönemde ön plana çıkan internet aracılığıyla kişilere sunulan uygun beden kalıpları kişilerin duygu ve düşüncelerine ve beden algılarına etki etmektedir (Telli & Ünal, 2016).

Literatür taramasına göre fiziksel görünüş olarak kendisini beğenen ve mutlu hisseden kişiler, kendine güveni ve kendine saygısı görülmekte, bu bireyler hem kendilerini kıymetli görmekte hem de depresyonda azalma ve daha sağlıklı görmektedir (Abonoz, 2016). Fakat fiziksel görünüm olarak kendini iyi hissetmeyen bireyler de ise; kendisine olan saygı, güven eksikliği, yetersiz beden imgesi, depresyon gibi pek çok olumsuz problemler görülebilmektedir (Yaman ve ark., 2008).

Sosyal fizik kaygısı ile ilgili kuramlara bakıldığında bilişsel davranışçı yöntem göze çarpmaktadır. Sosyal fiziki kaygının ortaya çıkmasında kişinin kendisini ve diğer kişilerin dış görünüşünü olumsuz değerlendirdiğine ilişkin beklentiler mevcuttur. Hatta bireylerde oluşan kaygının etkisi ile bedenlerini düşündüğünden daha olumsuz değerlendirme eğilimindedirler (Russwell, 2002). Bilişsel davranışçı yaklaşım bu değerlendirmelerin yeniden yapılandırılması üzerinde etkilidir. Bilişsel davranışçı yaklaşım bireyde oluşan sanı düşünceler tanımlanır ve bireyde kaygı oluşturan olaylar belirlenir (Dilbaz, 2000).

Bireyde oluşabilecek bu tür duyguların gerçek dışı olabilecek bir anlayış geliştirmesi durumu duygusal yetkinlik kavramını karşımıza çıkarmaktadır. Duygusal yetkinlik duygularla ilgili birçok kabiliyeti kapsayan genel bir beceriler dizisi olarak ifade edilebilir (Garner, 2010). Saarni'ye (1999) göre, birçok duygusal yetkinlik becerisi vardır. Bu beceriler bireyin öz duygusal durumunun farkında olması, duruma yönelik ve ifade edici bilgilere dayanarak diğer kişilerin duygularını ayırt etmesi, duygu kelimelerini kullanabilme kabiliyetine sahip olabilmesi, diğer kişilerin duygusal yaşanmışlığına katılma becerisi, içe baskılanmış duyguların farkına varabilme becerisi, kendi kendini düzenleme stratejilerini kullanarak durumla uygun şekilde başa çıkma kapasitesi, duyguların karşılıklı ilişki içerisinde aktarımının nasıl olduğunun bilincinde olmak ve duygusal öz yeterlilik kapasitesi şeklindedir (Mayer ve ark., 2008).

Kişinin öznel dünyasına bırakmış olduğu izlenim aynı olamamaktadır. Sosyal yetkinlik inancına göre Connolly (1989), kişilerin sosyal aktif rol alma, karşılıklı ilişkilerde olumlu izlenim bırakma, ortama katılabilme ve içten bir tutum takınabilme olarak tanımlamaktadır. Bir diğer bakışa göre sosyal yeterlilik, kişinin sosyal kabiliyetinin yanı sıra arkadaşlık ilişkileri ve kişiye özel yetkinlik becerilerine göre farklılaşabilmektedir. Sosyal yeterlilik bilinci bireyin toplum tarafından kabul edilme, kendini iyi hissetme ve başarı duygularını olumlu yönde pekiştirmektedir. Bu da bireyin kaygılarının azalmasına, karşı tarafın kendi görünüşü

hakkındaki düşüncelerini içselleştirme oranlarının düşürmesine katkı sağlamaktadır (Connoly, 1989). Sporun sosyal yetkinlik üzerine etkileri konuşulacak olursa; spor bireyin sosyal çevreye katılımını artırabilmektedir. Aynı zamanda bireyin sınırlarını genişletmeye, farklı ortamlarda farklı insanlarla etkileşim kurmaya, onlardan deneyimler kazanmasına yardımcı olur. Egzersiz yapan ve yapmayan bireylerin arasındaki fark gözle görülebilmektedir. Egzersiz yapan kişiler yapmayanlara göre daha aktif, yetenekli, enerji dolu, sosyal olarak uyumlu, kararlı ve çevrelerindeki zor şartlara daha kolay adapte olabilen kişiler oldukları yadsınamaz bir gerçektir. Egzersiz yapan kişilerin yapmayanlara oranla sosyal ve duygusal olarak daha nadir değişkenlik gösterdiği görülmektedir. Dolayısıyla ister amatör olarak gerçekleştirilen faaliyetler olsun ister profesyonel olarak gerçekleştirilen faaliyetler olsun, her ikisi de bireylerin farklı koşullarda oto kontrol sahibi kişiler olmalarını sağlayan, geliştiren ve eksikliklerini tamamlayan, sosyal becerilerinin gelişmesinde büyük katkılar sağlayan bir araç olmaktadır (Tiryaki, 2000).

Araştırmanın Amacı

Bu çalışmanın amacı, spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin spora yönelik tutum, sosyal-duygusal yetkinlik ve sosyal görünüş kaygısı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Bu bağlamda araştırma kapsamında cinsiyet, bölüm, sınıf, spor yapma durumu, yaş, aylık ortalama kişisel gelir ve aylık ortalama aile gelir düzeyi değişkenlerine göre de farklılaşmaların ve ilişkilerin tespit edilmesi alt amaçlar olarak belirlenmiştir.

Araştırmanın Önemi ve Gerekçesi

Dış görünüş insanlık tarihi boyunca kişilerin yaşamında önem arz etmektedir. Günümüzde her yaştan bireylerin, özellikle de gençlerin odak noktalarından biridir. Dış görünüşe atfedilen değerler toplumlarda hep dikkate alınmıştır (Yıldız, 2022). Buradan yola çıkan araştırmacılar; bireyin kendi fiziksel görünüşüne duyduğu beğeni, bireyin diğer kişiler tarafından görünüşü hakkındaki düşünceleri gibi fiziğe yönelik psikolojik özellikler ve bu özelliklerin beden görünüşü etkileyebilecek faaliyetlere katılım oranı ile olan ilişkisi üzerine yapılan çalışmalar bulunmaktadır (Davidson ve ark., 1991). Spor, kişilerin gündelik yaşantılarını etkin bir şekilde kontrol edebilmeleri, vücut yorgunluklarına karşı dirençli olmaları, fit bir vücut yapısına sahip olmaları ve birtakım beceri ve deneyimi kazanabilmeleri hususunda oldukça önemli bir yer tutmaktadır. Kişilerin tüm ahlaki değerleri, zihinsel yapısı ve fiziksel özelliklerini fiziksel aktivitelerden faydalanarak, başarılı sonuçlar elde etme arzusunda olmaları sporun önemini ifade etmektedir (Lochinbekovich, 2022). Egzersiz yapan kişilerin yapmayanlara oranla sosyal, becerikli, enerjik, sosyal olarak uyumlu, kararlı ve çevrelerindeki zor koşullara daha kolay uyum sağlayabilen kişiler oldukları yadsınamaz bir gerçektir. Egzersiz

yapan kişilerin yapmayanlara göre sosyal ve duygusal olarak daha dengeli olduğu tespit edilmiştir. Dolayısıyla amatör veya profesyonel olarak gerçekleştirilen spor faaliyeti, bireylerin farklı şekillerde kontrol sahibi olmalarını sağlayan, geliştiren ve eksikliklerini gideren sosyal becerilerinin gelişmesinde büyük faydalar sağlayan bir araçtır (Tiryaki, 2000).

Literatür taraması yapıldığında, ülkemizde spora yönelik tutum, sosyal duygusal yetkinlik ve sosyal görünüş kaygısı konularının her birisinin ayrı ayrı spor alanında ve diğer alanlarda incelendiği fakat bu üç konunun bir arada olduğu bütünsel bir çalışma yapılmamış olduğu görülmektedir. Spora yönelik tutum, sosyal duygusal yetkinlik ve sosyal görünüş kaygısını kapsayan bu çalışma akademisyen, öğretmen, sağlıkçı ve aileler açısından önem arz edeceği düşünülmektedir. Ayrıca araştırma sonuçlarının alanyazındaki boşluğun dolmasına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırmanın yapısında bulunan veya araştırmacı tarafından öngörülen başlıca sınırlılıklar şunlardır:

- ✓ Araştırma bulgularının kaynağı, 15.05.2023-15.06.2023 tarihleri arasındaki toplanan verilerle sınırlandırılmaktadır.
- ✓ Araştırma için toplanan verilerin geçerliği, ölçek formunun uygulandığı zaman dilimi ile sınırlandırılmaktadır.
- ✓ Araştırma, konu ile ilgili ulaşılabilen kaynakların sağladığı veriler ile sınırlandırılmaktadır.

Varsayımlar

Bu araştırmanın planlanıp yürütülmesinde ve ulaşılan bulguların yorumlanmasında aşağıda verilen sayıltılardan hareket edilmektedir. Bu bağlamda araştırmanın sayıltıları aşağıda maddeleştirilmiştir:

- ✓ Katılımcıların ölçek formunu doğru, samimi ve içtenlikle cevapladıkları kabul edilmektedir.
- ✓ Araştırma konusu ile ilgili ulaşılabilen kaynaklardan elde edilen bilgilerin objektifliği yansıttığı varsayılmaktadır.
- ✓ Anket formundaki ifadelerin katılımcılar tarafından doğru olarak algılandığı varsayılmaktadır.

- ✓ Anket formunun uygulanması esnasında iç ve dış şartların bütün katılımcılar için aynı olduğu kabul edilmektedir.
- ✓ Anket formuna verilen cevaplar doğru olarak kabul edilmektedir.
- ✓ Araştırmada kullanılan ölçme araçları, ölçülmesi planlanan durumları doğru bir şekilde ölçmektedir.

Hipotezler

H₁: Katılımcıların spora yönelik tutumları ile sosyal görünüş kaygıları arasında ilişki vardır.

H₂: Katılımcıların spora yönelik tutumları ile sosyal-duygusal yetkinlikleri arasında ilişki vardır.

H₃: Katılımcıların sosyal görünüş kaygıları ile sosyal-duygusal yetkinlikleri arasında ilişki vardır.

H₄: Katılımcıların cinsiyet değişkenine göre spora yönelik tutumlarında ilişki vardır.

H₅: Katılımcıların bölüm değişkenine göre spora yönelik tutumlarında ilişki vardır.

H₆: Katılımcıların sınıf değişkenine göre spora yönelik tutumlarında ilişki vardır.

H₇: Katılımcıların aktif spor yapma durumuna göre spora yönelik tutumları arasında ilişki vardır.

H₈: Katılımcıların yaşları ile spora yönelik tutumları arasında ilişki vardır.

H₉: Katılımcıların aylık ortalama kişisel gelir düzeyleri ile spora yönelik tutumları arasında ilişki vardır.

H₁₀: Katılımcıların aylık ortalama aile gelir düzeyleri ile spora yönelik tutumları arasında ilişki vardır.

H₁₁: Katılımcıların cinsiyet değişkenine göre sosyal duygusal yetkinliklerinde ilişki vardır.

H₁₂: Katılımcıların bölüm değişkenine göre sosyal duygusal yetkinliklerinde ilişki vardır.

H₁₃: Katılımcıların sınıf değişkenine göre sosyal duygusal yetkinliklerinde ilişki vardır.

H₁₄: Katılımcıların aktif spora yapma durumuna göre sosyal duygusal yetkinliklerinde ilişki vardır.

H₁₅: Katılımcıların yaşları ile sosyal duygusal yetkinlikleri arasında ilişki vardır.

H₁₆: Katılımcıların aylık ortalama kişisel gelir düzeyleri ile sosyal duygusal yetkinlikleri arasında ilişki vardır.

H₁₇: Katılımcıların aylık ortalama aile gelir düzeyleri ile sosyal duygusal yetkinlikleri arasında ilişki vardır.

H₁₈: Katılımcıların cinsiyet değişkenine göre sosyal görünüş kaygısı düzeylerinde ilişki vardır.

H₁₉: Katılımcıların bölüm değişkenine göre sosyal görünüş kaygısı düzeylerinde ilişki vardır.

H₂₀: Katılımcıların sınıf değişkenine göre sosyal görünüş kaygısı düzeylerinde ilişki vardır.

H₂₁: Katılımcıların aktif spora yapma durumuna göre sosyal görünüş kaygısı düzeylerinde ilişki vardır.

H₂₂: Katılımcıların yaşları ile sosyal görünüş kaygısı arasında ilişki vardır.

H₂₃: Katılımcıların aylık ortalama kişisel gelir düzeyleri ile sosyal görünüş kaygısı arasında ilişki vardır.

H₂₄: Katılımcıların aylık ortalama aile gelir düzeyleri ile sosyal görünüş kaygısı arasında ilişki vardır.

BİRİNCİ BÖLÜM

1. KURAMSAL ÇERÇEVE

1.1. SPOR KAVRAMI VE TANIMI

Türk Dil Kurumu (TDK)'na göre spor, “Fiziği ya da bilinci iyileştirmek sebebiyle bireysel veya toplu olarak meydana gelen, birtakım kurallara göre yapılan hareketlerin tamamıdır” şeklinde belirtilmiştir. Spor, bireyin fiziksel ve zihinsel sağlığını geliştirmek sebebiyle, belirli kurallardan oluşan, kazanma ortamı içerisinde, üstün gelme, yarışma esnasında rakiplerine karşı koymak için yapmış oldukları hareketler tamamıdır (Koçaer, 2018). Birey aracılığı ile belirli bir oluşuma bağlı olarak meydana gelen fiziki faaliyet, motor yetenekleri, sosyal, psikolojik ve zihinsel niteliklerini devam ettiren ve bu niteliklerini belirli kurallar içerisinde mücadelede göstermeyi gaye edinen sosyal, pedagojik ve biyolojik bir etkinlik ortamı olarak da bilinmektedir (Orkunoğlu, 1985).

Spor birden fazla anlamda kullanılabilir, bu açıdan geniş bir terimdir, toplumsal birliği ve bireyler arası ilişkileri geliştirirken; estetik, oyun, sağlık, coşku, haz, uğraş, siyaset aracı, ilim ve boş vakitleri değerlendirme faaliyetleri şeklinde söylenilebilir. Kişinin zihnini ve fiziğini direk olarak konu alan toplumsal bir olgudur (Şaban, 2007). Günlük yaşantımızın bir parçası olan spor her alanda karşımıza çıkmaktadır spor yapmak insan sağlığına direk etki eder ve fayda sağlar, spor yapmanın belirli bir yeri olmadığı için her yerde ve her şartta yapılabilir. Bu sebepten dolayı farklı kişiler tanımak, sosyal çevreyi genişletmek olağandır (Kılıç, 2006).

Türker'in (2010) tanımlamasına göre; spor bireyin fiziksel ve ruhsal bütünlüğünü kazanmasıyla keyifli bir hayat sürdürebileceğini ve kişilerin toplum tarafından bireyler arası etkileşiminde, fiziksel, ruhsal ve toplumsal anlamda sıhhatli bir hayat sürmeleri kapsamında spor mühim bir yer edinmektedir (Türker, 2010). Ruhsal yönden spor ile uğraşan kişilerde haz duygusu ve mutlu etme duygusu meydana gelmektedir. Devrimizin genel durumu olarak tanımlanan kaygı ile baş etmede en önemli faktör şüphesiz spor yapmaktır. Toplumun güncel hayatında karşılaştıkları sıradan yaşantısı ve anlayışını spor yaparak ortadan kaldırmak mümkündür. Kişilerin rahatlaması ve yumuşamasının yanında kendilerini mutlu ve bir şeyleri başara bilmenin vermiş olduğu sevinci yaşamalarına neden olur (Aracı, 2001).

1.1.1. Sporun Amacı

Spor, rekabet kavramını içinde barındıran ve galip gelmeye yönelik bir çaba gerektiren, karışık bedensel becerilerin sergilendiği yarışmaya dayalı bir faaliyettir. Sporun bireysel, sosyal ve davranışsal açıdan birden fazla etkisinin olduğu görülmektedir. Fertlerin yaşam standartlarını artırmaları ve fiziksel yönden zinde olabilmeleri sporu düzenli, sürekli ve amaçlı hale getirmeleriyle mümkündür. Spor, ideal fiziğe sahip olmak zorunda olduğumuz özellikleri ve davranışları edinmemize olanak sağlar (Lochinbekovich, 2022). Bu yüzden fiziksel açıdan daha yetenekli bireylerin seçilmesi, seçilen bireylerin sürekli ve tempolu bir eğitimle iletılması gerekir. Spor, gerçek anlamda zafer hırsının yükseltilmesi ve bireysel yönden en doruk yere çıkarılması hususunda uğraşılan yoğun çabadır (Aracı, 2001).

1.1.2. Sporun Önemi

Yaşantımızda önemli bir yer tutan spor gün geçtikçe gelişimini sürdürmekte olup bireysel, sosyal, ekonomik ve eğitimsel açıdan büyük önem taşımaktadır. Spor kişilerin gündelik yaşantılarını etkin bir şekilde kontrol edebilmeleri, vücut yorgunluklarına karşı dirençli olmaları, düzgün fiziki yapıya sahip olmaları ve birtakım beceri ve deneyimi kazanabilmeleri hususunda oldukça önemli bir yer tutmaktadır. Toplumsal anlamda sporun arkadaşlık, liderlik, mütevazı, hoşgörü, kendini kontrol etme ve birlikte iş yapma gibi benzer grupları da içerisinde barındırdığı bilinmektedir. Kişilerin tüm ahlaki değerleri, zihinsel yapısı ve fiziksel özelliklerini fiziksel aktivitelerden faydalanarak, başarılı sonuçlar elde etme arzusunda olmaları sporun önemini vurgulamaktadır (Lochinbekovich, 2022).

1.1.2.1. Kişisel yönden sporun önemi

Sağlıklı ve dinç bir fiziğe sahip olmaya giden yol sportif faaliyetlere katılmaktan geçer. Fiziksel aktiviteler katılmak, doğru ve etkili solunum yapabilme becerisini kuvvetlendirir. Spor esnasında terleme yolu sayesinde vücut toksinlerden arınır. Spor yaparak yaşlılık belirtilerini çok daha az görünür olmasını sağlayabilir. Spor, vücuda ve saç diplerine kan akışını sağlayarak kişinin cilt yapısını daha genç ve daha sağlıklı olmasını sağlar. Spor yapan kişilerin metabolizması, spor yapmayanlara göre daha sağlıklı olur, böylelikle diğer kişilere oranla daha geç hastalanır ve daha hızlı iyileşmesini sağlar. Spor yapan insanın beslenme düzeni de düzelir. Buna istinaden isteğe göre kilolu bir vücuda sahipse kilo verir, zayıfsa ise kilo alır. Kişilerin kilo alıp verme yöntemleri arasında en sağlıklı olanı spor yoluyla sağlanmaktadır. Birden fazla spor branşı içerisinde, diğer kişiler ile birlikte yapılan spor faaliyetleri daha fazla tercih edilendir. Kişiler spor sayesinde arkadaş ortamını genişletme, farklı sosyal çevrelere katılma ve beraber spor yapacak arkadaşlıklar edinme fırsatı bulur. Spor yapan birey fiziksel yapısı olumlu

yönde geliştirdikçe kendine olan öz güveni artar. Düzenli spor alışkanlığı olan bireylerin psikolojik faaliyetlerinin daha sağlıklı, mutlu, sosyal hayatta iletişimi kuvvetli ve iş hayatında da daha verimli olması mümkündür (Yavaş & İlhan, 1996).

1.1.2.2. Psikolojik yönden sporun önemi

Kişilerin günlük hayatlarında yaşadıkları stres, iş çokluğu, rekreasyon problemleri ve sade yaşam şekillerindeki olumsuzluklar düzenli spor alışkanlıkları ile en aza indirmek muhtemeldir. Kişilerin günlük hayatta yaşadıkları problemleri atlata bilmeleri için spor çok mühim bir yer tutar. Spor, kişilerin zihinsel olarak kendilerini mutlu hissetmesini, egzersiz yaptıktan sonra gündelik yaşantısına motive olmalarını ve hayatlarından memnun olmalarını sağlar (Baunmann, 1994).

Spor alanında yapılan çalışmalar sonucunda fiziksel ve zihinsel gelişim aşamasında olumlu etki gösterdiği görülmüştür. Fakat hangi egzersizlerin hangi şiddette uygulandığında yarar getireceği bilinmemekle beraber araştırmalar devam etmektedir. Geçerli olan araştırmalar incelendiğinde sporun, stresi kontrol altına alınmasına fayda sağladığı, kendine olan güveni oluşturduğu, bunalım ve kaygıyı ortadan kaldıracağı ifade edilmektedir (Zmijewski, 2000). Bilhassa grup sporlarında kişi bireysellikten kaçınır ve takım duygusuyla hareket eder, kişisel menfaatlerinden ziyade takımın çıkar ve menfaatlerine göre kararlar alır veya verir. Kişide adalet, içtenlik ve samimiyet duyguları zenginleşir. Sportif aktiviteleri sahada ve alan dışarısında rakibe veya takıma saygılı olmayı, kazanmayı veya kaybetmeyi, haklarını korumayı ve paylaşımcı olmayı öğretir. Spor ruhsal olarak da mutlu olma, zevk alma, tatmin olma gibi duyguların, kişisel ve bireysel gelişiminde de olumlu katkı sağlar (Şaban, 2007).

1.1.2.3. Fizyolojik yönden sporun önemi

Modern veya teknoloji denilen günümüz döneminde hareket alanının yetersiz olması ya da sınırlandırılmasıyla, bireylerin evde veya ofiste çalışma sisteminin çok fazla olması, spor bilgisi ve bilincinin yetersiz olmasından dolayı stabil bir hayat ve toplum olma yolunda olumsuz yönde ilerleme gösterebilmektedir (Kılıç & Özdilek, 2006). Bireyin bu koşullarda yaşamak ve çalışma zorunluluğu olması, psikolojik rahatsızlıklar oluşturmakta, aile ve iş alanında çeşitli olumsuzluklar, açık veya gizli çekişmeler, gereksiz tartışmalar oluşmasına sebep olmaktadır. Böyle olumsuzluklar, insan sağlığını negatif yönde etkilemektedir. Bireylerin pasif ve sabit bir yaşam sürmelerini tetiklemektedir. Hareketsiz kalmak bireyin başına geleceği en kötü durumlardan biridir, bununla birlikte insan bedenini sabit kaldığında kaslar güçsüzleşir, eklemleri fonksiyonlarını yitirir, sinir ve kas birlikteliği temel birleşimleri yok olur (Kılıç & Özdilek, 2006).

Spor aktivitelerine katılım sağlayan kişilerin hepsinin, katılım sağlamayanlara kıyasla fiziksel açıdan dinç ve sağlıklı oldukları görülmektedir. Günümüzde düzenlenen sportif aktivitelere her kesimden kişinin katılım sağladığına şahit olmaktayız. Bu durumun son zamanlarda artması kişiler üzerinde olumsuz etkiden ziyade olumlu izlenimler bırakmaktadır. Birçok bilimsel araştırmalarda yer edindiği gibi, sportif faaliyetlerin bireye olumsuz bir etkisinin olmadığı, spor uzmanları tarafından “Sportif faaliyetlere katılımının ne denli önemli olduğunu insanlara aşılama bilirse ve onlara sağlıkları için spor yapmaları gerektiğini anlatırsak en kıymetli zamanlarını spora ayırırlar ve bireyler için vazgeçilmez uğraş olurdu.” şeklinde ifade edilmektedir (Alçak ve ark., 1987). Özetle, daha önce yapılan araştırmalara göre sportif yaşama adepte olan bireyler ile olamayan bireyler arasında karşılaştırma yapıldığında sportif faaliyetlere katılım gösteren bireylerin bedensel kuvvet oranında artma ve fiziksel özellikler bakımından daha sağlıklı göründükleri kabul edilen bir gerçektir (Gökdağ, 2018).

1.2. TUTUM KAVRAMI

Tutum bireylerin bir takım hareket ve olgulara karşı gösterdikleri negatif veya pozitif eğilimler olarak ifade edilebilir. Tutum, kişilerin kendilerine has özellikler veya sosyal çevrelerinde bulunan bazı obje, toplumsal konular ile alakalı bir kavram ve herhangi bir konuyla veya olaylara ilişkin bilgilere sahip olma, tecrübe kazanma adına bir yönelimdir (İnceoğlu, 2010). Ravindranath (1983) tutum kavramını bireyin davranışları üzerinde belirli değişikliklere neden olan psikolojik bir etken olarak tanımlamaktadır. Bireyi herhangi bir psikolojik varlığa olması gereken tepki göstermeye teşvik eden, duygusal olarak kodlanmış bilinen davranış biçimlerindenidir. Tutumlar: Bilişsel, duyuşsal ve davranışsal olarak birbirleriyle ilişkili bileşenler oluşturacak şekilde kavramsallaşır ve oldukça çok davranışsal eylem içerir. Tutumlar, gerçekleşmesi olası yapılardır ve bu nedenle somut olarak gözlemlenemezler, ancak dolaylı olarak gözlemlenebilirler (Singh & Devi, 2013).

Tutumlar davranışsal, bilişsel ve duygusal bir eğilim şemasından oluşmaktadır. Bu üç öge arasında iç tutarlılık ve devamlı bir ilişki olduğu söylenmektedir. Bu söyleme göre birey karşılaştığı durum, olay ve nesne karşısında kendisinde varolan bilgilere bakarak olumlu bir tepki vermesi gerektiği ortaya çıkıyorsa bilişsel öge; karşılaştığı durum, olay ve nesneye karşı hissettikleri duyuşsal öge; tüm bunları bedensel olarak beden diliyle dışarıya yansıtması ise davranışsal öge olarak değerlendirilir (Adıgüzel, 2020). Tutum, kişinin bir olay veya durum karşısında muhtemel bir tepki veya bir davranış şekli oluşturma eğilimi olarak incelendiğinde insanın her türlü davranışının kaynağında tutumların var olduğu görülebilmektedir. Bu bağlamda tutumun, davranış kalıplarının en önemli unsurlularından biri olarak değerlendirilmesi olağandır (İnceoğlu, 2010).

1.2.1. Tutumu Oluşturan Öğeler

Literatürde tutumun üç farklı yapısal unsuru olduğu görülmektedir. Bu unsurlar Zihinsel, duygusal ve davranışsal unsurlardır. Tutum yalnızca hissiyat veya hareket olarak değil, bilişsel, duygusal ve davranışsal unsurların tümüdür (Kağıtbaşı, 2005). Bu yapılanmaya göre kişinin belirli bir başlık ile ilgili bildikleri (bilişsel), bu başlığa hangi duygular ile yaklaşacağını (duygusal) ve bu konu hakkındaki davranışlarını da (davranışsal) belirlenmektedir. Bu hususta tutumun davranışa yansımaları için bu üç öge arasında bağ olmalıdır (Tavşancıl, 2006).

Bilişsel öge, bilişsel öge, hali hazırda olan olay örgüsünü anlama sürecidir. Kişinin düşünme esnasında zihninde oluşan bölümlendirme olgusudur. Zihnimizde bulunan bilgilerin kendi aralarında bölümlendirmesi anlamına gelmektedir. Düşünme esnasında ortaya çıkan evrelerle ilgili olup sistematik bir şekilde işlemlerini sağlamaktadır. Ayrıca bir şahsın bir nesne ve duruma karşı yapısında bulunan fikirleri, inanışları ve kaygıları ortaya koyması ve öne çıkan değerlendirme sürecini kapsamaktadır. Kişilerde tutum durumunun oluşması için öncelikle karşıt bir nesne ya da objeden gelen uyarının olması gerekir. Çünkü var olmayan, yaşanmamış durum ve unsurlara tepki vermek ve tutum oluşturmak mümkün değildir (Temel, 2019).

Duygusal öge, tutumun duygusal öge başlığı insandan insana farklılık gösteren ve daha çok gerçekten uzak soyut olarak ifade edilemeyen, bir şeyden zevk alıp veya almaması niteliğini oluşturmaktadır (Baysal & Tekarslan, 1996). Buna ek olarak duygusal öge; nesnelere karşı meydana gelen duygusal tepki belirtir (örneğin, sevmek veya sevmemek). Yapılan birtakım araştırmalar, duygusal bileşenin önemini gözler önüne serer. Bir kişinin bir öğeye ve nesneye karşı beslediği tutum en genel anlatımla şahsın o olayla ilgili inanç değerlerini araştırıp incelemekle ortaya çıkmaz çünkü duygular kişilerin bilişsel süreci ile beraber hareket eder ve ortaya çıkarılması kolay değildir (Temel, 2019).

Davranışsal öge, bireyin bir takım uyarıcı sayesinde tutum nesnesiyle alakalı davranış eğilimini gösterir. Davranışsal yaklaşımlar kişinin sözlerinden veya hareketlerinden anlaşılabilir (Tavşancıl, 2006). Bu eğilimler kişinin alışkanlıkları, değerleri ve ilişki kurduğu nesne ile bire bir ilişkisi olmayan durumların tesirindedir. Bu yüzden davranışsal öge kapsamında kuramsal ve duygusal davranışların derinine inmek gerekmektedir (İnceoğlu, 2010). Duygusal eylemler; bireyin bulunduğu ortamda karşılaştığı nesneye olumlu veya olumsuz anlamda geçmiş zamanda edinmiş olduğu birikimlere dayanarak kazandığı tutuma karşılık göstermiş olduğu sözel veya hareketlilik bulunduran davranışlardır. Lakin doğrudan edinilen deneyim ile bağlantılı değildir. Bu sebeple duygusal ve kuralcı eylemle kıyaslanmamalıdır (Karcı, 2021).

1.2.2. Tutumun Oluşum Süreci

Bireylerin kendine has tutumların belirlenmesinde ve ilerlemesinde ebeveynlerin büyük etkisi vardır. Çocuklar anne, babalarının yaptığı davranışları ve hareketleri taklit ettiklerinde meydana getirdikleri artı davranışlarına hediye verilerse ebeveynler çocuklarının olumlu tutum kazanmasına imkan vermiş olurlar (Karadağ, 2012).

Tutumların meydana gelmesini sağlayan durumları ortaya koyan ve McGuire ve Reich-Adcock tarafından yapılan araştırma bulgularına dayanarak, tutumun meydana gelmesi ve ilerlemesi sağlayan maddeler şunlardır (Karadağ, 2012):

Jenetik unsurlar,

Fiziki unsurlar (hastalık, büyüme, kötü alışkanlıklar vb.),

Tutum hususunda geçmiş yaşantılar,

Benlik yapısı,

Sosyalleşme süreçleri,

Grup aboneliği,

Sosyal seviye özellikleri.

Yukarıda tutumların meydana gelmesini ve büyümesini sağlayan faktörler arasında bulunan ilk dört madde doğrudan bireyin kendi bünyesi ile alakalı faktörlerden oluşmaktadır. Diğer üç başlık ise bireyin ait oldukları sosyal çevresindeki sosyo-psikolojik özellikler ile ilgilidir. Mevcut başlıkların tümü tutumların meydana gelmesine ve ilerlemesine iki şekilde etkisi vardır. Birincisi, söz konusu unsurlar kişilerin inanç sistemine ilişkin tutumları benimsemelerine katkı sunmaktadır. İkincisi ise söz konusu unsurlar mevcut olan tutumların değişime imkân sağlaması ve bu kapsamda tutumların etkin olmasına yardımcı olmaktadır (Karadağ, 2012).

1.2.3. Spora Yönelik Tutum

Bireyler tutum sahibi olarak hayata gelmezler. Tutumlar, yaşantımızda meydana gelen bazı negatif veya pozitif durumlarda aniden ya da biraz zaman alarak ortaya çıkar. Kişiler mevcut ortamlarda iletişim ve etkileşim halinde olduklarından devamlı gelişim, değişim göstererek farklı tutumlar oluşturacaklardır (Diker, 2021).

Kişilerin mevcut olan fiziksel yapıları ve psikolojik becerileri, sportif faaliyet aşamasında sergilemiş oldukları performans, sportif faaliyetlere karşı geliştirmiş oldukları tutumların ve yaklaşımların belirlenmesine imkan sunar. Yaşamın normal akışı içerisinde

bireyler çevreleri tarafından belirlenen birtakım kurallara göre bazı tutum ve tavırlar geliştirdiği görülmektedir. Kişiler, sosyalleşme sürecini hızlandırmak için topluma karışabilmeleri, alışabilmeleri ve etkili iletişim becerilerini sağlamaları gerekmektedir. Bu sosyalleşme süreci içerisinde en güçlü faktörlerin başında spor gelmektedir. Bu açıdan spor bireylerin bedensel ve toplumsal açıdan olumlu tutumlarını geliştirip hem harekete dayalı hem de farklı düşüncelerin oluşmasında önemli bir yerin olduğu görülmektedir (Kuçuradi, 1971).

Spora karşı kişilerin tutumunu; çevresindekilerle etkileşim halinde olduğu, hayatındaki tecrübeleri, ailesi, çevresi, karşı tarafa duyulan sempati, kaynaşma ya da yalnız sporu spor için yapmak bağlamındaki nedenlerle meydana gelir. Kişilerde bulunan tutumları anlamlandırmak, onların spora karşı olumlu tutum kazanmalarına yardımcı olmak açısından önem arz etmektedir. Olumlu tutum kazandırarak çoğu kişiyi seyirci ya da izleyici olarak spora farklı bakış açısından bakma olanağı sağlanabilir (Taştan, 2020).

Kişilerin sportif faaliyetlerde karşı karşıya kaldığı olumsuz durumlar, kişinin spora yönelik tutumunun değişmesinde en önemli etkenlerden biridir. Sportif faaliyetlerin veya fiziksel etkinliklerin; kişilerin fiziksel, toplumsal ve bilişsel yönden gelişiminde önemli bir etken olduğu fikrini desteklemektedir. Bu nedenle kişilerin sportif aktivitelere olan ilgisini artırmak, spor yapmanın faydalarının bilincinde olmalarını sağlamak, sergiledikleri performanslarını olumlu yönde geliştirmek ve düzenlemek için spora yönelik bireyde olumlu bakış açısı geliştirmek gerekmektedir. Spora yönelik tutumların meydana gelmesinde birden fazla faktörlerin etkisi vardır. Bu faktörlerden bazıları kısaca belirtilmiştir (Mirsafian ve ark., 2014).

Cinsiyet faktörü, literatürdeki çalışmalar incelendiğinde cinsiyet faktörü spora yönelik tutumları etkileyen önemli etkenler arasındadırlar. Öyle ki toplumda erkeklerin kadınlara oranla spora yönelik tutumlarında farklılıklar olduğu yapılan araştırmalarla gün yüzüne çıkmıştır. Bir başka yönden araştırmalarda kadın ve erkek bireylerin spora yönelik tutumlarının ileri seviyede olduğu ortaya çıkmıştır. Bunun sebebi spora yönelik düşüncelerin erkek ve kadın bireylerde benzerlik göstermesidir. Bu pozisyonun kadın ve erkek bireylerin spora yönelik tutumlarının etkili olmasına olanak sağladığı yapılan çalışmalarla belirtilmiştir (Subaşı, 2021).

Spor yapma alışkanlığı faktörü, düzenli olarak spor yapan birey, sporu hayatının merkezine yerleştirmiş ve bu davranışı süreklilik haline getirmişse spora yönelik tutumun pozitif yönde olduğu söylenmektedir. Bireyin spor yapma sıklığı ise yine spora yönelik tutumlar üzerinde değişkenlik gösterebilir. Hayatında spora yer vermeyen, düzenli spor yapmayan durağan bir hayat yaşayan kişilerde hayatlarına sporu alıp düzenli spor yaparlarsa gelecek

yaşantılarında bireylerin spora yönelik tutumları da yine pozitif yönde ilerlediği görülmektedir (Subaşı, 2021).

Sosyo-ekonomik durum faktörü, kişilerin maddi kazançlarının değişkenlik göstermesi bireylerin spora yönelik tutumları üzerinde ciddi öneme sahiptir. Buna bağlı olarak birtakım sportif faaliyetlere katılmak için gerekli maddi imkanın yeterli olması gerekmektedir. Örneğin bazı spor faaliyetlerinin gerçekleşmesi için o spor branşına ait ürünün temini gereklidir, bunun içinde gerekli maddi gelire sahip olunması gerekmektedir. Bu durumun, kişilerin spora yönelik tutumları üzerinde birtakım değişkenlikler oluşturduğu görülmektedir (Subaşı, 2021).

Spora yönelik tutum; psiko-sosyal gelişim, fiziksel gelişim ve zihinsel gelişim olmak üzere üç boyutta incelenmektedir (Koçak, 2014):

Psiko-Sosyal gelişim, sportif anlamda fiziksel aktiviteye katılım, bireylerin kişisel ve sosyal gelişim sağlamaları ve duygularını kontrol edebilmeleri bağlamında hem ferdi hem de toplumsal açıdan etkilidir (Süslü, 2002).

Fiziksel gelişim, bireyin fiziksel yapısında ortaya çıkan değişimleri tanımlamaktadır; Boy, ağırlık, vücut yapısı, fiziksel sağlık, motor beceri koordinasyonu (göz-ayak, el-ayak vb.), esneklik, dayanıklılık, kuvvet, fiziksel olgunlaşma düzeyi vb. faktörlerle ölçülür (Guyton & Hall, 2007).

Zihinsel gelişim, zihindeki düzenleme ve düşünme sisteminin gelişimine zihinsel gelişim denir. Bu sistemler arasında hayal kurma, odaklanma, problemlerle başa çıkma ve seri karar verme yer alır (Huang & Humphrey, 2012).

1.3. KAYGI KAVRAMI

Türk Dil Kurumu (TDK) Güncel Türkçe Sözlük'te (2019) “üzüntü, endişe duyulan düşünce, korku” şeklinde tanımlanmış olan kaygı, bireyin günlük yaşamını olumsuz yönden etkileyen, gergin ve huzursuz olmasına sebep olan bir duygudur. Kaygı, kavramı Batılı kaynaklardan “anksiyete” kavramının dilimize çevrilmesi ile geçmiştir. Kaygı, sebebi bilinmeyen bir nedenden ötürü hissedilen bilinmeyen korku, endişe ve sıkıntıyla kendini gösterir. Kişinin kötü bir şey olacağı hissi ve bu his ile baş edememe duygusunun belirmesiyle kaygı ortaya çıkar. Kişilerin genellikle hissettikleri bir duygu olan kaygı, iç ya da dış çevrenin sebep olduğu bir tehlike olasılığı veya kişinin böyle bir olasılığa yönelik tutum ya da değerlendirilmesinden kaynaklanır (Araz, 2017).

Kaygı, korku duygusu pasif iken uyarıların birtakım korku duygusuna reaksiyon oluşturması ve bireyin istemediği durumlara uyum gösterme veya o durum için mücadele

etmeye yönelten olağan bir duygu olarak tanımlanmaktadır (Başer, 1998). Kaygı durumunun kültürden kültüre veya kişiden kişiye değişebileceğini hatta kimi kişiler için kaygının hafif hafif oluşan uzun süreli olduğunu ve üzüntüden sonra ortaya çıktığı, bazı kişilerde ise sürdürdükleri yaşamlarını kesin olarak kontrol edememe hissinin oluşması ile gelecek için genel bir kaygının ortaya çıkabileceği belirtilmektedir (Cüceloğlu, 1999). Yine başka bir tanımda sosyal olgularda ya da topluluk önünde performans göstermeyle ilgili gereğinden fazla ve uygun olmayan endişelere karşılık gelmekte ve bir toplulukta konuşmaktan çekinme üst düzeyde korku duygusunu yaşamak sosyal kaygının en çok görülen biçimi olarak ifade edilmektedir (Charles, 2002).

1.3.1. Kaygı Türleri

İlgili literatür incelendiğinde durumluk ve sürekli olmak üzere iki türlü kaygı vardır (Araz, 2017):

Durumluk kaygı, bireyin içinde olduğu durum veya olaydan ötürü hissedilen bireysel korkudur. Bireyin yaşadığı doğal koşulların kapsamı dışında gerçekleşen olaylar aracılığıyla bireyin benliğinin veya menfaatlerinin tehdit edildiği durumlarda oluşmaktadır. Kişide durumluk kaygısının oluşmasıyla birlikte sıkıntı, sinir hali gibi duygular meydana çıkar ve fiziksel olarak bağımsız olarak sinir sisteminde uyarılma ortaya çıkar, bunun neticesinde kişide; titreme, terleme, kızarma veya sararma gibi dışarıdan fark edilebilecek değişiklikler gözlemlenebilir. Kişi kendisini ne kadar stres altında hissederse durumluk kaygı düzeyi de bir o kadar fazlalaşır fakat stres yaratan faktörler en aza indirgendiğinde durumluk kaygı seviyesi de yavaş yavaş ortadan kalkar.

Sürekli kaygı, tekdüze bir durumu riskli bir durum olarak algılayan, yaşadığı olayı stresli olarak kabullenen ve benlik değerlerine karşı yapılan saldırı gibi düşünen bireyin yaşadığı durum kaygı olarak tanımlanabilir. Kişinin sosyal çevresinde bulunan insanlar daima kaygıya sebebiyet veren durumu net anlayamaz, bireyin bulunduğu yerde doğrudan bağlantılı değildir ve dıştan gelen bir riske bağlı olarak meydana gelmez. Sürekli kaygı bireyde belli bir nedeni bulunmayan genel ruh hali mutsuzluk ve memnun olmama durumunu belirtir. Durumluk kaygı, belirli bir olayla direk ilişkiliyken, sürekli kaygı, kişinin benliğinden kaynaklanır. Her zaman sürekli kaygı duygusuna sahip kişilerde, dikkat bozukluğu, odaklanamama ve davranışlarda sorunlar, karşılıklı iletişimden kaçınma, içe dönüklük ve eğitim başarısının gerilemesi gibi belirtiler gözlemlenebilir.

1.3.2. Kaygının Belirtileri ve Etkileri

Kaygı, bireyin beklediği riskli bireysel duyguları ve olası risklerle baş etme kabiliyeti ile ilgili bilişsel öğeleri içeren bireyden bireye farklılık gösteren çok yönlü bir duygu halidir (Çağlar, 1996):

Organik belirtileri, yoğun ve şiddetli düzeyde kaygı yaşayan bireyler bu durumla baş etmeyi sağlamazsa göz bebeklerinde değişiklik, iştahsızlık, cilt tonunda sararma, vücutta titreme ve nabızda değişiklik gibi birçok belirtilere rastlanabilir.

Davranış belirtileri, kaygı sonucunda bireyin vücudunda yalnızca fiziksel yönden değil bilinçsel ve toplumsal yönden de belirtiler gözlenebilir. Örneğin; çekingenlik, büyük laflar sarf etmek, aktif olamama, karar vermede zorlanma, işten kaçma vb.

Hareket belirtileri, kaygı bireylerin hareket kapasitelerine etkide bulunabilir ve koordinasyon aksaklıkları, denge bozuklukları, performans eksikliği, uyumsuzluk, gerilme, beceri, tedirgin hareketler gibi belirtilere neden olur. Bireyde meydana gelen kaygı sebebiyle zihinsel, fiziksel veya somatik uyarılma meydana gelebilirken, bazen bunların hepsi bir anda harekete geçebilir. Kişiler kaygılanmalarına sebep olabileceği durum ya da olayları göz ardı etme eğiliminde oldukları zaman diğer kişiler tarafından doğru yola yönlendirilerek etkili olabilecekleri, yararlı olabilecek alternatif seçeneklerin farkında olamayabilirler. Kaçınma durumunun sayısı giderek arttıkça yaşam alanları kısıtlanır, hareketleri sınırlanır ve yaşam doyumunu artıracak birden fazla fırsatı kaçırmırlar.

1.3.3. Kaygının Nedenleri

Kaygı bazı bireylerde farklı bir sebebi bulunabilirken bazı bireylerde durum farklı olabilir. Örneğin, bazı kaygı hissine sahip bireylerde uzun süren stres sonrası ağır bir şekilde ortaya çıkarken, bazı bireylerde ise gelecekte yaşanabilecek durumları önceden sezmeleri ve kontrol altına alamama duygusuna sahip olmaları sonucunda meydana gelir. Ayrıca önceden yaşamış oldukları olumsuz olayın üstesinden gelemeyen bireyin yeniden benzer durumla karşı karşıya gelme korkusunu yenememesi sonucunda bireyler kaygı duygusunu en üst düzeyde yaşayabilmektedirler. Alışık olmadığı ve kendisini risk teşkil eden ortamdan uzak, güvende hissettiği bir alanda olan bireylerde kaygı veya korku durumu gözlenemez. Fakat aynı ortama farklı bir birey dahil olduğunda durum farklılaşabilir. Bunun sebebi aynı ortamı birçoğu aynı şekilde değerlendirmeyebilir (Araz, 2017).

Kaygının önde gelen nedenlerinden biride, bir grup ve ya toplumdaki ötekileştirme kaygısı mevcuttur. İnsanlar var olduğu andan beri karşılıklı iletişim kurma, bir arada birlikte yaşama ve paylaşmaya yönelik çok fazla ihtiyaç duyar. Bireyin bulunduğu bir ortam ya da

takım içerisinde düşük performans sergileme, diğer takım arkadaşlarından başarısız olması gibi çeşitli nedenlerden dolayı ait olduğu takımdan atılma korkusu kaygıya sebep olarak bireylerin performansını olumsuz şekilde etkileyebilir (Sarioğlu, 2006).

1.3.4. Kaygı Kavramının Spor Bağlamında İncelenmesi

Günümüzde talep edilen hali hazırda birçok spor branşı bulunmaktadır. Hangi branş tercih edilirse edilsin sportif becerilerini göstermek isteyen sporcular, kaygıdan olumlu ya da olumsuz yönden etkilenmektedirler. Yüksek seviyede baskı ve stres yaşayan sporcuların uyum becerileri bozulabilir. Meydana gelen kaygı sonucunda sporcularda oluşan kas gerilmesi ile istenilen hareketleri yapamama, kontrollü ve dengeli harekette bulunamamalarına sebep olabilir. Spor üzerine çalışma yürüten araştırmacılar tarafından yapılan birçok literatür örneğinde; yüksek düzeyde kaygılı sporcular, sergilemek istedikleri performanslarını olumsuz etkileyerek performans düşüklüğü yaşayabilmektedirler (Bull, 1991). Sporcuların kaygılı ve stresli olmalarının sebeplerinden biri de, müsabaka esnasında ya da öncesinde yaşadıkları olumsuz olaylardır. Öncesinde yaşanan gerginlik veya olumsuz bir olay sporcuların aslında beklenen performansın altında kaldıkları görülebilir (Engür, 2002).

Katıldıkları müsabakalarda farklı dereceler elde eden sporculara birtakım testler uygulandığında başarılı olan sporcuların aynı seviyede çıkmalarının nedeni sporcuların zihinsel yapılarındaki değişkenlikler olabileceği görüşü benimsenmiştir. Spor psikolojisi üzerine araştırmalar gün geçtikçe fazlalaşmaktadır. Bu açıdan bakıldığında sporun fiziksel eylemin yanı sıra psikolojik boyutu da başarılı olmak için önem arz ettiği gün yüzüne çıkmıştır (Araz, 2017). Gereğinden fazla kaygılı olan birey ve bununla baş edemeyen sporcular bu durumu azaltmak adına gevşeme yöntemlerinden faydalanabilir. Gevşeme yönteminin en temel hedefi ise tamamen gevşemek yerine kaygı düzeyini azaltmaya yönelik olmalıdır. Sporcu tamamen rahatlarsa sportif başarısı istenilen düzeye ulaşamaz. Böylelikle istenilen başarıyı elde edemez. Bireysel değişkenlikler gösteren kaygının bireye özel en uygun düzeye indirgenmesi önemlidir (Konter, 1996).

Düzenli yapılan spor aktivitesin insan bedeni üzerinde olumlu fiziksel etkileri olabileceği gibi psikolojik açıdan da kişinin benlik saygısını yükseltmedir. İnsan bedenin her bölgesi beyin tarafından kontrol edilmektedir. Beynin işlevselliğe yönelik olarak çalışması bazı psikolojik rahatsızlıkların oluşmasını engellemektedir. Böylelikle spor yapan bireylerde sinir hücreleri yeniden yapılanmakta ve canlandırmaktadır. Bireyin gün içinde yaşanan iş yoğunlukları, kariyer hikayeleri gibi birçok sorunla karşılaşabilmektedirler. Bu durumlardan uzaklaşmak, ruhu dinlendirmek adına spor aktivitesi tercih edilmedir (Demir & Duman, 2019).

1.3.5. Sosyal Kaygı

Bilişsel yaklaşımlarla ilerleyen öz saygıya yönelik negatif değerlendirmelerin Freud ile başlamıştır. Sosyal kaygı ile düşük benlik saygısı veya yaklaşımsal açıklamalarda benliği olumlu değerlendirmeme eğilimi yoğunlukla birlikte değerlendirilirken bu ihtimali destekleyecek nesnel verilere literatürde kısıtlı çalışma olduğu görülmektedir (Abonoz, 2016).

Sosyal kaygı (social anxiety) kavramı 1903'te Janet tarafından ortaya atılmıştır. Janet (1903) sosyal kaygı kavramını, topluluk içerisinde konuşmaktan, kalabalık ortamlarda gösteri sergilemekten ve kişinin becerisini göstermekten çekinme durumu olarak ifade etmiştir. Böyle belirtiler ilk kez psikolojik bir rahatsızlık olarak değerlendirilmeyip, normal bir durum olarak kabul görmüştür (Karakaş, 2008).

İnsanlar önceden karşılaşmadıkları bireylerle tanışırken kendilerini tanıtırken, ilk izlenim olarak karşıdaki insanda bıraktığı etkiden şüphe etmektedir. Bu gibi durumların oluşmasından dolayı, bireylerin sosyal kaygı yaşamaları normal olarak görülmektedir (Erman, 2017). Bireyler sosyal çevrelerinde diğer bir birey üzerinde olumlu etki bırakmayacağı düşünülürse bu durum kişiyi kaygıya sürükleyebilir. Bu kaygı durumu ise sosyal görünüş kaygı kavramını ortaya çıkarmaktadır (Çetinkaya ve ark., 2019). Fiziki kaygı, sosyal kaygının bir nevi uzantısı şeklinde tanımlanabilir. Çünkü kişi yalnızca fiziki görünümü ile ilgili değil bir diğer kişi tarafından nasıl görüldüğüne dair de kaygı yaşamaktadır (Alımcı, 2018).

Yapılan literatür taraması sonuçlarında, sosyal kaygı kavramının tanımlama biçimine bakılacak olursa; Marks (1970) sosyal kaygıyı yalnız bireyler arası iletişim ile ilgili olan ve insanlar karşısında küçük görünme ve rencide olma yapısına dayanan yoğun bir şekilde yaşanan endişeler şeklinde tanımlamaktadır (Gümüş, 2006). Diğer tanımlamada ise sosyal kaygı, bireyin kalabalık ortamda konuşmaktan ve ya kendini ifade etmekten kaçınma gibi farklı sosyal ortamlarda küçük düşme, çekinme duygusu olarak tanımlanmaktadır (Abonoz, 2016). Sosyal kaygıyı yaşayan bireyler, içinde bulundukları toplumsal ortamlarda kendilerini güvende ve rahat hissedemedikleri için çekingen ve kaçma eğilimleri gösterebilirler. Korku duygusunu yaşayan ortamlarda, kişi kendisini güvende hissetmek için elinden geleni yapar veya bulunduğu yeri terk eder (Koyuncu, 2012).

Sosyal kaygı; eleştiriye maruz kalma kaygısı, değersizlik ve kaçınma olarak sunulan alt başlıklarda değerlendirilmektedir (Özbay & Palancı, 2001):

Eleştiriye maruz kalma kaygısı, kendisini kontrol etme çabasının fazla olması, yanlış davranışta bulunmaktan korkması, öz saygınlığı yitirme endişesi ve dışlanma kaygısını içermektedir.

Değersizlik, kendini yeteri kadar değerli görmeme, memnum kalmama, başarısızlık, eleştirilere açık olmama ve kişiye özel nitelikleri kabul etmeyen tutumlarını içermektedir.

Kaçınma, sosyal ilişki kurmak istememe, isteksiz olma, konuşma güçlüğü yaşanması, otorite kontrolünü sağlayamama ve kişiler tarafından takip edildiğini hissetme belirtileri sosyal kaygıyı kapsamaktadır.

Sosyal kaygı yaşayan bireyler, çevresinde bulunan bireylerde güzel izlenim bırakmak isteseler bile bu konuda başarılı olacaklarında endişe duyarlar. Sosyal kaygıya sahip kişiler, başka insanlar tarafından kötü değerlendirilmekten korkmaktadır. Bu endişe, çevredeki bireylerde bekledikleri etkileri oluşturmayaacağı ve utanç duruma gelebileceği düşüncesinden meydana gelir. Sosyal kaygıyı yoğun yaşayan kişilerde davranışlarını sınırlandırma, utangaçlık ve toplum içinde tehlikeli olan olaylardan kaçınma davranışları gözlenmektedir (Aydın, 2018).

Sosyal kaygının gerçekleşmesinde mükemmeliyetçilik önemli bir değerdir. Özellikle adolesan zamanında, kişilere yönelik beklentilerinde artış olması bu olaya sebep olabilmektedir. Ayrıca olumsuz aile değerleri, ailenin birey üzerinde beklentisi, devamlı eleştirilerde bulunması kaygıya sebep olan unsurlardır (Gümüş, 2006). Sosyal kaygı içinde bulunduran kişiler haklarının arkasında duramazlar veya haklarını savunmada zorluk çekerler. Eleştirilere ve reddedilme duygusuna gereğinden fazla hassasiyet gösterirler. Kendilik saygıları yeterli düzeyde olmayan ve kendilerine olan öz güveni azdır (Işık & Taner, 2006). Bunun sonucu olarak da kişilerle yakından ilişki halinde olamazlar. Buna sebebiyet veren ise devam ettirmek istedikleri ilişkide reddedilme korkusudur. Bu durumun sonucu da bireylerle mesafeli ilişki kurmak ya da hali hazırda ilişkileriyle mesafeli olmaktır. Bunları yapılması, bireyin kendisini güzel ve mutlu hissetmesini sağlar (Öztürk, 2004).

1.3.6. Sosyal Görünüş Kaygısı

Son dönemde sosyal çevre tarafından onaylanmış ve popüler hale gelmiş kadınlarda zayıf ve zarif, erkeklerde ise sportif vücut yapısı televizyon programlarında, magazin kanallarında, haberlerde ve internet ortamında kültürel bir değer olarak gösterilmektedir. Dayatılan ideal fizik algısının, bireyin fikirlerinin, tutum ve başarılarının üzerini kapatabilecek etkide olduğu görülmektedir. Bireylerin kendi fizikleri ile ilgili algılarının önemli olduğu kadar, başka kişilerin onları nasıl değerlendirdikleri de önemli olduğuna dikkat çekmek gereklidir. Kişiler, içinde oldukları sosyal ortamlarda farklı bireyler üzerinde olumlu bir etki oluşturmak ister ve kendilerini buna göre ayarlarlar. Fakat bazı insanların bu konuya, diğerler insanlarla karşılaştırıldığında daha çok önem verdiği ve telaşa kapıldığı fark edilmektedir (Çepikkurt & Çoşkun, 2010).

Sosyal ortamda dış görünüş ile ilgili olarak oluşturulan ve benimsenen bu algılar, insanlarda doğru olamayan belirli bedensel ölçülere ulaşması gerektiği baskısını yapmaktadır. Bireyler bu standartlara gelemeyince ya da standartların çizgisinden çıktığında başkaları tarafından dış görünüşün beğenilmediği hususunda olumsuz düşüncelere sahip olabilmekte ve kişi dış görünüşü hakkında diğer kişilerin de yorumlarından korku duymaktadır. Kişilerin dış görüntüsü ile ilgili diğer insanların olumsuz yorumlar yapmalarından duyduğu korku “SFK” olarak tanımlanmaktadır (Ersöz, 2011).

Görünüş kaygısı, kişilerin dış görünüşü ile ilgili yaşadığı endişeleri ve başka kişileri onu değerlendirmesiyle meydana gelen kaygı durumlarını içermektedir. Fakat bu kaygı durumlarının bireylerin sadece dış görünüşünden kaynaklanmadığı görülmektedir. Kısaca bireyin kütlesi, hacmi, yüz siması, giyinişi gibi birçok özellikleriyle alakalı endişeleri kapsayan kavram bir kaygı durumunu belirtmektedir. Kişinin bedenini algılama biçimiyle alakalı hoşnut olmayan tavır geliştiren, dış görünüşünden kaynaklı kaygılı olan, bireylerin yaşamından rahatsızlık duyduğu etkenlerle fazla ilgilenmek, ayna karşısında veya yansıma oluşturabilecek herhangi bir alanda kişinin kendisini incelemesi, farklı bireylerle kıyaslamak vb. davranışlar fazlasıyla gözlenmiştir. Ayrıca dış görünüşü ile ilgili kaygı durumlarının sosyal çevrede daha çok artması sebebi ile evden çıkmamak, sosyalleşmekten uzak durmak vb. tavırlar da gözlemlenebilmektedir (Doğan & Çoban, 2009).

Sosyal kaygı, kişinin tanımadığı insanların bulunduğu ortamda kendini mutsuz hissetmesi ya da başkaları tarafından kırılma endişesiyle sosyal durumlardan kaçınması şeklinde tanımlanmaktadır (Fenigstein, Scheier, & Buss, 1975). Ersöz’ün (2011) ifade ettiğine göre, Leary ve Kowalski’nin (1990) benlik sergisi teorik modeline göre; “Başkalarını Etkileme Arzusu” ve “İzlenim Oluşturma”nın birleşiminden ortaya çıkmaktadır. Farklı kişileri etkileme güdüsü; dışarıdan gelen etkileri anlama ve kontrol altına alma eğiliminin bir yansımasıdır. İzlenim oluşturma; diğer kişilerin düşüncelerinde bireyin dış görünüşünü farklılaştırmak için sergilenen tüm hareket belirtileridir. Kişi hareket ve tavırlarının, diğerlerinin kendilerine etkileri ve davranışlarına göre şekillenmesidir (Ersöz, 2011).

Claes ve ark. (2012) araştırmalarında, sosyal fiziki kaygı ile sosyal kaygı ve beğenilmeyen beden imgesinin birbirlerini etkilediklerini belirtmektedir. Ayrıca incelenen başka çalışma örneklerinde de kaygının yorumlanmasında negatif beden imgesi, depresif tavırlar, kişilik ve duygusal unsurlar önemli bir rol oynarken sosyal görünüş kaygısının tek başına sosyal kaygıyı belli oranda açıklayabildiği söylenmektedir (Levinson & Rodebaugh, 2011).

1.3.6.1.Sosyal görünüş kaygısının spor bağlamında incelenmesi

Bireylerin birçoğu gerek çalışma koşulları gerekse bulunmuş oldukları sosyal çevre koşullarından ötürü durağan bir gün geçirmektedirler. Durağan yaşamı olan birey bir zaman sonra bünyesi zayıf düşer ve bazı bedensel sorunlar gün yüzüne çıkmaya başlar. Sağlıklı bir hayat sürdürmenin ve sağlıklı kalmanın en etkili yöntemi, vücudu aktif tutup belirli aralıklarla egzersiz yaparak vücudun her zaman dinç kalmasını sağlamaktan geçer. Düzenli olarak egzersiz yapan kişiler vücudun salgıladığı endorfin hormonu sayesinde kendilerini mutlu hissederler. Buda egzersiz yapan kişilerin daha keyifli ve ileri yaşa kadar yaşam sürmelerine olanak sağlar (Altınkök & Sivrikaya, 2022). Planlı ve programlı egzersiz yapan bireylerde kan dolaşımında hızlanma, beyne ulaşan oksijen seviyesinde artma ve bağışıklık sisteminde güçlenme olduğu görülür. Egzersiz ile beraber kasların sıkışması, vücudun şekillenmesi ve vücudun yağ oranının düşmesi bireyin özgüvenini artırmaktadır (Korkmaz & Uslu, 2020).

Kişilerin dış görünüşünün fizik olarak ideal olması, yani vücut formunun orantılı olması ve dinç olması önemlidir. Bu nedenle bireylerin diğer kişilere kendilerini yakın veya uzak görmelerini belirleyen etkenlerden biri de fiziksel görünümüdür. Kişiler diğer insanlarla iletişim kurmadan önce dış görünüşe dikkat ederler. Bireylerin birbirleriyle olan iletişiminde dış görünümün önemi diğer bireylere olan tutumunu belirleyen ilk bilgi olarak ifade edilebilir (Korkmaz, 2020). Kişiler tarafından yapılan egzersizlerin psikolojiyle ilişkisi birçok araştırmacı tarafından incelenmiştir. Fiziksel egzersizler, bireyin hem içsel hem dışsal gelişimi açısından önemlidir. Böylelikle egzersizlere katılan bireylerde iletişimde açıklık ve toplumsal ilişkilerinin iyi olduğu gözlenebilmektedir. Ayrıca egzersizlere katılımın kaygı ve gerilimin azalmasında, öz benlik saygısının ve beden imajının artmasında ve psikolojik açıdan kendini iyi hissetmesinde etkili olmaktadır. Sportif egzersizlerin insan üzerinde estetik güzellik oluşturmakta, kabul görme ve sosyal çevre içerisinde aktif rol alma becerileri kazandırmaktadır (Korkmaz & Uslu, 2020).

1.4. SOSYAL YETKİNLİK

Sosyal yetkinlik kavramını Connolly (1989), sosyal aktivitelere girişken, genel insani ilişkilerde ılımlı performanslar sergileme, ortama veya etkinliğe katılım sağlama, içten tavır gösterme ve kişiler arasında yardımlaşma marifeti gösterebilme olarak tanımlanmaktadır. Sosyal yetkinlik; girişkenlik, karşılıklı ilişkilerde gösterilen emek, bir sosyalleşme veya etkinliklere dahil olma, içten tutum, bireyler arası yardımlaşma vb. becerileri yansıtmayı gerektirir (Connolly, 1989).

Senemoğlu (1998), sosyal yetkinliği, birkaç etkinlik düzenleyerek o etkinliklerde verilen sorumluluğu başarıyla tamamlama becerisine göre bireyin kişisel tutumu olarak ifade ederken, Akkök (1999) ise sosyal yetkinliği; bireyler arası iletişimde kendi becerisine ve yeteneğine güvenerek meydana getirdiği çalışmaya ilişkin kişinin bireysel beklentisi olarak ifade etmektedir (Koparan ve ark., 2009). Başka bir ifadeyle sosyal yetkinlik; bireyin hem çevresiyle hem de kendisiyle ilişkilerini idare etmesi ve toplumsal davranışlar ortaya koyması olarak söylenmektedir (Çorbacı, 2006). Sosyal yeterlilik, en genel düzeyde tanımlanacak olursa, sosyal ilişkilerde etkili olabilmenin yanında arkadaşlık ilişkileri ve çevresel faktörler gibi bireysel becerilere bağlı olarak değişebilmektedir (Rose-Krasnor, 1997). Sosyal yeterlilik (sosyal öz-yeterlik) beklentileri, bireylerin kişilerarası ilişkilerde kendilerini başarılı olarak algılamalarına yardımcı olan "kişilerin bireysel becerileri açısından kişilerarası performansla ilişkin kendi (öz) beklentileri" olarak tanımlanabilir (Bandura, 1977).

1.4.1. Yetkinlik Beklentisi Süreçleri

Yetkinlik beklentisinin dört farklı başlığı bulunmakta olup bu süreçlerin kişinin performansını etkilediği söylenebilmektedir:

Bilişsel süreçler, kişilerin davranışının birçoğu bilişsel hedefler edinirler ve becerilerden etkilenir. Yetkin ve algılama becerisi yüksek bir kişi, hayattaki başarılı deneyimlere kolayca ulaşabilir ve bu sayede olası problem durumlarına uygun kriz yönetimi bulabilir. Kendilerini eksik gören insanlar, başarısızlık deneyimleri oluşturma ve işlerinin nasıl ters gidebileceğini düşünme eğilimindedir. Bu yetersiz düşünceler motivasyonu baltalar ve performansı engeller (Bandura, 1993).

Motivasyonel süreçler, kişiler kararlarında kendi kendinin motivasyonunu sağlar ve proaktiftir. Yapılabilirliğe dair kendilerinde hisler meydana gelmektedir. Zorluklara karşılaştıklarında, yetenekleri hakkında bireysel endişeleri olan kişiler denemeyi bırakır, tembelleşir veya zamanından önce başarısız olur. Buna bağlı olarak basit ve olumsuz çözümler bulurlar. Öte yandan, kendi yeteneklerine inancı güçlü olan bireyler daha fazla çalışır ve başarılı durumu artar (Bandura, 1989).

Duyuşsal süreçler, insanları, yalnız bireysel yeteneklerine olan inançları değil aynı zamanda tehdit edici durumlarda yaşadıkları kaygı, sıkıntı ve moral bozukluğu da etkiler. Aslında insanlar korktukları için değil, tehlikeli olarak algıladıkları ortamlarla baş edemeyeceklerini hissettikleri için tehdit edici ortamlardan ve etkinliklerden kaçınabilirler. Engelleri aşabileceğine inananlar, inanmayanlara göre daha az korkar, başarı fikrini geliştirir ve harekete geçer (Bandura, 1993).

Seçme süreçleri, kişiler yeteneklerini aşan faaliyetlerde bulunmaktan kaçınırlar. Ancak, zorlayıcı faaliyetlerde bulunmaya ve anlamayı değerlendiren durumları seçmeye isteklidirler. İnsanlar seçimleri sayesinde hayatlarının yönünü belirleyen farklı beceriler, ilgi alanları ve sosyal alanlar geliştirirler (Bandura, 1993).

1.4.2. Sosyal Yetkinliğin Spor Bağlamında İncelenmesi

Spor, kişinin sosyal çevreye katılmasına yardımcı olur, bireyin sosyalleşmesi ve sosyal becerileri üzerinde önemli bir yere sahiptir. Sporun günümüz toplumunda genel olarak yaygın bir faaliyet olduğunu, spor faaliyetleri sırasında insanların farklı insan toplulukları ile sosyal olarak etkileşime girdiğini düşünülmektedir. Spor, insanları sınırlı yaşamlarından çıkarmaya, farklı yerlerden ve farklı sosyal yapılardan insanlarla iletişim kurmaya, onlardan ilham almaya ve onları meşgul etmeye yardımcı olur. Bu açıdan bakıldığında sporun yeni dostlukların kurulmasını, bütünleşmesini ve sosyalleşmesini kolaylaştırdığı söylenebilir. Başlangıçta bireysel durumlar şeklini alan fiziksel aktivite, daha sonra sosyal bir nitelik kazanmış ve çok geniş topluluklara yayılmayı başarmıştır (Küçük & Acet, 2002). Egzersiz yapan kişilerin yapmayanlara oranla sosyal, becerikli, enerjik, sosyal olarak uyumlu, kararlı ve çevrelerindeki zor koşullara daha kolay uyum sağlayabilen kişiler oldukları yadsınamaz bir gerçektir. Egzersiz yapan kişilerin yapmayanlara göre sosyal ve duygusal olarak daha dengeli olduğu tespit edilmiştir. Dolayısıyla amatör veya profesyonel olarak gerçekleştirilen spor faaliyeti, bireylerin farklı şekillerde kontrol sahibi olmalarını sağlayan, geliştiren ve eksikliklerini gideren, sosyal becerilerinin gelişmesinde büyük faydalar sağlayan bir araçtır (Tiryaki, 2000).

Spor birçok toplumsal değerin oluşmasına ve sürdürülmesine katkıda bulunur. Bu değerler; sıkı çalışma, kendini adama, bütünlük, taahhüt, sorumluluk, güvenilirlik, hoşgörü ve özdenetimi içerir. Sosyal becerilerin insanlara kazandırdığı en önemli etkenlerden biri, kendinize görev problemlerini öğretmektir. Bireyler sosyal sorumluluklarını yerine getirmeyi öğrenirler ve birçok insan çocukluk döneminde çocukların oyunları, fiziksel aktiviteleri ve bir dizi farklı aktivite ile sosyal becerilerini geliştirir. Bu faaliyetler iyi insan, iyi arkadaş, sorumlu komşu, iyi ğrenci, işbirliği, liderlik vb. olarak sıralanabilmektedir (Küçük & Koç, 2003).

1.4.3. Duygusal Yetkinlik

Duygusal yetkinlik, duygularla ilgili birçok beceriyi içeren genel bir beceriler dizisi olarak ifade edilmektedir (Garner, 2010). Saarni'ye (1999) göre, birden fazla duygusal yetkinlik becerisi mevcuttur. rnek verecek olursak kişinin öz duygusal durumunun bilincinde olması, durumsal ve ifade edici ipuçlarına dayanarak farklı bireylerin duygularını ayırt etmesi, duygu kelimeleri kullanma özelliği, başka insanların duygusal deneyimlerine katılma yeteneği, ifade

edilmeyen içsel duygu durumunun farkında olma becerisi, kendi kendini düzenleme stratejilerini kullanarak durumla uygun biçimde başa çıkma kapasitesi, duyguların ilişki içinde nasıl iletilildiğinin farkında olma ve duygusal öz-yeterlik kapasitesi şeklindedir (Mayer ve ark., 2008).

Duygusal yetkinliğin; duygular, nesnel gerçekleri yansıtmayan bir anlayış gerektirdiğinden, duygu ve olayların nitel yorumlarından kaynaklanan bireysel ve öznel deneyimleri temsil ettiği savunulmaktadır. Bu nedenle, kişilerin kendi duygusal tepkilerinden sorumlu olması, her insanın etrafındaki dünyayı öznel olarak değerlendirmesi gerektiği ileri sürülmüştür (Kirk ve ark., 2008). Çoğu duygunun temelde işlevsel olduğunu ve mevcut çevresel koşullara bireysel uyarlamalar olarak hizmet ettiğini biliyoruz. Bununla birlikte, tarihsel olarak, birçok araştırmacı duygunun işlevini farklı bakış açılarından açıklamaya çalışmıştır. Bir bireyin hayatındaki duyguların işlevinin tanımının üç ana bakış açısına göre genelleştirildiğini varsayalım. Duyguların birey için bir işlevinin olmadığını savunulurken, bununla birlikte duyguların bir zamanlar bireyin yaşam koşulları için gerekli olarak işlev görüldüğü ileri sürülmektedir. Ancak günümüzde uygun bir işlev görmediği, duyguların önemli işlevlere sahip olduğunu ileri sürenler tarafından kategorize edilmektedir (Keltner & Gross, 1999).

1.4.4. Sosyal-Duygusal Yetkinlik

Sosyal-duygusal yetkinlik, sosyal çevresiyle olan etkileşim belirli kavramsal becerilerin bileşiminden oluşur ve sosyal-duygusal becerilere katkısı bulunmaktadır. Bireyin sergilemiş olduğu davranışların zamanlamasını ve eşleme içerir. McBrien ve arkadaşlarının (2018) tanımlamasına göre güncel kavram olan sosyal-duygusal yetkinlik, duygularıyla ilişkili yüz ifadeleri ve seslendirmelerin niteliği ve zamansal hareketliliği vurgulamaktadır ve bu durumun uyumunu kapsamaktadır. Sosyal-duygusal yetkinliğin sosyal ortamlarda karşılıklı iletişimlerin pürüzsüz ilerlemesi için, sosyal bulgulara reaksiyon gösteren otomatik tepkileri kapsadığı ve bu reaksiyonun tümünü birden, sosyal etkileşimin kalite düzeyini artıran duygusal ilişkili davranışların bir araç takımı olarak düşünülmektedir (Spunt & Lieberman, 2013).

Sosyal-duygusal yetkinlik kavramının temeli birey ilişkilerinde ve etkileşimlerinde değişikliklerini anlamak adına öne sürülen yapılar (duygusal empati, zeka veya sosyal zeka), kişilerarası ilişkilerde duyarlılıkla birleşmektedir. Aynı şekilde, sosyal-duygusal yetkinliğin özellikle duygusal zeka ve sosyal duyarlılık alanında yapılan açıklamalarla belirgin bir kavramsal birleşmesi bulunmaktadır (McBrien ve ark., 2018).

1.4.4.1.Sosyal duygusal yetkinliğin alt boyutları

Sosyal-duygusal yetkinlik kavramının iki temel alt boyuttan oluştuğu ileri sürülmektedir (Ay & Temel, 2021):

Uyumluluk, değişik toplumsal ve duygusal bireylerarası durumlara rahatlıkla uyum sağlamaktır.

Anlatımcılık, başka kişilere karşı bireyin duygularını ifade etme becerisi olarak tanımlanmaktadır.

1.4.4.2.Sosyal duygusal yetkinliğin spor bağlamında incelenmesi

Bir kişinin, belirli performansı üretmek için gerekli faaliyetleri düzenleme ve başarı bir şekilde yürütme becerisine ilişkin kendi değerlendirmesine öz-yeterlik denir (Senemoğlu, 1989). Sosyal yetkinlik, bireyler arası ilişkilerde kişinin yapabilmesine bağlı olarak sergilenen performans düzeyi hakkında kişinin öz beklentisi olarak da adlandırılırken, sosyal yetkinlik aynı zamanda bireyin davranışının önemli tetikçilerinden biri olarak çocuk ve ergenin zihinsel sağlığında önemli olduğu vurgulanmaktadır. Sosyal yetkinlik beklentisi, bireyin diğer kişilerle olan sosyal ilişkilerini olumlu yönde değerlendirmesine yardım etmede önemli bir unsurdur (Akkök, 1999).

Bandura'nın (1977) sosyal yetkinlik beklentisi kuramına göre bu kavram; zihinsel, davranış, fizyolojik unsurlar ve toplumsal etkenlerin birbirleriyle etkileşimin sonunda meydana gelen bir süreçtir. Bu kuram psikolojinin farklı alanına uyarlanmıştır. Sosyal yetkinlik, birey üzerinde birtakım beklentiler barındırabilir. Spor Psikolojisinde de sosyal yetkinlik sporun performansla ilişkili olarak bireyde öz-güven oluşumu noktasına değinmektedir (Gill, 1986; Claran, 2003).

Fiziksel aktivite alanları çocukların sosyalleşmesi için en uygun ortamlardır. Çünkü aktivite, çocuk için oldukça eğlenceli ve amaçlı bir meşguliyettir. Bireyin kendi fiziğini tanıması ve yeteneklerinin farkına varması noktasında sportif faaliyetler önemli bir yer tutar. Birey güvenilir ortamda yapabildiği ve yapamadığı becerileri deneyimleyerek öğrenir. Bunun yanında aynı ortamda bulunduğu bireylerle yardımlaşmayı, sorumluluğu, spora devamlılığı ve ciddiyeti öğrenir, bunun sonucunda ise yaptığı işi sürekli hale getirir (Öztürk, 1998; Çamlıyer & Çamlıyer, 1997). Birey takım sporlarında ait olduğu takımın menfaatlerini gözeterek bireysel çıkarlarının önünde tutar ve davranışlarını bu doğrultuda şekillendirir. Böylece kişi, aidiyet duygusunu ve fedakarlığı öğrenir. Müsabaka esnasında hakkını arama, arkadaşlarına saygılı davranma, takım arkadaşlarıyla uyum, takımın çıkarlarını gözetme, sosyal kültürü öğrenme,

toplumsal değere sahip olma gibi sosyal duyguları zaman geçtikçe ve sosyalleştikçe öğrenir (Hazar, 1996).

1.5. ALANYAZIN TARAMASI

Şenışık (2006) ilköğretim okullarında uygulanan beden eğitimi ve spor derslerinde kullanılan farklı öğretim yöntemlerinin sosyal yetkinlik beklentisi üzerine etkisini belirlemek için yaptığı çalışmada katılımcıların öğrenim gördüğü sınıfa, cinsiyetlerine, lisans sahibi olup olmadıklarına, öncelerden beden eğitimi dersi haricinde farklı bir kursa ya da kampa katılıp katılmadıklarına ve derslerde uygulanan yöntemlere göre sosyal yetkinlik beklenti puanlarını karşılaştırmıştır. Elde ettiği sonuçlara göre iki yöntemde de ilk dört haftalık çalışma sonrası Sosyal yetkinlik beklentisi puanları ile on haftalık çalışma neticesinde elde edilen sosyal yetkinlik beklentisi puanlarının, çalışma öncesi puanlarıyla karşılaştırılmasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir farka rastlamıştır.

Efe (2007) 14-16 yaş aralığındaki kişilerde spor çalışmalarının, sosyal yetkinlik beklentisi ve atılmanlık üzerine olan etkisine bakmıştır. Ferdi ve takım oyunlarının kontrol gruplarında çalışmanın ardından sosyal yetkinlik beklentisi puanı-Rathus Atılmanlık Envanteri puanlarının çalışma öncesi sosyal yetkinlik beklentisi puanı-Rathus Atılmanlık Envanteri puanlarına göre yapılan karşılaştırmasında anlamlı farklılığa ulaşmamıştır. Bunun yanında ferdi ve takım oyunlarının tamamında deney gruplarında çalışma sonrası sosyal yetkinlik beklentisi puanı Rathus Atılmanlık Envanteri puanlarının çalışma öncesi sosyal yetkinlik beklentisi puanı-Rathus Atılmanlık Envanteri puanları karşılaştırıldığında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar olduğunu bulmuştur. Sonuç olarak, 9 ay boyunca uygulanan branşlara özel temel spor çalışmalarının, 14-16 yaş aralığındaki kişilerin sosyal yetkinlik beklentisi ve atılmanlık düzeylerini arttırmada etken olduğu bulgusuna ulaşmıştır.

Topaloğlu (2013) araştırmasında 4-5 yaş çocuklarının sosyal yetkinlik, saldırganlık, kaygı puanları ile anne-babalarının ebeveyn özyeterliliği algısı arasındaki ilişkileri incelemiştir. Çalışmanın sonucunda çocukların sosyal yetkinlik puanları cinsiyetlerine göre istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna varmıştır.

Keskin ve ark. (2016) yaptıkları araştırmada ortaokul da öğrenim görenlerin beden eğitimi dersine yönelik tutumları ve öz-yeterliliklerini bazı değişkenlere göre incelemek ve aralarındaki ilişkiyi belirlemek istemişlerdir. Ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi dersine yönelik tutumları kadın erkek değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılık olmazken, öz-yeterlilikleri ise anlamlı farklılıklar olduğu bulgusuna varmışlardır. Çalışma sonucunda, bireylerin beden eğitimi dersine yönelik tutum ve öz-yeterliliklerinin sınıf düzeyi ve beden

eğitimi öğretmenin kadın erkek değişkenlerine göre anlamlı bir farklılık bulmuşlardır. Diğer sonuçlarda, ortaokul ğrencilerinin beden eğitimi dersine yönelik tutumları ve öz-yeterlikleri arasında pozitif yönde ve orta düzeyde anlamlı ilişki olduğu bulgusuna ulaşmışlardır.

Vatansever (2017) yaptığı çalışmada lisanslı spor yapan ve yapmayan ergenlerin benlik saygısı, algılanan sosyal destek, sosyal görünüş kaygısı ve mental iyi oluş açısından karşılaştırmıştır. Araştırmanın bulgularında, lisanslı spor yapan ergenlerin mental iyi oluş, benlik saygısı, algılanan sosyal destek ölçeklerinden aldıkları puanların, spor yapmayan ergenlere göre yüksek olduğunu görülmüştür. Lisanslı spor yapan ergenlerin, algılanan sosyal destek, benlik saygısı, mental iyi oluş ve sosyal görünüş kaygısı puanları koçları ile ilişkilerine göre, anlamlı farklılık bulunamazken, alınan puanların takım arkadaşları ile ilişkilerine göre farklılaştığı görülmüştür.

Öztürk ve ark. (2017) 14-16 yaş grubu kızlarda hentbol çalışmalarının sosyal yetkinlik beklentisi ve atılganlık üzerine olan etkisini araştırmışlardır. Deney ve kontrol gruplarındaki deneklerin sosyal yetkinlik beklentisi ve rasyonel-yaşantısal düşünme stilleri leği puanları karşılaştırıldığında ön test sosyal yetkinlik beklentisi ve rasyonel-yaşantısal düşünme stilleri leği puanlarında anlamlı bir farklılık yokken, ara ve son test sosyal yetkinlik beklentisi ve rasyonel-yaşantısal düşünme stilleri leği puanlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit etmişlerdir. Sonuç olarak, 9 ay süresince uygulanan branşa özel temel hentbol çalışmalarının, 14-16 yaş kategorisindeki kızların sosyal yetkinlik beklentisi ve atılganlık düzeylerini artırmada olumlu etken olduğu bulgusuna varılmıştır.

Soylu ve Serin (2017) araştırmada beden eğitimi ve spor ğretmenlerinin cinsiyet, yaş, hizmet yılı ve profesyonel olarak spor yapma/yapmama değişkenlerine göre duygusal zekâ düzeylerinin incelenmesini amaçlamışlardır. Sonuç olarak, çalışmada beden eğitimi ve spor ğretmenlerinin duygusal zekâ düzeyleri, cinsiyet, yaş, hizmet yılı ve profesyonel olarak spor yapma/yapmama değişkenlerine göre bir fark olmadığı sonucuna ulaşmışlardır.

Senna (2019) yaptığı araştırmada ortaöğretim ğrencilerinin fiziksel aktiviteye yönelimlerinin sosyal görünüş kaygısı ve öz-yeterlikleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Çalışmada ortaöğretim ğrencilerinin sosyal görünüş kaygı düzeylerinin düşük olduğu ve orta düzeyde öz-yeterliğe sahip oldukları belirmiştir. Bununla birlikte fiziksel aktivite egzersiz değişim basamakları ile öz-yeterlik leğinin; alt boyutları ve geneli arasında anlamlı bir ilişkiye ulaşılmıştır. Ortaöğretim ğrencilerinin fiziksel aktivite egzersiz değişim basamakları ile sosyal görünüş kaygısı arasında ilişkiye varılmıştır.

Varol (2020) alışmasında ergenlerde görünüş kaygısı ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkide sosyal ve duygusal öz yeterliğin aracı rolünü incelemiştir. Çalışma sonucuna göre

sosyal görünüş kaygısı, sosyal-duygusal öz yeterlik ve öznel iyi oluş ile negatif yönde ilişki göstermiştir. Yapılan analiz sonucunda sosyal-duygusal öz yeterliğin, sosyal görünüş kaygısı ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkide aracı rolünün olduğu tespit edilmiştir.

Kılıç (2020) yapmış olduğu araştırmada lise öğrencilerinin sosyal görünüş kaygısı ve fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu düzeylerini bazı değişkenlere göre incelemiş ve aralarındaki ilişkiyi belirlemiştir. Sosyal görünüş kaygısı ve fiziksel aktiviteye katılım motivasyonundan alınan puanlar arasındaki korelasyon katsayısına göre, sosyal görünüş kaygısı ve fiziksel aktiviteye katılım motivasyonunun “nedensizlik” alt boyutunda negatif yönde ve orta düzeyde ilişkinin olduğu bulgusuna varmıştır.

Gökçe ve ark. (2020) düzenli fiziksel aktiviteye katılan bireylerin serbest zaman doyumları, serbest zamanda algılanan özgürlükleri ve sosyal görünüş kaygılarını bazı parametrelere göre karşılaştırmayı ve aralarındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Ücretli ve ücretsiz rekreasyonel fiziksel faaliyetlere katılanların sosyal görünüş kaygısı puanlarına bakılmış, ücretli rekreasyonel fiziksel faaliyetlere katılım gösterenlerin sosyal görünüş kaygısı puanlarının yüksek olduğu sonucunu bulmuşlardır.

Senna ve Ünlü (2021) çalışmalarında ortaöğretim öğrencilerinin egzersiz davranış değişim basamağı, sosyal görünüş kaygısı ve öz yeterlikleri arasındaki ilişkileri incelemişlerdir. Ortaöğretim öğrencilerinin, egzersiz davranışı değişimleri ile sosyal görünüş kaygı durumları arasında negatif yönlü anlamlı ilişki bulunmuş ve egzersiz davranışı değişimleri ile öz yeterlik düzeyleri arasında da ilişki olduğu görülmüştür.

Özpolat ve Hazar (2023) çalışmasında fitness yapan kişilerin sosyal görünüş kaygısı, yaşam tatmini ve egzersiz bağımlılığı düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmiştir. Sonuç; çalışmaya katılanların egzersiz bağımlılığı ile spor yapma süreleri, sosyal görünüş kaygıları arasındaki ilişkilerin olduğu belirtilmiştir.

İKİNCİ BÖLÜM

2. YÖNTEM

Bu araştırmada spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin spora yönelik tutum, sosyal-duygusal yetkinlik ve sosyal görünüş kaygısı düzeyleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi amacıyla gerçekleştirilmiştir. Bu temel amaç çerçevesinde bu bölümde; çalışmanın evren ve örneklemine, veri toplama araçlarına ve verilerin analizine ilişkin bilgiler sunulmaktadır.

2.1. ARAŞTIRMA MODELİ

Bu çalışmanın amacına ulaşmak için ilişkisel tarama modelinden yararlanılmıştır. İlişkisel tarama modeli, “iki ya da daha fazla sayıdaki değişken arasında birlikte değişimin varlığı ve/veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelidir.” şeklinde tanımlanmaktadır (Karasar, 2020).

2.2. EVREN VE ÖRNEKLEM

Araştırmanın evreni 2022-2023 Akademik Yılı Güz Dönemi’nde Bayburt Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi’ndeki 793 öğrenciden oluşmaktadır. Örneklem grubu ise kolayda örnekleme yöntemi kullanılarak gönüllü katılım sağlayan 190 erkek, 112 kadın olmak üzere toplam 302 öğrenciden oluşmaktadır.

2.3. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Veri toplama amacıyla anket formu kullanılmış olup bu anket formu dört bölümden oluşmaktadır. Bu formun birinci bölümünde “Kişisel Bilgi Formu”, ikinci bölümünde “Spora Yönelik Tutum Ölçeği”, üçüncü bölümünde “Sosyal-Duygusal Yetkinlik Ölçeği” ve dördüncü bölümünde “Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği” yer almaktadır.

2.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Kişisel bilgi formunda katılımcıların cinsiyet, yaş, bölüm, sınıf, kişisel gelir düzeyi, aile gelir düzeyi ve düzenli bir şekilde aktif olarak spor yapma durumu bilgilerinin belirlenmesine yönelik ifadeler yer almaktadır.

2.3.2. Üniversite Öğrencilerinin Spora Yönelik Tutumları Ölçeği

Üniversite öğrencilerinin spora yönelik tutumlarının ölçebilmesi amacıyla geçerlik ve güvenirlik analizi yapılan “Üniversite Öğrencilerinin Spora Yönelik Tutumları Ölçeği” Koçak (2014) tarafından geliştirilmiştir. Geçerlik ve güvenirlik kapsamındaki araştırmaya 172’si kadın (%51,0), 165’i erkek (%49,0) olmak üzere 337 üniversite öğrencisi gönüllü olarak katılmıştır.

Verilerin analizinde madde toplam test korelasyonundan, KMO ve Barlett Sphericity testinden ve faktör analizlerinden (açımlayıcı ve doğrulayıcı) faydalanılmıştır. Yapılan analizler neticesinde beşli Likert tipi bu ölçeğin 22 madde ve “psikososyal gelişme”, “fiziksel gelişme” ve “zihinsel gelişme” olmak üzere üç faktörlü bir yapıya sahip olduğu görülmüştür. Maddelerin yük değerleri 0.452 ile 0.850 arasında değiştiği tespit edilmiştir. Ölçeğin güvenirlik düzeyinin belirlenmesi amacıyla Cronbach’s Alpha güvenirlik katsayısı ve Spearman-Brown iç tutarlık katsayısı dikkate alınmış ve bu değerler sırasıyla 0.891 ve 0.839 olarak bulunmuştur. Sonuç olarak; gerçekleştirilen geçerlik ve güvenirlik çalışmasında üniversite öğrencilerinin spora yönelik tutumlarını ölçmek amacıyla geliştiren bu ölçeğin geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu anlaşılmıştır (Koçak, 2014).

Araştırma grubunun, özelliklerinin çeşitlilik arz ettiği ve ölçek geliştirmesindeki katılımcılardan farklılık gösterdiği anlaşılmaktadır. Bu doğrultuda ihtiyatlı yaklaşım sergilenmesi adına araştırma ölçeğinin geçerlik ve güvenirliği bu araştırma grubu için yeniden değerlendirilmesine karar verilmiştir.

Üç boyut ve 22 maddeden oluşan “Üniversite Öğrencilerinin Spora Yönelik Tutumları Ölçeği”nin faktör yapısı AMOS 23 (Analysis of Moment Structures) programı kullanılarak test edilmiştir. Beşli Likert tipi ölçekte, 302 katılımcıdan toplanan verilerin çoklu normallik varsayımını karşılamadığı anlaşılmış olup Bootstrap (5000 yeniden örnekleme) yaklaşımı kullanılmış ve Maximum Likelihood Hesaplama Yöntemi kullanılarak kovaryans matrisi oluşturulmuştur. Bu bağlamda üç boyut ve 22 maddeden oluşan model doğrulayıcı faktör analizine tabi tutularak elde edilen uyum indeksleri incelenmiştir. Elde edilen uyum indeksleri uygun değer aralığında bulunmadığından (sınırdaki), önerilen modifikasyon indeksleri incelenerek “SYT4” ve “SYT12” arasındaki hata kovaryansı serbest bırakılmıştır. İlgili modifikasyon yapıldıktan sonra program tekrar çalıştırılarak analiz gerçekleştirilmiştir. Doğrulayıcı faktör analizi elde edilen uyum iyiliği değerleri ($\chi^2[205, n=302] = 594,42; p<0,05; \chi^2/sd=2,900; RMSEA=0,079; CFI=0,910; IFI=0,911; SRMR=0,0503$) olarak hesaplanmış olup χ^2 değerinin anlamlı çıkması uygun olmayan bir durum olarak görülmesine rağmen bu değer örneklem büyüklüğüne karşı oldukça duyarlı olduğu için χ^2/sd değerinin daha doğru sonuçlar üreteceği kabul edilmekte ve bu doğrultuda önerilen üç faktörlü modelin veriyle uyumlu ve bu uyumun kabul edilebilir olduğunu göstermektedir (Gürbüz & Şahin, 2018). Buna ek olarak faktör ile madde arasındaki ilişkiler hakkında bilgi veren standardize edilmiş katsayılar 0,555 ile 0,918 arasında değişmekte olup tümü 0,05 düzeyinde istatistiksel olarak anlamlıdır. Bu sonuçlar, araştırmadan elde verilerin “Üniversite Öğrencilerinin Spora Yönelik Tutumları Ölçeği”nin öngörülen kuramsal yapısıyla (üç faktörlü model) uyumunu göstermiştir. Buna

ek olarak ilgili literatür kapsamında bu ölçeğin birçok araştırmada spor bilimleri öğrencileri üzerinde uygulandığı anlaşılmaktadır (bkz. Ceviker ve ark., 2023; Efe, 2023; Önal ve ark., 2017). Ayrıca bu araştırma kapsamındaki ve geliştirme çalışmasındaki evren ve örneklemeler göz önünde bulundurularak üç spor bilimleri, iki ölçme ve değerlendirme ve bir Türk dili uzmanına başvurularak görüşleri alınmıştır. Sonuç olarak “Üniversite Öğrencilerinin Spora Yönelik Tutumları Ölçeği”nin bu araştırma grubunda kullanılmasının uygun olduğuna karar verilmiştir.

2.3.3. Sosyal Duygusal Yetkinlik Ölçeği

Bireysel farklılıklar bağlamında bazı bireyler sosyal durumları sıkıntısız olarak değerlendirirken, bazı bireyler ise bu hususta daha az başarı sergileyebilmektedir. Sosyal-duygusal yetkinlik (Social-Emotional Expertise) ifadesi, bu farklılıkların daha iyi anlaşılması için McBrien, Wild ve Bachorowski (2018) tarafından geliştirilmiştir. Bu bağlamda McBrien, Wild ve Bachorowski (2018) tarafından geliştirilmiş olan “Sosyal-Duygusal Yetkinlik Ölçeği (Social-Emotional Expertise Scale)”nin Türkçe’ye uyarlanması Ay ve Temel (2021) tarafından yapılmıştır. Uyarlama çalışmasına ilişkin Dil eşdeğerliliği kapsamında bu ölçeğin Türkçe ve İngilizce formlarından alınan puanlar arasındaki ilişki incelenmiş ve bu ilişki 0.883 ($p<0.01$) olarak tespit edilmiştir. Ölçeğin Cronbach’s Alpha iç tutarlık katsayısı 0.855 ve test-tekrar test güvenilirlik katsayısı 0.838 olarak bulunmuştur. Ölçüt-bağımlı geçerliğin incelenmesi için gerçekleştirilen çalışmada kullanılan Asıl Form Schutte Duygusal Zekâ Testi ile Sosyal-Duygusal Yetkinlik Ölçeği arasındaki ilişki 0.615 ($p<0.01$) olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin kişinin kendisi ve bir yakın arkadaşı tarafından değerlendirildiği formlar arasındaki ilişki 0.556 ($p<0.01$) olarak bulunmuştur. Doğrulayıcı faktör analizinde ulaşın uyum indeksi değerleri neticesinde “Sosyal-Duygusal Yetkinlik Ölçeği”nin orijinal formunda sunulan iki faktörlü yapısının (“uyumluluk” ve “anlatımcılık”) Türk kültüründe doğrulandığı anlaşılmıştır. Sonuç olarak ulaşılan bulgular bağlamında, beşli Likert tipi bu ölçeğin güvenilir ve geçerli bir ölçme aracı olduğu görülmüştür (Ay & Temel, 2021).

2.3.4. Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği

Bireylerin sosyal görünüş kaygılarının ölçülmesi amacıyla Hart ve arkadaşları (2008) tarafından geliştirilen “Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği (SGKÖ)”nin Türk kültürüne uyarlanması Doğan (2010) tarafından gerçekleştirilmiştir. Bu ölçeğin uyarlama çalışmasına 340 üniversite öğrencisi (143 kadın ve 197 erkek) katılmıştır. Ölçüt geçerliğinin belirlenmesi amacıyla “Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği Kısa Formu”ndan faydalanılmıştır. “Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği”nin faktör yapısının ortaya koyulmasına ilişkin açıklayıcı ve

doğrulamalı faktör analizleri kullanılmıştır. Faktör analizleri neticesinde bu ölçeğin asıl formundaki gibi tek boyutlu bir yapıya sahip olduğu ortaya koyulmuştur. “Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği” için Cronbach Alpha’s iç tutarlık katsayısı 0.93, test tekrar-test güvenilirlik katsayısı 0.85 ve test yarılama yöntemiyle belirlenen güvenilirlik katsayısı 0.88 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin Türkçe formunun madde-toplam korelasyon katsayılarının 0.32 ile 0.82 arasında olduğu bulunmuştur. “Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği” ile “Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği Kısa Formu” arasındaki ilişki 0.60 olarak tespit edilmiştir. Sonuç olarak beşli Likert tipi “Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği”nin Türk üniversite öğrencileri üzerinde yeterli seviyede geçerlik ve güvenilirlik değerlerine sahip olduğu anlaşılmıştır (Doğan, 2010).

2.4. VERİ ANALİZİ

Çalışmanın yapılabilmesi için öncelikle Bayburt Üniversitesi Rektörlüğü Etik Kurul Birimi'nden Etik Kurul Onayı alınmıştır. Bu bağlamda araştırmanın amaçlarına uygun olarak hazırlanan anket formu gönüllülük esası gözetilerek katılımcılara internet üzerinden uygulanmıştır. Veri toplama araçlarının uygulanması aşamasında katılımcılara araştırmanın amacıyla ilgili gerekli bilgiler verilmiş olup ölçme araçları gönderildikten sonra katılımcıların araştırmacı eşliğinde ölçek formunu doğru bir şekilde cevaplandırmaları sağlanmıştır. Verilerin analizinde IBM SPSS 23.0 versiyonu kullanılmıştır. Verilerin normal dağılım sergileyip sergilemediklerine çarpıklık ve basıklık değerleri incelenerek karar verilmiştir. Elde edilen ve programa aktarılan ölçek formundaki ham verilerin ilk olarak veri türü gözetilerek frekans, yüzde, ortalama, standart sapma vb. hesaplanmıştır. Daha sonra elde edilen verilere ilişkin istatistiksel değerlendirmelerde farklılık (t-Testi ve ANOVA) ve korelasyon analizleri (Spearman ve Pearson Korelasyon Analizleri) kullanılmıştır. İstatistiksel değerlendirmelerde anlamlılık düzeyi 0,05 olarak kabul edilmiştir.

2.5. GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK

İç tutarlık katsayısı (Cronbach's Alpha), alt boyutlar özelinde psikososyal gelişme için 0,924; fiziksel gelişme için 0,872; zihinsel gelişme için 0,876; spora yönelik tutum için 0,955; uyumluluk için 0,885; anlatımcılık için 0,810; sosyal duygusal yetkinlik için 0,920; sosyal görünüş kaygısı için 0,949 olarak bulunmuştur. Bu durum, ölçek boyutlarının güvenilir oldukları şeklinde yorumlanabilmektedir (bkz. Hinton ve ark., 2004).

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

3. BULGULAR

Tablo 1: Katılımcılara İlişkin Yüzde ve Frekanslar

Değişken	Grup	F	%
Cinsiyet	Kadın	112	37,1
	Erkek	190	62,9
Bölüm	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	56	18,5
	Antrenörlük Eğitimi	93	30,8
	Spor Yöneticiliği	116	38,4
	Rekreasyon	37	12,3
Sınıf	1. Sınıf	100	33,1
	2. Sınıf	111	36,8
	3. Sınıf	32	10,6
	4. Sınıf	59	19,5
Spor Yapma Durumu	Evet	146	48,3
	Hayır	156	51,7
Toplam		302	100,0

Tablo 1 incelendiğinde kadın katılımcı sayısının erkek katılımcı sayısından daha düşük olduğu görülmektedir. Ayrıca katılımcıların çoğunluğunun spor yöneticiliği bölümü, 1 ve 2. sınıf öğrencileri olduğu anlaşılmaktadır. Spor yapan ve yapmayan öğrencilerin sayısının birbirine yakın olduğu görülmektedir.

Tablo 2: Yaş, Kişisel Gelir ve Aile Geliri Değişkenlerine İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler

Değişken	n	Ort.	Mdyn	Std. Sapma	Min.	Maks.	Çarp.	Bask.
Yaş	302	21,31	21	1,935	18	34	1,507	6,913
Aylık Ortalama Kişisel Gelir Düzeyi (TL)	239	2434,1	1900	2366,751	500	19000	4,02	20,982
Aylık Ortalama Aile Gelir Düzeyi (Kişisel gelir dahil - TL)	239	11644,56	9500	6528,869	2000	50000	2,598	10,125

Tablo 2 incelendiğinde katılımcıların yaş değişkeni ortalamasının 21,31 ve standart sapmasının 1,935; aylık ortalama kişisel gelir düzeyi ortalamasının 2434,1 TL ve standart sapmasının 2366,751; aylık ortalama aile gelir düzeyi ortalamasının 11644,56 TL ve standart sapmasının 6528,869 olduğu görülmektedir. Buna ek olarak çarpıklık ve basıklık değerleri çerçevesinde bu ölçek boyutlarının normal dağılım sergilemedikleri kabul edilmiştir (bkz. George & Mallery, 2010; Tabachnick & Fidell, 2013).

Tablo 3: Ölçeklere İlişkin Tanımlayıcı İstatistikleri

Değişken	n	Ort.	Medyan	Std. Sapma	Min.	Maks.	Çarpıklık	Basıklık
Psikososyal Gelişme	302	4,4848	4,75	0,61461	2,17	5	-1,353	1,236
Fiziksel Gelişme	302	4,5006	4,8333	0,62693	2,17	5	-1,487	1,851
Zihinsel Gelişme	302	4,3551	4,75	0,75615	1,75	5	-1,061	0,299
Spora Yönelik Tutum (Toplam)	302	4,4655	4,7273	0,59883	2,32	5	-1,281	0,977
Uyumluluk	302	3,9499	3,9375	0,5485	2,31	5	-0,03	-0,324
Anlatımcılık	302	3,9165	3,8889	0,59881	1,89	5	-0,15	-0,104
Sosyal Duygusal Yetkinlik (Toplam)	302	3,9379	3,92	0,53954	2,16	5	0,008	-0,133
Sosyal Görünüş Kaygısı	302	2,9255	3,125	0,94459	1	4,75	-0,361	-0,622

Tablo 3 incelendiğinde katılımcıların psikososyal gelişme puan ortalamaları 4,4848 ve standart sapması 0,61461; fiziksel gelişme puan ortalamaları 4,5006 ve standart sapması 0,62693; zihinsel gelişme puan ortalamaları 4,3551 ve standart sapması 0,75615; spora yönelik tutum puan ortalamaları 4,4655 ve standart sapması 0,59883; uyumluluk puan ortalamaları 3,9499 ve standart sapması 0,5485; anlatımcılık puan ortalamaları 3,9165 ve standart sapması 0,59881; sosyal duygusal yetkinlik puan ortalamaları 3,9379 ve standart sapması 0,53954; sosyal görünüş kaygısı puan ortalamaları 2,9255 ve standart sapması 0,94459 olduğu tespit edilmiştir. Bu bağlamda katılımcıların psikososyal gelişme, fiziksel gelişme, zihinsel gelişme ve spora yönelik tutumları çok yüksek düzeyde; uyumluluk, anlatımcılık ve sosyal duygusal yetkinlikleri yüksek düzeyde; sosyal görünüş kaygılarının orta düzeyde olduğu söylenebilir. Buna ek olarak çarpıklık ve basıklık değerleri çerçevesinde bu ölçek boyutlarının normal dağılım sergiledikleri kabul edilmiştir (bkz. George ve Mallery, 2010; Tabachnick ve Fidell, 2013).

Tablo 4: Ölçeklere İlişkin Güvenirlik Analizi Sonuçları

Boyut	Cronbach's Alpha	Madde Sayısı
Psikososyal Gelişme	0,924	12
Fiziksel Gelişme	0,872	6
Zihinsel Gelişme	0,876	4
Spora Yönelik Tutum (Toplam)	0,955	22
Uyumluluk	0,885	16
Anlatımcılık	0,810	9
Sosyal Duygusal Yetkinlik (Toplam)	0,920	25
Sosyal Görünüş Kaygısı	0,949	16

Tablo 4'e göre iç tutarlık katsayısı (Cronbach's Alpha), alt boyutlar özelinde psikososyal gelişme için 0,924; fiziksel gelişme için 0,872; zihinsel gelişme için 0,876; spora yönelik tutum için 0,955; uyumluluk için 0,885; anlatımcılık için 0,810; sosyal duygusal yetkinlik için 0,920; sosyal görünüş kaygısı için 0,949 olarak bulunmuştur. Bu durum, ölçek boyutlarının güvenilir oldukları şeklinde yorumlanabilmektedir (bkz. Hinton ve ark., 2004).

Tablo 5: Cinsiyet Değişkenine Göre t-Testi Sonuçları

Boyut	Cinsiyet	n	Ort.	S.s.	Ser. Der.	T	p
Psikososyal Gelişme	Kadın	112	4,5000	,57800	300	,329	,742
	Erkek	190	4,4759	,63653			
Fiziksel Gelişme	Kadın	112	4,5298	,59410	300	,621	,535
	Erkek	190	4,4833	,64642			
Zihinsel Gelişme	Kadın	112	4,3571	,74413	300	,035	,972
	Erkek	190	4,3539	,76509			
Spora Yönelik Tutum (Toplam)	Kadın	112	4,4821	,57478	300	,370	,712
	Erkek	190	4,4557	,61385			
Uyumluluk	Kadın	112	3,9604	,53311	300	,254	,800
	Erkek	190	3,9438	,55867			
Anlatımcılık	Kadın	112	3,9375	,58468	300	,468	,640
	Erkek	190	3,9041	,60817			
Sosyal Duygusal Yetkinlik (Toplam)	Kadın	112	3,9521	,52054	300	,352	,725
	Erkek	190	3,9295	,55163			
Sosyal Görünüş Kaygısı	Kadın	112	2,9459	,94806	300	,287	,774
	Erkek	190	2,9135	,94483			

Tablo 5 incelendiğinde katılımcıların cinsiyet değişkenine göre psikososyal gelişme, fiziksel gelişme, zihinsel gelişme, spora yönelik tutum, uyumluluk, anlatımcılık, sosyal duygusal yetkinlik ve sosyal görünüş kaygısı boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ($p>0,05$).

Tablo 6: Bölüm Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları

Boyut	Grup	n	Ort.	S.s.	Ser. Der.	F	P	Fark
Psikososyal Gelişme	Bed. Eğ. ve Sp. Öğr. (1)	56	4,4866	,55727	301	5,799*	,001	2>3; 4>3
	Antrenörlük Eğitimi (2)	93	4,5815	,57787				
	Spor Yöneticiliği (3)	116	4,3247	,67784				
	Rekreasyon (4)	37	4,7410	,43425				
Fiziksel Gelişme	Bed. Eğ. ve Sp. Öğr. (1)	56	4,4673	,68270	301	5,024*	,002	2>3; 4>3
	Antrenörlük Eğitimi (2)	93	4,6022	,53163				
	Spor Yöneticiliği (3)	116	4,3563	,69466				
	Rekreasyon (4)	37	4,7477	,39012				
Zihinsel Gelişme	Bed. Eğ. ve Sp. Öğr. (1)	56	4,4018	,68370	301	4,403*	,005	2>3; 4>3
	Antrenörlük Eğitimi (2)	93	4,4704	,75797				
	Spor Yöneticiliği (3)	116	4,1681	,81945				
	Rekreasyon (4)	37	4,5811	,50019				
Spora Yönelik Tutum (Toplam)	Bed. Eğ. ve Sp. Öğr. (1)	56	4,4659	,56933	301	6,086*	,000	2>3; 4>3
	Antrenörlük Eğitimi (2)	93	4,5670	,54643				
	Spor Yöneticiliği (3)	116	4,3049	,66613				
	Rekreasyon (4)	37	4,7138	,38657				
Uyumluluk	Bed. Eğ. ve Sp. Öğr. (1)	56	3,8884	,49711	301	,446	,720	---
	Antrenörlük Eğitimi (2)	93	3,9355	,53965				
	Spor Yöneticiliği (3)	116	3,9741	,60270				
	Rekreasyon (4)	37	4,0034	,47116				
Anlatımcılık	Bed. Eğ. ve Sp. Öğr. (1)	56	3,9167	,58306	301	1,100	,349	---
	Antrenörlük Eğitimi (2)	93	3,9319	,53439				
	Spor Yöneticiliği (3)	116	3,9559	,65446				
	Rekreasyon (4)	37	3,7538	,58977				
Sosyal Duygusal Yetkinlik (Toplam)	Bed. Eğ. ve Sp. Öğr. (1)	56	3,8986	,49309	301	,241	,868	---
	Antrenörlük Eğitimi (2)	93	3,9342	,51929				
	Spor Yöneticiliği (3)	116	3,9676	,59519				
	Rekreasyon (4)	37	3,9135	,48566				
Sosyal Görünüş Kaygısı	Bed. Eğ. ve Sp. Öğr. (1)	56	2,9710	,94493	301	,436	,728	---
	Antrenörlük Eğitimi (2)	93	2,9913	,87318				
	Spor Yöneticiliği (3)	116	2,8874	1,04998				
	Rekreasyon (4)	37	2,8108	,77020				

* p<0,05

Tablo 6 incelendiğinde bölüm değişkenine göre katılımcıların psikososyal gelişme alt boyutu kapsamında ($F_{(3-298)}=5,799$; $p<0,05$); fiziksel gelişme alt boyutu kapsamında ($F_{(3-298)}=5,024$; $p<0,05$); zihinsel gelişme alt boyutu kapsamında ($F_{(3-298)}=4,403$; $p<0,05$) ve spora yönelik tutum alt boyutu kapsamında ($F_{(3-298)}=6,086$, $p<0,05$) istatistiksel olarak anlamlı

farklılıkların olduğu görülmektedir. Bu doğrultuda gerçekleştirilen post-hoc testi (Games-Howell) sonrasında psikososyal gelişme alt boyutu kapsamında anlamlı farklılığın “antrenörlük eğitimi” ile “spor yöneticiliği” grupları arasında olup antrenörlük eğitimi lehine ve “spor yöneticiliği” ile “rekreasyon” grupları arasında rekreasyon grubu lehine olduğu tespit edilmiştir. Diğer bir ifadeyle hem antrenörlük eğitimi grubunun hem de rekreasyon grubunun psikososyal gelişme tutumları spor yöneticiliği grubuna göre daha yüksektir. Fiziksel gelişme alt boyutu kapsamında anlamlı farklılığın “antrenörlük eğitimi” ile “spor yöneticiliği” grupları arasında olup antrenörlük eğitimi lehine ve “spor yöneticiliği” ile “rekreasyon” grupları arasında rekreasyon grubu lehine olduğu tespit edilmiştir. Diğer bir ifadeyle hem antrenörlük eğitimi grubunun hem de rekreasyon grubunun fiziksel gelişme tutumları spor yöneticiliği grubuna göre daha yüksektir. Zihinsel gelişme alt boyutu kapsamında anlamlı farklılığın “antrenörlük eğitimi” ile “spor yöneticiliği” grupları arasında olup antrenörlük eğitimi lehine ve “spor yöneticiliği” ile “rekreasyon” grupları arasında rekreasyon grubu lehine olduğu tespit edilmiştir. Diğer bir ifadeyle hem antrenörlük eğitimi grubunun hem de rekreasyon grubunun zihinsel gelişme tutumları spor yöneticiliği grubuna göre daha yüksektir. Spora yönelik tutum boyutu kapsamında anlamlı farklılığın “antrenörlük eğitimi” ile “spor yöneticiliği” grupları arasında olup antrenörlük eğitimi lehine ve “spor yöneticiliği” ile “rekreasyon” grupları arasında rekreasyon grubu lehine olduğu tespit edilmiştir. Diğer bir ifadeyle hem antrenörlük eğitimi grubunun hem de rekreasyon grubunun spora yönelik tutumları spor yöneticiliği grubuna göre daha yüksektir. Ancak katılımcıların bölüm değişkenine göre uyumluluk, anlatımcılık, sosyal duygusal yetkinlik ve sosyal görünüş kaygısı boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ($p>0,05$).

Tablo 7: Sınıf Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları

Boyut	Grup	N	Ort.	S.s.	Ser. Der.	F	P	Fark
Psikososyal Gelişme	1. Sınıf (1)	100	4,5217	,56328	301	,898	,443	---
	2. Sınıf (2)	111	4,4332	,68330				
	3. Sınıf (3)	32	4,6120	,52688				
	4. Sınıf (4)	59	4,4506	,60611				
Fiziksel Gelişme	1. Sınıf (1)	100	4,5617	,49784	301	1,485	,219	---
	2. Sınıf (2)	111	4,4309	,74076				
	3. Sınıf (3)	32	4,6458	,45937				
	4. Sınıf (4)	59	4,4492	,65817				
Zihinsel Gelişme	1. Sınıf (1)	100	4,4025	,69622	301	1,164	,324	---
	2. Sınıf (2)	111	4,2523	,84578				
	3. Sınıf (3)	32	4,3828	,70421				
	4. Sınıf (4)	59	4,4534	,69554				
Spora Yönelik Tutum (Toplam)	1. Sınıf (1)	100	4,5109	,52176	301	1,038	,376	---
	2. Sınıf (2)	111	4,3997	,68424				
	3. Sınıf (3)	32	4,5795	,49592				
	4. Sınıf (4)	59	4,4507	,59806				
Uyumluluk	1. Sınıf (1)	100	4,0194	,57514	301	1,692	,169	---
	2. Sınıf (2)	111	3,9381	,56417				

	3. Sınıf (3)	32	3,7715	,40054				
	4. Sınıf (4)	59	3,9513	,53021				
Anlatımcılık	1. Sınıf (1)	100	3,9511	,61354	301	,591	,621	---
	2. Sınıf (2)	111	3,9069	,65675				
	3. Sınıf (3)	32	3,7951	,36917				
	4. Sınıf (4)	59	3,9416	,56254				
Sosyal Duygusal Yetkinlik (Toplam)	1. Sınıf (1)	100	3,9948	,56887	301	1,310	,271	---
	2. Sınıf (2)	111	3,9268	,56573				
	3. Sınıf (3)	32	3,7800	,35487				
	4. Sınıf (4)	59	3,9478	,51420				
Sosyal Görünüş Kaygısı	1. Sınıf (1)	100	2,7194	,96250	301	2,897*	,035	3>1
	2. Sınıf (2)	111	3,0039	,96635				
	3. Sınıf (3)	32	3,2070	,69858				
	4. Sınıf (4)	59	2,9746	,94131				

* p<0,05

Tablo 7 incelendiğinde katılımcıların sınıf değişkenine göre sosyal görünüş kaygısı boyutu kapsamında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir ($F_{(3-298)}=2,897$; $p<0,05$). Bu doğrultuda gerçekleştirilen post-hoc testi (Games-Howell) sonrasında anlamlı farklılığın “3.sınıf” ile “1. Sınıf” grupları arasında olup 1.sınıfta olan katılımcıların lehine olduğu bulunmuştur. Diğer bir ifadeyle 3. sınıfta olan öğrencilerin sosyal görünüş kaygıları 1. sınıfta olan öğrencilere göre daha yüksektir. Ancak katılımcıların sınıf değişkenine göre psikososyal gelişme, fiziksel gelişme, zihinsel gelişme, spora yönelik tutum, uyumluluk, anlatımcılık ve sosyal duygusal yetkinlik boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ($p>0,05$).

Tablo 8: Aktif Olarak Spor Yapma Durumu Değişkenine Göre t-Testi Sonuçları

Boyut	Spor Yapma Durumu	n	Ort.	S.s.	Ser. Der.	T	p
Psikososyal Gelişme	Evet	146	4,4635	,65609	300	-,583	,560
	Hayır	156	4,5048	,57449			
Fiziksel Gelişme	Evet	146	4,4920	,65605	300	-,229	,819
	Hayır	156	4,5085	,60042			
Zihinsel Gelişme	Evet	146	4,3408	,76951	300	-,319	,750
	Hayır	156	4,3686	,74566			
Spora Yönelik Tutum (Toplam)	Evet	146	4,4489	,63112	300	-,465	,642
	Hayır	156	4,4811	,56855			
Uyumluluk	Evet	146	3,9683	,53600	300	,563	,574
	Hayır	156	3,9327	,56111			
Anlatımcılık	Evet	146	3,9482	,57301	300	,892	,373
	Hayır	156	3,8868	,62236			
Sosyal Duygusal Yetkinlik (Toplam)	Evet	146	3,9611	,51726	300	,723	,470
	Hayır	156	3,9162	,56038			
Sosyal Görünüş Kaygısı	Evet	146	2,8896	,96633	300	-,639	,523
	Hayır	156	2,9591	,92563			

Tablo 8 incelendiğinde aktif olarak spor yapma durumu değişkenine göre; psikososyal gelişme, fiziksel gelişme, zihinsel gelişme, spora yönelik tutum, uyumluluk, anlatımcılık, sosyal duygusal yetkinlik ve sosyal görünüş kaygısı boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ($p>0,05$).

Tablo 9: Yaş, Kişisel Gelir ve Aile Geliri Değişkenleri ile Ölçekler Arasındaki İlişkiye Yönelik Spearman Korelasyon Analizi Sonuçları

Değişkenler		Yaş	Aylık Ortalama Kişisel Gelir Düzeyi	Aylık Ortalama Aile Gelir Düzeyi (Kişisel gelir dahil)
Psikososyal Gelişme	r	-,040	,067	-,038
	p	,494	,299	,555
	n	302	239	239
Fiziksel Gelişme	r	-,046	,182*	,023
	p	,424	,005	,721
	n	302	239	239
Zihinsel Gelişme	r	,004	,011	-,114
	p	,942	,860	,079
	n	302	239	239
Spora Yönelik Tutum (Toplam)	r	-,026	,105	-,045
	p	,649	,105	,488
	n	302	239	239
Uyumluluk	r	-,027	,056	,058
	p	,635	,387	,372
	n	302	239	239
Anlatımcılık	r	,005	,114	,006
	p	,924	,077	,926
	n	302	239	239
Sosyal Duygusal Yetkinlik (Toplam)	r	-,013	,083	,047
	p	,818	,199	,472
	n	302	239	239
Sosyal Görünüş Kaygısı	r	,134*	,086	,038
	p	,020	,186	,559
	n	302	239	239

* $p < 0,05$

Tablo 9'a göre katılımcıların yaşları ile sosyal görünüş kaygıları arasında pozitif yönde düşük düzeyde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilmişken ($r=0,134$; $p<0,05$); katılımcıların yaş değişkenleri ile psikososyal gelişme, fiziksel gelişme, zihinsel gelişme, spora yönelik tutum, uyumluluk, anlatımcılık ve sosyal duygusal yetkinlikleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir ($p>0,05$). Katılımcıları aylık ortalama kişisel gelir düzeyleri ile fiziksel gelişme tutumları arasında pozitif yönde düşük düzeyde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir ($r= 0,182$; $p<0,05$). Ancak aylık ortalama kişisel gelir düzeyi değişkeni ile psikososyal gelişme, zihinsel gelişme, spora yönelik tutum, uyumluluk, anlatımcılık, sosyal duygusal yetkinlik ve sosyal görünüş kaygıları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir ($p>0,05$). Ayrıca katılımcıların aylık ortalama aile gelir düzeyleri ile psikososyal gelişme, fiziksel gelişme, zihinsel gelişme, spora yönelik tutum, uyumluluk, anlatımcılık, sosyal duygusal yetkinlik ve sosyal görünüş kaygıları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir ($p>0,05$).

Tablo 10: Sosyal Duygusal Yetkinlik ile Sosyal Görünüş Kaygısı Arasındaki İlişkiye Yönelik Korelasyon Analizi Sonuçları

Değişken	Sosyal Görünüş Kaygısı
Uyumluluk	r
	,020
	p
Anlatımcılık	p
	,724
	n
Sosyal Duygusal Yetkinlik (Toplam)	n
	302
	r
Uyumluluk	r
	-,012
	p
Anlatımcılık	p
	,833
	n
Sosyal Duygusal Yetkinlik (Toplam)	n
	302
	r

Tablo 10'a göre katılımcıların uyumlulukları ile sosyal görünüş kaygıları; anlatımcılıkları ile sosyal görünüş kaygıları ve sosyal duygusal yetkinlikleri ile sosyal görünüş kaygıları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir ($p>0,05$).

Tablo 11: Spora Yönelik Tutum ile Sosyal Görünüş Kaygısı Arasındaki İlişkiye Yönelik Korelasyon Analizi Sonuçları

Değişken	Sosyal Görünüş Kaygısı
Psikososyal Gelişme	r
	-,013
	p
Fiziksel Gelişme	p
	,825
	n
Zihinsel Gelişme	n
	302
	r
Spora Yönelik Tutum (Toplam)	r
	-,030
	p
Psikososyal Gelişme	p
	,605
	n
Fiziksel Gelişme	n
	302
	r
Zihinsel Gelişme	r
	,021
	p
Spora Yönelik Tutum (Toplam)	p
	,719
	n
Psikososyal Gelişme	n
	302
	r

Tablo 11'a göre katılımcıların sosyal görünüş kaygıları ile psikososyal gelişmeleri; sosyal görünüş kaygıları ile fiziksel gelişmeleri; sosyal görünüş kaygıları ile zihinsel gelişmeleri ve sosyal görünüş kaygıları ile spora yönelik tutumları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir ($p>0,05$).

Tablo 12: Spora Yönelik Tutum ile Sosyal Duygusal Yetkinlik Arasındaki İlişkiye Yönelik Korelasyon Analizi Sonuçları

Değişkenler		Uyumluluk	Anlatımcılık	Sosyal Duygusal Yetkinlik (Toplam)
Psikososyal Gelişme	r	,415*	,329*	,401*
	p	,000	,000	,000
	n	302	302	302
Fiziksel Gelişme	r	,458*	,333*	,431*
	p	,000	,000	,000
	n	302	302	302
Zihinsel Gelişme	r	,431*	,380*	,432*
	p	,000	,000	,000
	n	302	302	302
Spora Yönelik Tutum (Toplam)	r	,462*	,366*	,447*
	p	,000	,000	,000
	n	302	302	302

* $p < 0,05$

Tablo 12 incelendiğinde katılımcıların spor yönelik tutum bağlamındaki psiko-sosyal gelişmeleri ile uyumlulukları ($r=0,415$); anlatımcılıkları ($r=0,329$) ve sosyal duygusal yetkinlikleri ($r=0,401$) arasında pozitif yönde orta düzeyde istatistiksel olarak anlamlı ilişkilerin olduğu görülmektedir ($p < 0,05$). Diğer bir ifadeyle katılımcıların spor yönelik tutum bağlamındaki psiko-sosyal gelişmeleri artıkça uyumlulukları, anlatımcılıkları ve sosyal duygusal yetkinlikleri de artmaktadır.

Katılımcıların spor yönelik tutum bağlamındaki fiziksel gelişmeleri ile uyumlulukları ($r=0,458$); anlatımcılıkları ($r=0,333$) ve sosyal duygusal yetkinlikleri ($r=0,431$) arasında pozitif yönde orta düzeyde istatistiksel olarak anlamlı ilişkilerin olduğu görülmektedir ($p < 0,05$). Diğer bir ifadeyle katılımcıların spor yönelik tutum bağlamındaki fiziksel gelişmeleri artıkça uyumlulukları, anlatımcılıkları ve sosyal duygusal yetkinlikleri de artmaktadır.

Katılımcıların spor yönelik tutum bağlamındaki zihinsel gelişmeleri ile uyumlulukları ($r=0,431$); anlatımcılıkları ($r=0,380$) ve sosyal duygusal yetkinlikleri ($r=0,432$) arasında pozitif yönde orta düzeyde istatistiksel olarak anlamlı ilişkilerin olduğu görülmektedir ($p < 0,05$). Diğer bir ifadeyle katılımcıların spor yönelik tutum bağlamındaki zihinsel gelişmeleri artıkça uyumlulukları, anlatımcılıkları ve sosyal duygusal yetkinlikleri de artmaktadır.

Katılımcıların spor yönelik tutumları ile uyumlulukları ($r=0,462$); anlatımcılıkları ($r=0,366$) ve sosyal duygusal yetkinlikleri ($r=0,447$) arasında pozitif yönde orta düzeyde istatistiksel olarak anlamlı ilişkilerin olduğu görülmektedir ($p < 0,05$). Diğer bir ifadeyle katılımcıların spor yönelik tutumları artıkça uyumlulukları, anlatımcılıkları ve sosyal duygusal yetkinlikleri de artmaktadır.

SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

Sonuç ve Tartışma

Türk Dil Kurumu (TDK) Türkçe sözlükte (2019) "üzüntü, kaygılı düşünceler, endişe" olarak tanımlanan kaygı, kişinin günlük yaşamını olumsuz yönde etkileyen, kaygı veya kaygıya neden olan bir duygudur şeklinde ifade etmiştir. Kişilerin genellikle hissettikleri bir duygu olan kaygı, iç ya da dış çevrenin sebep olduğu bir tehlike olasılığı veya kişinin böyle bir olasılığa yönelik tutum ya da değerlendirilmesinden kaynaklanır (Araz, 2017). Dış görünüş kaygısı, kişinin dış görünüşü ile ilgili yaşadığı endişeleri ve başka kişileri onu değerlendirmesiyle ortaya çıkan durumlarını içermektedir. Bireyler spora yöneldiği zaman daha mutlu, huzurlu, öz güveni yüksek ve kaygıdan uzak bir hayat sürdükleri ve bireylerin onlar hakkındaki düşünceleri önemsizleşir ve ruhsal kaygıları ortadan kalkar. Böylelikle spor yapan bireylerin görüş kaygısı da spor yaptıkları için ortadan kalkar. İnsanlar tarafından oluşturulan belli formlar dışında kalan kişilerde ise durum aksi haldedir. Kendilerini toplumdan ötekileştirip daha çekincen tavırlar gözlenebilmektedir (Davidson ve ark., 1991).

Teknoloji çağının yaşanması ile birlikte sosyal görünüş bireyler tarafından daha fazla önemsenmektedir. Oluşturulan belli kalıplara verilen değerleri gören bireylerde kendilerini sorgulama eğilimi görülebilmektedir. Diğer kişiler tarafından olumlu izlenim bırakmayan bireyler kaygı durumu ile karşı karşıya kalabilmektedirler. Bundan dolayı kişiler insanlar tarafından dikkat çekmek ve o kalıplara ulaşabilmek adına egzersize yönelebilirler veya cerrahi operasyon geçirebilirler. Kendilerini böylelikle daha rahat ve mutlu hissedeceklerdir. Çünkü kişinin görünüşü kendine güvenmeyle ilişkilidir (Türker ve ark., 2018).

Bu araştırmada, çalışma grubu kapsamındaki spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin spora yönelik tutum, sosyal-duygusal yetkinlik ve sosyal görünüş kaygısı düzeyleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu doğrultuda araştırma amacına yönelik hazırlanan anket formu uygulanması neticesinde elde edilen ham veriler farklı istatistiksel analiz tekniklerinden yararlanılarak belirli sonuçlar elde edilmiştir. Bu doğrultuda, elde edilen bulgular ile ilgili literatür araştırması sonucu elde edilen kaynaklar desteğiyle karşılaştırma yapılarak araştırma detaylandırılmıştır.

Araştırma kapsamında kadın katılımcı sayısının erkek katılımcı sayısından daha düşük olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca katılımcıların çoğunluğunun spor yöneticiliği bölümü, 1 ve 2. sınıf öğrencileri olduğu bulunmuştur. Spor yapan ve yapmayan öğrencilerin sayısının birbirine yakın olduğu görülmüştür. Buna ek olarak katılımcıların yaş ortalamasının 21,31 ve standart sapmasının 1,935; aylık ortalama kişisel gelir düzeyi ortalamasının 2434,1 TL ve standart

sapmasının 2366,751; aylık ortalama aile gelir düzeyi ortalamasının 11644,56 TL ve standart sapmasının 6528,869 olduğu tespit edilmiştir (bkz. Tablo 1 ve 2). Katılımcıların psikososyal gelişme, fiziksel gelişme, zihinsel gelişme ve spora yönelik tutumları çok yüksek düzeyde; uyumluluk, anlatımcılık ve sosyal duygusal yetkinlikleri yüksek düzeyde; sosyal görünüş kaygılarının orta düzeyde olduğu söylenebilmektedir (bkz. Tablo 3). Ayrıca ölçek boyutlarının güvenilir oldukları anlaşılmaktadır (bkz. Tablo 4).

Katılımcıların cinsiyet değişkenine göre psikoso-soyal gelişme, fiziksel gelişme, zihinsel gelişme, spora yönelik tutum, uyumluluk, anlatımcılık, sosyal duygusal yetkinlik ve sosyal görünüş kaygısı boyutlarında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir (bkz. Tablo 5). Literatür incelendiğinde yapılan çalışma sonucuna benzer araştırmalar bulunmuştur.

Yanık ve Çamlıyer'in (2015) yapmış olduğu çalışma bulgularının katılımcıların cinsiyet değişkenine göre fiziki eğitim dersi ve spora yönelik tutum noktasındaki ilişkiye bakıldığında herhangi bir farklılık tespit edilmemiştir. Göksel ve ark. (2017) tarafından yapılan araştırma sonucu incelendiğinde cinsiyet değişkenine göre herhangi bir ilişki tespit edilmediği görülmektedir. Yine Turhan ve ark. (2021) yaptıkları çalışmada cinsiyet değişkenine göre spora yönelik tutum ölçeği toplam puan ortalamalarında ve alt boyutlarında herhangi bir ilişki saptanmamıştır. Araştırma ile benzer sonuçlara ulaşan çalışmaların aksine spora yönelik tutum ölçeği ile cinsiyet arasında farklılık bulunan araştırmalara da rastlanılmaktadır. Türkmen ve ark. (2016) Bartın Üniversitesinde öğrenim gören öğrencilere yönelik yapılan çalışmada spora yönelik tutumlarda kadın-erkek değişkenine göre erkelerin kadınlara göre puan ortalaması daha yüksek olduğu görülmektedir. Aynı şekilde Çelik & Pulur'un (2011) yapmış olduğu çalışmada ortaöğretim çağındaki öğrenciler kapsamındaki kız veya erkek öğrenciler arasında da anlamlı farklılık olduğuna dayanan sonuçlar görülmektedir. Bu sonuçlar, hali hazırdaki çalışma sonucuyla çeliştiği görülmektedir. Yapılan bu çalışmalarda cinsiyet değişkeni ile spora yönelik tutum arasında farklılık olmasının nedeni, araştırmaya katılan katılımcılar ile mevcut araştırmadaki katılımcıların farklılık göstermesi olarak düşünülmektedir. Diğer bir ifadeyle farklı yaş gruplarına ait katılımcıların olması, farklı sosyal ortamlara ait olmaları ve bu kişilerin spora bakış açısının farklı olması, farklı öğrenim düzeylerinde olmaları, başka fakültelerde veya bölümlerde öğrenim görmeleri farklı sonuçlar çıkmasında etkili olabileceği düşünülmektedir.

Yapılan literatür taramasında çalışma ile paralel sonuçlara ulaşmak mümkündür. Alımcı (2018) yapmış olduğu çalışmada, katılımcıların cinsiyetleri ile sosyal görünüş kaygıları arasında bir ilişkiye rastlamamıştır. Şahin ve Oktan (2010) tarafından ilköğretim çağındaki öğrencilere yönelik yürütülen araştırmada görünüş kaygısı ile katılımcıların cinsiyet değişkenine göre bir farkın olmadığı bulgusuna varmıştır. Faytout ve ark.'nın (2005) yapmış

oldukları çalışma örneğinde sosyal görünüş kaygının cinsiyet değişkenine göre farklılık göstermediği görülmektedir. Çalışmayla uyumsuz olan literatürde pek çok araştırma mevcuttur. Akpınar ve Yağan'nın (2019) spor merkezini aktif kullanan kişiler ile yaptığı çalışmada, Toprak ve Saraç'ın (2018) spor yapan kişiler ile yaptığı çalışmada sosyal görünüş kaygısının cinsiyete göre farklılık gösterdiği ve erkek bireylerin sosyal görünüşünü kadınlara oranla daha fazla dikkat ettiği görülmektedir. Benzer çalışma yürüten Tok (2021) kadınların sosyal görünüş kaygı düzeylerinin erkeklere oranla daha fazla önemsedikleri fark edilmiştir. Çalışmalardan farklı sonuçlar bulunmasının nedeni aktif spor yapan kişiler üzerinde çalışılmış olmaması düşünülmektedir. Bu çalışmada sosyal kaygı düzeyi açısından cinsiyet değişkenine göre farklılık göstermemesinin sebebi araştırmaya katılan örneklem grubunun aynı üniversitede öğrenim görmeleri ve bu açıdan benzer sosyal faaliyetlerde bulunma, şehrin ortak imkanlarına sahip olma, aynı sosyal ortamlarda bulunma gibi nedenlerden olabileceği düşünülmektedir.

Literatür taraması yapıldığında çalışmayla aynı sonuçlara ulaşan, Çelikkaleli (2014) ergen bireylerde bilişsel esneklik ile akademik, sosyal ve duygusal yetkinlik değerleri arasında cinsiyet değişkenine etkisi olmadığı görülmektedir. Ateş'in (2016) çalışmasında aynı şekilde erkek ve kadın katılımcıların sosyal yetkinlik düzeyleri arasında fark olmadığı görülmektedir. Artık toplumda kadınlara ve erkeklere atfedilen sosyal roller ve bu rollerin getirmiş oldukları sorumluluklar, birbirini andıran niteliktedir. Bundan dolayı da hem kadınlardan hem de erkeklerden topluma aktif olarak katılım göstermeleri ve toplumun her alanında yer almaları artmaktadır. Cinsiyet bağlamında erkek ve kadınlara yönelik algılardaki, fikirlerin değişmesi sosyal duygusal yetkinlik ilişkisine saptanmaması hem kadınların hem de erkeklerin algılanmış olunan sosyal yetkinlik düzeyleri açısından birbirlerine denk olmalarını sağladığı düşünülmektedir. Sonuçlardan farklı olarak cinsiyet açısından erkeklerden ise kadınların sosyal duygusal yetkinlik puanları daha fazla olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Coleman (2003) ile Koparan ve ark.'nın (2009) yapmış oldukları lise öğrencilerinin sosyal öz-yeterlik beklentileri ve atılganlığın incelenmesi adlı çalışmasında cinsiyet ile sosyal duygusal yetkinlik ölçeği arasında ilişkiye rastlamışlardır. Araştırmanın diğer çalışmalardan farklı çıkmasının sebebi yapılan araştırmaya katılan katılımcıların öğrenim düzeylerindeki farklılıklar etkili olabileceği düşünülebilir. Cinsiyet değişkeni ile sosyal duygusal yetkinlik arasında farkın olmamasının nedeni ise katılımcıların benzer sosyal ortam ve kültürel yapıya sahip olması düşünülmektedir.

Katılımcıların bölüm değişkenine göre psikososyal gelişme alt boyutu kapsamında; fiziksel gelişme alt boyutu kapsamında; zihinsel gelişme alt boyutu kapsamında ve spora yönelik tutum alt boyutu kapsamında anlamlı farklılıkların olduğu tespit edilmiştir. Bu doğrultuda gerçekleştirilen post-hoc testi sonrasında psikososyal gelişme alt boyutu

kapsamında anlamlı farklılığın “antrenörlük eğitimi” ile “spor yöneticiliği” grupları arasında olup antrenörlük eğitimi lehine ve “spor yöneticiliği” ile “rekreasyon” grupları arasında rekreasyon grubu lehine olduğu tespit edilmiştir. Diğer bir ifadeyle hem antrenörlük eğitimi grubunun hem de rekreasyon grubunun psikososyal gelişme tutumları spor yöneticiliği grubuna göre daha yüksektir. Fiziksel gelişme alt boyutu kapsamında anlamlı farklılığın “antrenörlük eğitimi” ile “spor yöneticiliği” grupları arasında olup antrenörlük eğitimi lehine ve “spor yöneticiliği” ile “rekreasyon” grupları arasında rekreasyon grubu lehine olduğu tespit edilmiştir. Diğer bir ifadeyle hem antrenörlük eğitimi grubunun hem de rekreasyon grubunun fiziksel gelişme tutumları spor yöneticiliği grubuna göre daha yüksektir. Zihinsel gelişme alt boyutu kapsamında anlamlı farklılığın “antrenörlük eğitimi” ile “spor yöneticiliği” grupları arasında olup antrenörlük eğitimi lehine ve “spor yöneticiliği” ile “rekreasyon” grupları arasında rekreasyon grubu lehine olduğu tespit edilmiştir. Diğer bir ifadeyle hem antrenörlük eğitimi grubunun hem de rekreasyon grubunun zihinsel gelişme tutumları spor yöneticiliği grubuna göre daha yüksektir. Spora yönelik tutum boyutu kapsamında anlamlı farklılığın “antrenörlük eğitimi” ile “spor yöneticiliği” grupları arasında olup antrenörlük eğitimi lehine ve “spor yöneticiliği” ile “rekreasyon” grupları arasında rekreasyon grubu lehine olduğu tespit edilmiştir. Diğer bir ifadeyle hem antrenörlük eğitimi grubunun hem de rekreasyon grubunun spora yönelik tutumları spor yöneticiliği grubuna göre daha yüksektir. Ancak katılımcıların bölüm değişkenine göre uyumluluk, anlatımcılık, sosyal duygusal yetkinlik ve sosyal görünüş kaygısı boyutlarında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir (bkz. Tablo 6).

Literatürdeki çalışmalar incelendiğinde paralel sonuçlara ulaşan, Yıldız ve ark.’nın (2017) yapmış oldukları çalışmada ve Özkarslı’nın (2023) yapmış olduğu çalışmasında katılımcıların, spora yönelik tutumları okudukları bölüme göre incelendiğinde, rekreasyon bölümünde okuyan öğrencilerin spora yönelik tutum, psikososyal, fiziksel ve zihinsel gelişme düzeyleri öğretmenlik bölümündekilere göre daha yüksek çıkmıştır. Arapoğlu (2021) araştırmasında spor bilimleri fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin spora karşı tutumunun sağlık bilimleri fakültesi’ndeki öğrencilere oranla puan ortalamalarının daha fazla olduğu bulgusuna ulaşmıştır. Bölüm değişkenliklerine bakıldığında ise anlamlı fark olduğu tespit edilmiştir. Bu farklılığın rekreasyon öğrencilerinin; beslenme, hemşirelik, spor yöneticiliği bölümlerindeki öğrencilere göre daha fazla olduğu görülmektedir. Çalışmadan farklı olarak Körmükçü (2021) çalışmasında spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin spora yönelik tutumlarının incelendiği araştırmada öğrenim görülen bölüm değişkeni arasında anlamlı farklılık saptanmamıştır. Yalçinkaya ve ark. (1993) yapmış oldukları çalışmada yükseköğretimde öğrenim gören bireylerin spora ilgileri ve atılganlık becerileri ile ilgili çalışmaya katılan bireylerin spora olan ilgilerine ilişkin algıları, bölüm faktörüne göre

değişkenlik göstermediği anlaşılmaktadır. Araştırmalardan farklı sonuçlara ulaşılmasının sebebi olarak farklı statü ve farklı bölüm üzerinde çalışmaların yapılmasından kaynaklı olabileceği düşünülmektedir. Antrenörlük eğitimi bölümünün Spor yöneticiliği bölümüne göre ve Rekreasyon bölümünün aynı şekilde Spor yöneticiliği bölümüne göre spora yönelik tutumlarının farklı olmasının bölümdeki spor derslerinin fazla olması veya spor geçmişleri ile ilişkisinden kaynaklı farklılık gösterebileceği düşünülmektedir.

Çalışma ile benzer sonuca ulaşan Yıldırım ve ark. (2011) sosyal görünüş kaygısı ölçeği ile bölüm değişkeni arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır. Yapılan çalışmanın aksine Tekeli'nin (2017) yapmış olduğu çalışmada Türkçe öğretmenliği bölümünde öğrenim gören öğrenciler sosyal fiziki kaygılarının beden eğitimi bölümünde öğrenim gören bireylerin kaygı düzeyleri özel eğitim bölümünde öğrenim gören kişilerin yaşamış oldukları sosyal görünüş kaygısından daha fazla olduğu görülmektedir. Varılan bu sonuçlara göre öğretmenlik bölümlerinde okumakta olan yükseköğretim öğrencilerinin sosyal görünüş kaygısı düzeyleri üzerinde bölüm değişkeninin önemli etkisinden söz edilebilir. Alemdağ (2013) tarafından yapılan çalışmada öğretmen adaylarında bölüm değişkeni ile sosyal görünüş kaygı ilişkisinde bölümün belirleyici etken olduğu sonucuna varmıştır. Bu sonuçların farklı çıkmasının sebebi araştırmaya katılan katılımcıların farklı sosyo-kültürel yapıya sahip olmaları, aynı zamanda öğrenim gördükleri yükseköğretim kurumlarının farklı olması, bulunmuş oldukları çevresel faktörlerinin diğerlerinden farklılık göstermesini etkileyebileceği düşünülebilir. Sosyal görünüş kaygısı ile bölüm değişkeni arasında anlamlı farklılığın bulunmamasının nedeni aynı birim (spor bilimleri fakültesi) üzerinde çalışmanın yapılması olduğu düşünülmektedir.

Erişen ve ark.'nın (2020) yapmış oldukları araştırmada bölümlere göre öğrencilerin duygu biçimleri, olumsuz yönde değerlendirilme endişesi ve algılanan sosyal yetkinlik düzeylerinin anlamlı bir farkın olmaması olağan bir durumdur. Yine çalışma ile benzer sonuca ulaşan Ömür ve ark. (2014) ve Kırıl ve Saraçoğlu (2018) her iki araştırmalara katılan bireylerin öğrenim gördükleri bölümlere göre sosyal duygusal yetkinlik açısından anlamlı bir fark tespit edilmemiştir. Yapılan çalışmaların aksine Ünal ve ark. (2016) tarafından yapılan araştırmada katılımcıların bölümlerine göre duygusal yetkinliklerinin farklılaştığı görülmüştür. Çalışmadan farklı sonuçlar bulunmasının sebebi örneklem grubunun birbirleriyle olan ilişkileri farklı sonuçlar elde edilmesini sağlayabileceği düşünülmektedir. Şehirlerdeki farklılığın ve farklı yaşam tarzlarına sahip bireyler üzerinde yapılmış olmasından kaynaklı olarak çelişen sonuçlar çıktığı düşünülmektedir. Çalışmadaki örneklem grubunun aynı fakültede öğrenim gören bireyler üzerinde olması bölüm değişkeni ile sosyal duygusal yetkinlik boyutu arasında anlamlı farklılık olma ihtimalini azaltabileceği düşünülmektedir.

Katılımcıların sınıf değişkenine göre sosyal görünüş kaygısı boyutu kapsamında anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. Bu doğrultuda gerçekleştirilen post-hoc testi sonrasında anlamlı farklılığın “3.sınıf” ile “1. Sınıf” grupları arasında olup 1.sınıfta olan katılımcıların lehine olduğu bulunmuştur. Diğer bir ifadeyle 3. sınıfta olan öğrencilerin sosyal görünüş kaygıları 1. sınıfta olan öğrencilere göre daha yüksektir. Ancak katılımcıların sınıf değişkenine göre psikososyal gelişme, fiziksel gelişme, zihinsel gelişme, spora yönelik tutum, uyumluluk, anlatımcılık ve sosyal duygusal yetkinlik boyutlarında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir (bkz. Tablo 7).

Varol’un (2017) Bartın Üniversitesinde yürütmüş olduğu araştırmada sınıflar arasında spora yönelik tutumunun farklılık göstermediği sonucuna varılmıştır. Karavelioğlu (2017), Kangalgil ve ark. (2006), Güllü ve ark.’nın (2009) elde ettikleri sonuçlara göre de araştırmalara katılan bireylerin okumakta oldukları sınıf değişkenine göre beden eğitimi ve spora yönelik tutumları arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır. Bu çalışmalar araştırmayı destekler niteliktedir. Literatür taramasına bakıldığında çalışmanın aksine Subramaniam & Silverman (2007) ortaokul çağı öğrencileri ile yapmış oldukları araştırmada katılımcıların spora yönelik tutumunun sınıf değişkenine göre farklılık gösterdiği belirtmişlerdir. Bireylerin öğrenim gördükleri sınıf değişkenlik gösterdikçe bireyin spora yönelik tutumun azaldığı görülmektedir. Yıldırım ve ark. (2018) yapmış oldukları araştırmada sınıf düzeyi yükseldikçe öğrencilerin spora yönelik tutum düzeylerinin düştüğünü bulgulamışlardır. Yapmış olunan araştırma spor bilimleri öğrencilerini kapsadığı için her sınıfın gerek teorik gerekse uygulamalı spor dersleri bulunmakta, bu bağlamda spora yönelik tutumda bir farklılık görülmediği düşünülmektedir. Yapılan çalışmalar farklı öğrenim düzeylerini kapsadığı için farklılıkların olabileceği düşünülmektedir.

Yüceant (2013) ve Özkan (2017) tarafından yapılan araştırmalarda sosyal görünüş kaygısının sınıf faktörüne göre değişkenlik gösterdiği ve bu değişkenliğin 10. Sınıftaki öğrencilerin diğer sınıflardaki öğrencilere oranla daha fazla ortalama puanı olduğu sonucuna varılmıştır. Güvenen’nin (2017) yaptığı çalışmada katılımcıların sosyal görünüş kaygısı ölçeği puanlarını okudukları sınıflara göre karşılaştırıldığında, aralarında istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu gözlenmiştir. Bu fark lise 1. Sınıfta okuyan öğrencilerinin puanları ile 3. sınıf ve 4. sınıfta okuyan öğrencilerin puanları arasında bulunmuştur. Lise 2. Sınıftaki bireylerin puan ortalamaları araştırma sonuçlarında diğer sınıflara göre yüksek çıkmıştır. Şahin (2012) ilköğretim ikinci kademe öğrencisiyle çalışmasında sosyal görünüş kaygısının sınıf değişkenine göre farklılıklar gösterdiğini tespit etmiştir. Farkın kaynağına bakıldığında, 6. Sınıf öğrencilerinin sosyal görünüş kaygısı puanlarının 7. sınıf ve 8. Sınıf öğrencilerinin sosyal

görünüş kaygısı puanlarından anlamlı ölçüde düşük olduğu bulunmuştur. Bu çalışmalar yapılan araştırmayı destekler niteliktedir. Fakat Kılıç (2020) yapmış olduğu çalışmada örneklem grubunun sosyal görünüş kaygısı ve sınıf değişkeni arasındaki ilişki incelendiğinde herhangi bir farka rastlanılmamıştır. Türkeli ve Namlı (2019) örneklem grubunun sosyal görünüş kaygısı üzerinde sınıf değişkeninin etkili olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmalardan farklı sonuçlar bulunmasının nedeni sınıf ve yaş değişkenine bağlı olduğu düşünülmektedir. Bu bağlamda 3. sınıfta öğrenim gören katılımcıların sosyal görünüş kaygı düzeylerinin 1. Sınıftaki katılımcılara göre daha yüksek çıkmasının sebebi; 1. Sınıf öğrencilerinin yeni bir düzen kurmaları, arkadaş ortamının henüz oluşmaması, adaptasyon sürecinde olması gibi nedenler etkili olabileceği düşünülmektedir. Son sınıf öğrencilerinin sosyal görünüş kaygısının farklı çıkmamasının sebebi ise gelecek kaygısı, sınav stresi gibi nedenler olabileceği düşünülmektedir.

Literatür araştırmaları sonucunda çalışmaya paralel olan sonuçlara ulaşmak mümkündür. Şencan (2009), Güneş (2011) ve Biçer (2009) çalışmalarında, sınıf değişkeninin sosyal yetkinlik düzeyi üzerinde anlamlı bir fark görülmemiştir. Çalışmanın aksine 11-20 yaş aralığındaki ergenleri konu alan Pinto ve ark.'nın (2012) çalışmaları ve lise öğrencilerini konu alan Fırıncıoğlu (2005) araştırma bulguları sosyal yetkinlik düzeyleri sınıf değişkeni ile birlikte yüksek değerler ifade etmektedir. Yapılan araştırmalar sonucunda, çalışma ile benzer sonuca ulaşmamalarının sebebi; yapılan çalışmalardaki katılımcıların yaş aralığı, farklı öğrenim düzeylerine sahip olmaları ve sosyal çevrelerinin farklılık göstermesi etkili olabileceği düşünülmektedir. Sınıf değişkeninin sosyal duygusal yetkinlik düzeyi üzerinde anlamlı bir fark olmamasının nedeni aynı fakülte üzerinde çalışmanın yürütülmesinden kaynaklı olarak örneklem grubu birbirini tanıması etkili olabileceği düşünülmektedir.

Katılımcıların aktif olarak spor yapma durumu değişkenine göre; psikososyal gelişme, fiziksel gelişme, zihinsel gelişme, spora yönelik tutum, uyumluluk, anlatımcılık, sosyal duygusal yetkinlik ve sosyal görünüş kaygısı boyutlarında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir (bkz. Tablo 8).

Yapılan çalışmayla paralel olan Göksel ve ark. (2017) spora yönelik tutumun, aktif spor yapma düzeyleri arasında anlamlı farklılığın olmadığı sonucunu bulmuşlardır. Çalışmadan farklı olarak Çiçek'in (2019) yapmış olduğu çalışmada spor tutumunun alt boyutuna bakıldığında aktif olarak spor faaliyeti yürütenler ve spor faaliyetlerine uzak olanlar arasında spora yakın duran kişilerin diğerlerine göre spora yönelik tutumlarının daha olumlu olduğu sonucuna varılmıştır. Kangalgil ve ark.'nın (2006) yürütmüş oldukları çalışmada geçmiş hayatlarında sportif faaliyetleri ile uğraşan bireylerin tutum puanlarının, daha önce bu tür

faaliyetlere uzak olan bireylere oranla daha fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Çalışmalarla araştırmanın farklı sonuçlara ulaşmasının sebebi konu farklılığından kaynaklı olduğu düşünülmektedir. Örneklem grubunun spor bilimleri fakültesi öğrencileri olduğu için katılımcıların aktif olarak spor yapan veya yapmayan bireyler öğrenim gördükleri fakülteden dolayı spora yönelik derslere katılım sağlamaktadırlar ve sporla ilgili bilgiye sahip olmaktadır. Bu da anlamlı bir farklılığın çıkmamasında etkili olabileceği düşünülmektedir.

Çalışma ile benzer sonuca ulaşan Eroğlu ve Acet (2017) yapmış oldukları çalışmada işitme engelli öğrencilerin spor yapma değişkenine göre sosyal görünüş kaygısı incelenmiş ve sonuç olarak spor yapan ve yapmayan işitme engelli öğrencilerde bir farklılığa rastlanılmamıştır. Çalışmanın aksine Vatansever (2017) tarafından aktif lisanslı sporcu ve pasif lisanslı sporcu ergenlerin mental sağlıkları yeterli düzeyde, sosyal görünüş kaygısı, benlik saygısı ve değerlendirilen sosyal destek açısından inceleme üzerine yaptığı çalışmanın temel bulgularında her iki taraf açısından ilişki saptanmıştır. Aktif olarak spor yapan bireylerin sosyal görünüşlerine karşı tutumları pasif olan bireylere göre daha az olduğu görülmüştür. Benzer olarak Alemdağ ve ark. (2016) fitness'a giden kişiler ile yaptıkları çalışmada kilo vermeyi hedefleyen ergenlik çağındaki bireylerin, vücut ölçülerini sabitlemeye yönelik kişilere kıyasla daha fazla sosyal görünüş kaygısı göstermiş olduklarını belirtmişlerdir. Yapılan çalışmalarda farklı sonuç çıkmasının sebebi aktif olarak spor yapan bireyler üzerinde çalışılmış olmadığı için farklı sonuçlar çıktığı düşünülmektedir. Katılımcıların görünüşlerinden dolayı spor yapmadıkları gelecekteki meslekleri için kendilerini bu alanda geliştirmek olduğundan, spora bakış açılarının bu yönde olduğu düşünülmektedir.

Onursal ve ark. (2006) "Spor yapan ve yapmayan 9-14 yaş çocuklarda öz yeterlilik ve sosyal beceri düzeylerinin Karşılaştırılması" adlı araştırmasında spor yapan bireyler ve spor yapmayan bireyler arasında sosyal duygusal yetkinlik düzeylerine açısından incelendiğinde anlamlı bir ilişki olamadığı görülmektedir. Bu çalışma ulaşılmış olduğumuz sonucu destekler niteliktedir. Çalışmanın aksine Allison ve ark. (1999) "Yaşlı yetişkinlerde kişisel sosyal yetkinliğin fiziksel aktiviteye etkisi" konulu araştırmasında fiziksel egzersizler ve kişisel sosyal yetkinliğin her ikisinin de birbiriyle önemli derecede ilişki tespit edilmiştir. Vermiş olduğumuz örnek çalışmalarda farklı sonuçlar çıkması örneklem gruplarının farklı yaş gruplarından oluşması etkili olabileceği düşünülmektedir. Örneklem grubunun aynı fakültede öğrenim görmesinden kaynaklı anlamlı bir farkın çıkmadığı düşünülmektedir.

Katılımcıların yaşları ile sosyal görünüş kaygıları arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki tespit edilmişken katılımcıların yaşları ile psikososyal gelişme, fiziksel gelişme, zihinsel gelişme, spora yönelik tutum, uyumluluk, anlatımcılık ve sosyal duygusal

yetkinlikleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir. Diğer bir ifadeyle katılımcıların yaşları arttıkça sosyal görünüş kaygıları da artmaktadır. Katılımcıların aylık ortalama kişisel gelir düzeyleri ile fiziksel gelişme tutumları arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Diğer bir ifadeyle katılımcıların aylık ortalama kişisel gelir düzeyleri arttıkça fiziksel gelişme tutumları da artmaktadır. Ancak aylık ortalama kişisel gelir düzeyi değişkeni ile psikososyal gelişme, zihinsel gelişme, spora yönelik tutum, uyumluluk, anlatımcılık, sosyal duygusal yetkinlik ve sosyal görünüş kaygıları arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir. Ayrıca katılımcıların aylık ortalama aile gelir düzeyleri ile psikososyal gelişme, fiziksel gelişme, zihinsel gelişme, spora yönelik tutum, uyumluluk, anlatımcılık, sosyal duygusal yetkinlik ve sosyal görünüş kaygıları arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir (bkz. Tablo 9).

Literatür taraması yapıldığında çalışma ile ortak sonuçlar olduğu görülmektedir. Türkmen ve ark. (2016) tarafından “Bartın Üniversitesi İslami İlimler Fakültesi” öğrencilerinin spora yönelik tutumunu ölçmek isteyen bu çalışmada katılımcıların yaş değişkenine göre tutumları arasında herhangi bir ilişki bulunamamıştır. Tatar ve ark. (2009) 20-40 yaş aralığında bulunan çalışan veya çalışmayan kadınların spor yapmalarını etkileyen faktörleri incelemek adına çalışma yürütmüşlerdir. Bu çalışma incelendiğinde örneklem grubuna dahil olan kadınların spor yapmalarına yaş değişkeninin etkisi görülmemektedir. Yine Atalay ve ark. (2015) Antalya’da düzenlenen üniversiteler arası voleybol müsabakalarında oynayan bireylerle yaptığı çalışmada, Varol ve ark.’nın (2017) Bartın’da üniversite öğrencileriyle yaptıkları çalışmada ve Başkonuş’un (2020) Kırşehir’deki lise öğrencileriyle yaptığı çalışmada yaş değişkeninde anlamlı bir farklılığa rastlanılmadığı görülmüştür. Bu örneklerin aksine, spora yönelik tutum ile yaş değişkeni arasında ilişki saptayan çalışmalar da mevcuttur. Bu çalışmalardan örnek verilecek olursa Kangalgil ve ark.’nın (2016) çalışmasında yaşa göre anlamlı farklılık görülmektedir. Kurt’un (2022) fitness yapan 500 katılımcıyla yaptığı araştırmada, katılımcıların yaşları ile spora yönelik bütün alt boyutları arasında anlamlı farklılık görülmektedir. Araştırmanın diğer çalışmalardan farklı sonuçlar çıkmasının sebebi yapılan araştırmanın örneklem grubunun spor yapan bireyler olmadığı, spor bilimleri fakültesi öğrencilerini kapsadığı için farklı sonuçlar çıktığı düşünülmektedir. Katılımcılar gerek uygulamalı gerekse teorik olarak spor dersleri gördüklerinden kaynaklı anlamlı bir ilişki tespit edilmediği düşünülmektedir.

Araştırma ile paralel sonuca ulaşan Çolakoğlu ve Başaran (2018), Telli ve Ünal (2016), Tekkurşun ve ark. (2021) yapmış oldukları araştırmalarda bireylerin yaşları ilerledikçe fiziksel görünüşleri daha az değişken bir hale ulaşmaktadır. Bununla beraber sosyal görünüşleri belirli

bir düzeye erişmişlerdir. Ayrıca literatürde bu değişkenler arasında anlamlı farklılık tespit etmeyen çalışmalar da mevcuttur. Göksel ve ark. (2018) araştırmasında kişilerin sosyal görünüş kaygısı yaş değişkenine göre etkisi gözlenmiş ve kişilerin sosyal görünüş kaygısı düzeylerinde yaş gruplarına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık görülmemiştir. Ebem'in (2019) yapmış olduğu çalışmada da benzer bulguya ulaşılmıştır. Literatürde çoğu çalışma sonucu desteklemekle birlikte çelişen bulguların sebebinin katılımcıların bireysel farklılıkları ve çevresel faktörlerden olabileceği düşünülmektedir. Katılımcıların yaşları ile sosyal görünüş kaygıları arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmesinin sebebi kişilerin yaşları yükseldikçe fiziksel olarak görünüşünde oluşabilecek farklılıklarda meydana gelen görünüş kaygısının olabileceği düşünülmektedir.

Çalışma ile aynı sonuca ulaşan Mavioğlu (2018) ve Uygun'un (2018) araştırmalarında yaş değişkeninin sosyal yetkinlik düzeyi üzerinde anlamlı farklılığın olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Diğer taraftan Korbek'in (2019) araştırma sonucunda çalışmadan farklı olarak, sosyal yetkinlik düzeyinin yaş ile doğru orantılı yükseldiğini söylemek mümkündür. Çalışmaların farklı sonuçlara ulaşmalarının sebebi sosyal yetkinlik düzeyi pek çok faktörlerine etkisi altındadır. Bu nedenle benzer konu ve örneklem grupları üzerinde yapılan çalışmaların birbiriyle paralellik göstermemesi düşünülmektedir. Çalışma farklı birimler (spor bilimleri fakültesi öğrencileri) üzerinde yapılmadığından anlamlı farklılığın olmadığı düşünülmektedir.

Araştırmada katılımcıların kişisel aylık gelir değişkenine göre spora yönelik tutum ölçeği puanı incelendiğinde anlamlı ilişki tespit edilmemiştir. Fakat katılımcıların aylık ortalama kişisel gelir düzeyleri ile spora yönelik tutumun alt boyutu olan fiziksel gelişme tutumları arasında ilişki saptanmıştır. Çalışmayı destekleyen Koçak (2014) kişisel gelirin fiziksel gelişmeye etkisi vardır bulgusunu ulaşılmıştır. Katılımcıların aylık gelir düzeylerine göre fiziksel görünüşünü etkileyebilecek faktörler mevcuttur. Örneğin spor merkezlerini kullanımı veya kişinin yeme-içme düzeni gibi etmenler gelir düzeyiyle ilişkili olabileceği düşünülmektedir.

Tatar'ın (2017) yapmış olduğu araştırmada aylık kişisel gelirin spora yönelik tutumu etkilemediği görülmektedir. Uğurlu (2012) tarafından "Yükseköğretim Öğrencilerinin Fiziksel Aktivitelere Katılımları ile Sosyal Etkileşim Becerilerinin İncelenmesi" adlı çalışmada araştırmaya dahil olan kişilerin aylık kişisel gelir miktarları ile spora yönelim durumları arasında bir ilişki saptanmamıştır. Çalışma sonucunun aksine Salehnia ve ark. (2012) tarafından İran'da 368 aktif ve inaktif yükseköğretim öğrencilerinin Spora yönelik tutumları karşılaştırıldığı çalışmada spora yönelik tutum gelire göre değiştiği tespit edilmiştir. Çalışmanın örnek verilen araştırmalardan farklı sonuçlara ulaşmasının sebebi, çalışmanın uygulama

alanlarının farklı sosyokültürel yapıya sahip kişiler üzerinde yapılmasının etkili olabileceği düşünülmektedir.

Katılımcıların aylık kişisel gelir değişkenine göre sosyal görünüş kaygısı ölçeği puanı incelendiğinde anlamlı fark tespit edilmemiştir. Çalışma ile benzer sonuca varan, Çetinkaya ve ark. (2019) ve Kılıç ve Karakuş (2016) tarafından yapılan çalışmaların sonuçlarına bakıldığında sosyal görünüş kaygısının oluşmasında gelir faktörünün herhangi bir ilişkisinin olmadığı görülmüştür. Bu çalışmaların aksine Alımcı (2018), Arslan (2019) ve Şahin (2018) tarafından yapılan çalışmaların gelir durumu yüksek olanların sosyal görünüş kaygılarının düşük olduğu tespit edilmesini örnek verilebilir. Aynı şekilde Özcan ve ark. (2013) yapmış olduğu araştırmada sosyal görünüş kaygısının oluşmasında gelir düzeyinin etkili olabileceği sonucuna varılmıştır. Sonuçların çalışmalar ile farklı çıkmasının sebebi örneklem gruplarının kişisel aylık ortalamalarındaki farklılıklardan olabileceği düşünülmektedir.

Literatür taramasında sınırlı sayıda çalışma bulunmaktadır. Nabant (2016) ekonomik gelire göre bireylerin sosyal duygusal yetkinlikleri arasında bir ilişki olmadığı bulgusuna ulaşmıştır. Çalışmanın aksine Nooney ve ark.'nın (2013) yapmış olduğu araştırmada, ekonomik düzeyi yüksek olan bireyler buna paralel olarak sosyal ortamlarına olan tutumları daha olumlu yönde ilerlediği görülmektedir. Benzer şekilde Uyeki ve Holland (2000) tarafından çevresel tutum üzerine yapılan çalışmada da ekonomik yönden dezavantajlı olan bireylerin sosyal çevreye olan duyarlılığının daha kısıtlı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Sonuçların çalışmayla uyuşmamasının sebebi katılımcıların farklı çevreye ve arkadaş ortamına sahip olmaları şeklinde düşünülmektedir.

Çalışmayı destekler nitelikte olan Türkmen ve ark. (2016) “Bartın Üniversitesi İslami İlimler Fakültesi” öğrencilerine yönelik yapılan araştırmada spora yönelik tutum çalışmasında katılımcıların aile gelir düzeyleri alt boyutu arasında ilişkiye rastlanılmamıştır. Çalışmanın aksine Brustad (1996) tarafından yapılan araştırmada; ekonomik yönden yetersiz olan aileler sportif faaliyetlere yönelik tutumları ile çocuklarını bu tür faaliyetlere katılmalarına yönelik davranışları arasında olumsuz yönde anlamlı bir farklılık olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Aynı şekilde Axumalo ve Edwards (2017) yükseköğretimde öğrenim gören öğrencilerin spor faaliyeti için gerekli harcamaların ailenin aylık gelirinin ve ailenin genişliğinin spora yönelik tutumunun olumlu yönde etkilediği sonucuna varmıştır. Yine mevcut çalışma ile uyuşmayan Salehnia ve ark. (2012) yapmış oldukları çalışmada spor için gerekli olan harcamaların aylık gelirinin spora yönelik tutumu negatif yönde etkilediği görülmüştür. Çalışmaların farklı sonuçlara ulaşmasının sebebi bulundukları şehirdeki sportif faaliyetlerin bedelinin maddi yönden yüksek olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Çalışmada katılımcıların öğrenim

gördükleri şehir koşulları eşit olduğu için mevcut imkanların sınırlı olmasından kaynaklı olarak anlamlı farklılık tespit edilmediği düşünülmektedir.

Meral (2018) 150 üniversite öğrencisiyle yürüttüğü çalışmada üniversite öğrencilerinin algılanan aile gelir düzeyi ile “Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği”nden aldıkları ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmamıştır. Güvenen (2017) tarafından 204 öğrenci ile yapılan çalışmada ailenin gelir durumuna göre sosyal görünüş kaygısı ölçeği puanlarında araştırma sonucunu destekler nitelikte istatistiksel olarak anlamlı fark olmadığı belirlenmiştir. Özcan ve ark. (2013) tarafından 12-24 yaş arası 176 kişi ile yapılan çalışmada kişilerin ebeveyn eğitim durumu ve algılanan gelir düzeyi ile sosyal görünüş kaygıları arasındaki farka bakılmıştır. Kişilerin anne baba gelir düzeyi ile sosyal görünüş kaygı puanları arasında bir farka rastlanmamıştır. Çalışmanın aksine Çakmak (2018) sosyal görünüş kaygısı ölçeği puanlarını aile gelir düzeyi düşük olan katılımcıların aile gelir durumu orta ve yüksek olan katılımcılara göre daha yüksek olduğunu gösteren çalışma görülmektedir. Çalışmaların farklı sonuçlara ulaşmasının sebebi örneklem gruplarındaki yaş aralığının etkili olduğu düşünülmektedir.

Nabant (2016), Çelik (2016) ve Yuvacı (2019) araştırmalarında aile gelir düzeyinin sosyal yetkinlik düzeyi üzerinde anlamlı bir etkisinin bulunmadığı sonucuna ulaşılmışlardır. Diğer taraftan ise Fırat (2018) ve Mavioğlu'nun (2018) yapmış oldukları araştırmalarda aile geliri ile sosyal duygusal yetkinlik arasında ilişki olduğu görülmektedir. Anlamlı bir ilişkinin tespit edilmemesinin sebebi gençlerin artık sosyal yaşamlarına verdikleri önemin artması ve bu durumda gelir faktörünün geri planda bırakılmasından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Katılımcıların uyumlulukları ile sosyal görünüş kaygıları; anlatımcılıkları ile sosyal görünüş kaygıları ve sosyal duygusal yetkinlikleri ile sosyal görünüş kaygıları arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir (bkz. Tablo 10). Sosyal görünüş kaygısı kavramı ile yapılan çalışmalar literatürde nispeten yeni bir kavram olduğundan dolayı araştırmaları oldukça sınırlıdır. Çalışma ile paralellik gösteren araştırmalara rastlamak zor olsa da mümkündür. Mevcut literatüre bakıldığında sosyal duygusal yetkinlik ile sosyal görünüş kaygısı arasındaki ilişkiyi inceleyen herhangi bir çalışma bulunmamaktadır. Sosyal duygusal yetkinlik kavramına yakın olan atılganlık kavramı; kişinin düşüncelerini, duygularını ve inanışlarını doğrudan, uygun yollarla ifade etmesi olarak aynı zamanda uyumlu bir iletişim biçimi şeklinde tanımlanmaktadır. Sosyal duygusal yetkinlik kavramı ise bireylerin duyguları anlama, deneyimleme, ifade etme ve yönetme becerilerini içeren bir gelişim alanı olarak tanımlanmaktadır. Bu iki kavram arasında benzer tanımlama bulunmasından dolayı bu çalışma örneği verilmektedir. Bulgurcuoğlu ve Tazegül (2021) tarafından yapılmış olan çalışmada atılganlık kavramı ile sosyal görünüş kaygı düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiş boksörlerin

atılganlık düzeyi ve sosyal görünüş kaygı düzeyleri arasında istatistiksel açıdan bakıldığında aralarında anlamlı bir ilişki belirlenmemiştir. Çalışmanın aksine üniversite öğrencileri üzerinde sosyal görünüş kaygı düzeyinin çevresine etkisini incelemek isteyen Börklü (2019) sosyal görünüş kaygısı düzeyleri yükseldikçe atılganlık düzeylerinin azaldığı veya atılganlık düzeyleri arttıkça sosyal görünüş kaygısı düzeylerinin azaldığı bulgusuna ulaşmıştır. Benzer şekilde Kaya (2001) tarafından atılganlık ve sürekli kaygı düzeyi arasındaki ilişki meslek lisesinde öğrenim gören öğrenciler ile yapılan çalışma ile kıyaslamış ve atılganlık düzeyi olduğundan fazla olan öğrencilerinin kaygı düzeyi aksine düşük olduğu tespit edilmiştir. Örnek verilen çalışmalara bakıldığında katılımcıların lise çağındaki öğrencileri kapsadığı için bulgularda farklılık görüldüğü düşünülmektedir. Araştırmanın aynı fakülte ve birbirine yakın yaş grubu üzerinde çalışılmasından kaynaklı anlamlı bir ilişki bulunmadığı düşünülmektedir.

Katılımcıların sosyal görünüş kaygıları ile psikososyal gelişmeleri, fiziksel gelişmeleri, zihinsel gelişmeleri ve spora yönelik tutumları arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir (bkz. Tablo 11). Yapılan literatür taramasında; Eroğlu ve Acet (2017) yapmış olduğu “İşitme Engelli Öğrencilerin Spor Yapma Değişkenine Göre Sosyal Görünüş Kaygısı” adlı çalışmada spor yapan ve spor yapmayan işitme engelli öğrencilerde bir farklılığa rastlamadığı bulgusuna ulaşmıştır. Bu durum yapılan çalışmayı destekler nitelikte olduğunu göstermektedir. Diğer taraftan farklı bulgulara ulaşan, Mülazımoğlu Ballı ve ark. (2006) sporu aktif olarak yapan kişilerin psikolojiye yönelik kavramların etkisini incelemek için yapmış olduğu çalışmada, aktif spor yapan ve yapmayan bireylerin sosyal fizik kaygı ve beden imgelerini beğenme düzeylerine bakıldığında spor yapan bireyler yapmayanlara göre dış görünüş kaygı düzeyleri arasındaki ilişkide aktif olarak spor yapan bireylerin lehine anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. Çalışmaların farklı sonuçlara ulaşılmasının sebebi örneklem grubu farklılığı olduğu düşünülmektedir. Çalışmada örneklem grubunun sportif faaliyetleri sosyal görünüş kaygısından dolayı yapmadığı ve öğrenim görmüş oldukları fakülteden kaynaklı spor kavramı kişilerde artık meslek gözüyle değerlendirildiği için farklılık çıkmadığı düşünülmektedir.

Katılımcıların spor yönelik tutum bağlamındaki psiko-sosyal gelişmeleri ile uyumlulukları, anlatımcılıkları ve sosyal duygusal yetkinlikleri arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı ilişkilerin olduğu görülmektedir. Diğer bir ifadeyle katılımcıların spor yönelik tutum bağlamındaki psiko-sosyal gelişmeleri artıkça uyumlulukları, anlatımcılıkları ve sosyal duygusal yetkinlikleri de artmaktadır (bkz. Tablo 12). Çalışmayla paralel sonuçlara ulaşan, Mutlu (2022) spora yönelik tutum toplamı ve psikososyal gelişme boyutunda düzenli spor yapan öğrencilerin puan ortalamalarının spor yapmayanlara göre daha yüksek olduğu tespit

edilmiştir. Düzenli spor yapmak sportif faaliyetlere katılmanın spora olan ilgiyi alakayı ve sevgiyi artıracakı düşünölmektedir. Erişen ve ark.'nın (2020) yapmış oldukları çalışmada, sosyal aktivitelere katılım göstermelerine göre katılımcıların duygu değışkenliklerine bakıldığında; sosyal faaliyetlere daha fazla katılım gösteren bireylerin sosyal-duygusal yetkinlikleri ile baş etme becerileri bakımından sportif faaliyetlere nadir katılan bireylere oranla anlamlı düzeyde daha yüksek puana sahip olduğu sonucuna varılmıştır. Çalışmanın aksine Köse ve ark. (2016) tarafından yapılan çalışmada sosyal faaliyetlere katılma sıklıklarına göre değerdendirilebilecek olan spor yapma deneyimine ilişkin bir fark tespit edilememiştir. Spor kavramı, fiziki ve psikolojik bakımdan güç kazanması için devam edilen faaliyetler bütünüdür. Dolayısıyla kişinin sosyalleşmesine katkısı ve psikososyal gelişmesini destekleyen önemli bir yeri vardır. Dolayısıyla sporun birey üzerinde etkisi görölmektedir. Böylelikle duyguların davranışlara yansması noktasında aslında spor kavramı ile sosyal duygusal yetkinlik kavramı arasında ilişkinin olması bu noktadan hareketle ortaya çıktığı düşünölebilmektedir.

Katılımcıların spor yönelik tutum bağlamındaki fiziksel gelişmeleri ile uyumlulukları, anlatımcılıkları ve sosyal duygusal yetkinlikleri arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı ilişkilerin olduğu görölmektedir. Diğer bir ifadeyle katılımcıların spor yönelik tutum bağlamındaki fiziksel gelişmeleri yükseldikçe uyumlulukları, anlatımcılıkları ve sosyal duygusal yetkinlikleri de artmaktadır (bkz. Tablo 12). Özer ve Özer (2019) yaptıkları çalışmada, vücut hareket deneyimleri bireyin duygu yönünden hayatını ve yetisini değıştirecek güç ve önemdedir. Aynı şekilde Gallahue ve Ozmun (2002) yapmış oldukları çalışmada sıçrama, koşma, atlama gibi hareketler bireyin fiziksel gelişiminin ve öğrenmesinin temelidir. Bireyin sahip olduğu becerilerin gelişimi gibi duygusal alanın gelişimi için de bir temel oluşturur. Literatürde yer alan bu araştırma sonuçları, çalışmayı destekler nitelikte olduğu görölmektedir. Öyle ki fiziksel gelişim bakımından temel hareket yetilerinde gerekli düzeyde gelişemeyen bireyler, daha karmaşık olan becerilerini geliştirmekte isteksiz ve çekingen olurlar. Bu durum duygusal olarak kişiyi negatif etkilemektedir. Bu bağlamda, bireyin hayatı boyunca tüm gelişim alanları bir bütünün parçasıdır ve birbirleri ile ilişkilidir.

Tüm gelişim alanlarında olduğu gibi sosyal duygusal gelişim ile fiziki gelişim de birbirini destekleyip aynı doğrultuda ilerlediği düşünölmektedir.

Katılımcıların spor yönelik tutum bağlamındaki zihinsel gelişmeleri ile uyumlulukları, anlatımcılıkları ve sosyal duygusal yetkinlikleri arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı ilişkilerin olduğu görölmektedir. Diğer bir ifadeyle katılımcıların spor yönelik tutum bağlamındaki zihinsel gelişmeleri yükseldikçe uyumlulukları, anlatımcılıkları ve sosyal duygusal yetkinlikleri de artmaktadır (bkz. Tablo 12). Hoffmann ve Russ (2012) yapmış

oldukları araştırmada 4-6 yaşındaki çocukların taklit becerileri geliştirici oyunlar ile duygularını kontrol edebilme becerileri arasında ilişki olduğu sonucuna varılmıştır. Dillon (2009) ilkokula giden 61 kız öğrenci ile yaptığı araştırma sonucunda ise, oyun becerileri ile duygu düzenleme becerileri arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Cohen ve Mendez'in (2009) yapmış oldukları çalışmada, anaokulu çağındaki öğrencilerin bir dönem boyunca oyun içerisindeki davranışları ile duygularını kontrol edebilme ve sosyal yetkinliğe ilişkin etkisi incelenmiştir. Elde edilen bulgulara bakıldığında çocukların bir dönem boyunca değişen duygularını yönetebilme, sosyal yetkinlik düzeyi ve sosyal çevresi ile kurdukları etkileşimde uygulanan oyunların etkisi olduğu görülmektedir. Özellikle çocukların duygularını kontrol edebilme ve sosyal yetkinliklerindeki problemlerin arkadaşlarıyla oyun içerisindeki iletişimi zorlaştırdığı görülmüştür. Elde edilen bu sonuçlar çalışmayı destekler niteliktedir, öyle ki günümüz dünyasında teknolojinin hızı, yaşam biçimi, sosyal çevreden ve iş hayatından gelen baskılar, stresler bireyi psikolojik açıdan olumsuz etkileyebilmektedir. Bu açıdan duyguların ve zihnin en uygun seviyedeki işlevinin düzenlenmesi üzerinde spora yönelik tutumun etkili olduğu düşünülmektedir.

Katılımcıların spor yönelik tutumları ile uyumlulukları, anlatımcılıkları ve sosyal duygusal yetkinlikleri arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı ilişkilerin olduğu görülmektedir. Diğer bir ifadeyle katılımcıların spor yönelik tutumları artıkça uyumlulukları, anlatımcılıkları ve sosyal duygusal yetkinlikleri de artmaktadır (bkz. Tablo 12). Öztürk ve ark.'nın (2008) yaptıkları araştırma örneğinde, 14-16 yaş aralığına sahip bireylerde bir ay süren yaz dönemi spor faaliyetlerinin basketbol, voleybol ve yüzme branşlarında sosyal-duygusal yetkinlik puanlarının yükseldiği sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuçta görüldüğü gibi fiziksel aktivitenin türü ne olursa olsun bu aktivitelerin bireyin sosyal yetkinlik beklentisine ve kendini ifade etme düzeyine olumlu etkisi bulunmaktadır. Allison ve ark. (1999) spor aktivitelerine katılan bireylerin sosyal yetkinlik düzeyleri katılmayanlara oranla daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Çalışmayı destekler nitelikte olan bu örnekler spor yapan bireylerin farklı ortamlarda bulunması arkadaş çevresinin genişlemesi ve yeni bireyler tanınmasının sonucu olarak sosyal anlamda etkili olabilmektedir. Ayrıca kişilerin duygularını anlama ve kendi duygularını yansıtmasında spora yönelik tutumun etkili olduğu düşünülmektedir.

Öneriler

Araştırma sonucuna bağlamında kısıtlar da göz önünde bulundurularak sunulan öneriler aşağıda belirtilmiştir:

- 1) Spor bilimleri öğrencilerinin sosyal görünüş kaygılarını azaltıcı faaliyetler (eğitim, seminer, kurs vb.) gerçekleştirilebilir.
- 2) Spor yöneticiliği programı öğrencilerinin spora yönelik tutumlarını artıracak faaliyetler (eğitim, seminer, kurs vb.) gerçekleştirilebilir.
- 3) Üçüncü sınıftaki spor bilimleri öğrencilerinin sosyal görünüş kaygılarını azaltıcı faaliyetler (eğitim, seminer, kurs vb.) gerçekleştirilebilir.
- 4) Spor bilimleri öğrencilerinin sosyal-duygusal yetkinliklerinin artırılması için aktif olarak spor yapmalarına yönelik fırsatlar oluşturulabilir.
- 5) Spor bilimleri öğrencileri kapsamında her yaş düzeyi için özellikle nispeten yüksek yaş seviyesindeki öğrencilerin sosyal görünüş kaygı düzeylerinin azaltılmasına yönelik etkinlikler (eğitim, seminer, kurs vb.) düzenlenebilir.
- 6) Spor bilimleri öğrencilerinin spora yönelik tutumları kapsamında fiziksel gelişme tutumlarının artırılmasına yönelik aylık ortalama kişisel gelirlerini artırıcı faaliyetler (güncel meslek alanlarının tanıtılması, yeni istihdam fırsatlarına yönelik farkındalığın sağlanması vb.) planlanabilir.
- 7) Spor bilimleri öğrencilerinin spor yönelik tutumlarının artırılmasına ilişkin faaliyetler (eğitim, seminer, kurs vb.) gerçekleştirilerek değişik toplumsal ve duygusal bireylerarası durumlara uyum sağlama düzeyleri artırılabilir.
- 8) Spor bilimleri öğrencilerinin spor yönelik tutumlarının artırılmasına ilişkin faaliyetler (eğitim, seminer, kurs vb.) gerçekleştirilerek başka kişilere karşı duygularını ifade etme beceri düzeyleri artırılabilir.
- 9) Spor bilimleri öğrencilerinin spor yönelik tutumlarının artırılmasına ilişkin faaliyetler (eğitim, seminer, kurs vb.) gerçekleştirilerek sosyal-duygusal yetkinlik düzeyleri artırılabilir.
- 10) Analiz sonuçları, araştırma grubu göz önünde bulundurularak sınırlı sayıdaki katılımcı verisini içermektedir. Bu nedenle tüm yaş ve cinsiyet gruplarını kapsayacak şekilde oluşturulmuş geniş bir veri setiyle benzer çalışmalar yapılabilir.

11) Benzer özelliklere sahip araştırma grubu üzerinde nitel, karma ve/veya deneysel çalışmalar yapılarak araştırma sonuçları çeşitlendirilebilir. Bu bağlamda, literatüre katkı sağlayacak farklı sonuçlara ulaşılabilir.



KAYNAKÇA

- Abonoz, Ö. (2016). *Egzersiz yapan adolesanların sosyal fizik kaygı durumlarının incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Samsun.
- Adıgüzel, İ. (2020). *Spor bilimleri fakültesinde eğitim gören öğrencilerin spora bakış açıları ve spor yapma alışkanlıklarının incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Erciyes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kayseri.
- Akkök, F. (1996). *İlköğretimde sosyal becerilerin geliştirilmesi: Anne-Baba El Kitabı*. TC. Millî Eğitim Bakanlığı Talim ve Terbiye Kurulu Başkanlığı.
- Akpınar, S., & Yağan, K. (2019). Fitness merkezine giden bireylerin özgüven düzeylerinin incelenmesi. *Uluslararası Sosyal Araştırma Dergisi*, 12(67), 25-38.
- Alçak, M., Ilgın, A., & Erhan, S. (1997). *Beden eğitimi öğretmeninin el kitabı*. Malatya: Dünya Ambalaj San. Tic. A.Ş.
- Alemdağ, S. (2013). *Öğretmen adaylarında fiziksel aktiviteye katılım, sosyal görünüş kaygısı ve sosyal öz yeterlilik ilişkisinin incelenmesi* (Doktora tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Karadeniz Teknik Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.
- Alemdağ, S., Alemdağ, C., & Özkara, A. B. (2016). Social appearance anxiety fitness participants. *Baltic Journal Of Sport and Health Science*, 1(3), 102
- Alımcı, D. (2018). *Ortaokul öğrencilerinin akran zorbalığı ve sosyal görünüş kaygıları ile kendine saygıları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Allison, K., Dwyer, J., & Makin, S. (1999). Self-Efficacy and participation in vigorous Physical Activity By Highschool Students. *Health Education Behavior*, 26(1), 12-24
- Altınkök, M., & Sivrikaya, A. H. (Ed.) (2022). *Sporda araştırma ve değerlendirmeler*. Ankara: Gece Kitaplığı.
- Aracı, H. (2001). *Öğretmen ve öğrenciler için okullarda beden eğitimi*. Ankara: Nobel Yayınları.
- Arapoğlu, Ç. (2021). *Trakya üniversitesi kırkpınar beden eğitimi ve spor yüksekokulu ve sağlık bilimleri fakültesi öğrencilerinin beslenme bilgi düzeyi, günlük fiziksel aktivite ve spora yönelik tutumlarının değerlendirilmesi* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Trakya Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Edirne.
- Araz, G. Y. (2017). *Spor yapan bireylerin kaygı düzeyleri, saldırganlık eğilimleri ve yaklaşma-uzaklaşma tepkilerinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Trakya Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Edirne.
- Arslan, A. (2019). Sağlık hizmetleri meslek yüksekokulu öğrencilerinin sosyal kaygıları ve genel öz-yeterlilik algılarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *International e-Journal of Educational Studies*, 1(3), 78-96.
- Atalay, A., Akbulut, A. K., Yücel, A. S., Göral, K., & Korkmaz, M. (2015). Analysis of the attitudes of student-athletes playing in the universities volleyball 2nd league in Turkey Towards Sports. *Journal of Applied Environmental and Biological Sciences*, 5(4), 1-6.

- Ateş, B. (2016). Lise öğrencilerinin algılanan sosyal yetkinlik puanlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Erzincan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1(9), 185-194.
- Axumalo, A. S., & Edwards, S. D. (2017). Attitudes of female university students towards participation in sports. *African Journal for Physical Activity and Health Sciences*, 1(23), 226-240.
- Ay, İ., & Temel, G. (2021). Sosyal-duygusal yetkinlik ölçeği'nin Türkçeye uyarlanması ve güvenilirlik-geçerlilik çalışması. *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi*, (10), 142-160.
- Aydın, M. (2018). *Üniversite öğrencilerinde duygu düzenleme güçlüğü ve sosyal kaygı arasındaki ilişkinin araştırılması* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Ballı, Ö. M., Kirazcı, S., & Aşçı, F. H. (2006). Sporcu ve sporcu olmayan bayanların sosyal fizik kaygı ve beden imgesinden hoşnut olma düzeyleri. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, XI(1), 9-16.
- Bandura, A. (1977). *Social Learning Theory*. Englewood Cliffs, N.J.: Prentice Hall.
- Bandura, A. (1989). Regulation of cognitive processes through perceived self-efficacy. *Developmental Psychology*, 25(5), 729-735.
- Bandura, A. (1993). Perceived self-efficacy in cognitive development and functioning. *Educational Psychologist*, 28(2), 117-148.
- Başer, E. (1985). *Uygulamalı spor psikolojisi*. İzmir: M.E.B. Yayınlar Dairesi.
- Başer, E. (1998). *Uygulamaları spor psikolojisi*. Ankara: Bağırhan Yayınevi.
- Başkonus, T. (2020). Ortaöğretim öğrencilerinin spora yönelik tutumlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi (Kırşehir İli Örneği). *Ahi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 2(6), 365-376.
- Baummann, S. (1994). *Uygulamalı spor psikolojisi* (Çev.: İkizler, C, & Özcan, A.O). İstanbul: Alfa Basım Yayım.
- Baysal, A. C., & Tekarslan, E. (1996). *İşletmeciler İçin Davranış Bilimleri*. İstanbul: Avcıon Basım Yayın, 253-254.
- Biçer, E. (2009). *Parçalanmış ve tam aileye sahip ergenlerin atılganlık ve sosyal yetkinlik beklentisi düzeylerinin bazı demografik değişkenler açısından incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Börekli, S. S. (2019). *Üniversite öğrencilerinin sosyal görünüş kaygısı ile atılganlıkları arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Brustad, R. J. (1996). Parental and peer influence on children's psychological development through sport. In: Smoll, F. L., Smith, R. E. (Eds): *Children and Youth in Sport: A Biopsychosocial Perspective*, Madison, WI: Brown and Benchmark, 1(8), 112-124.
- Bulgurcuoğlu, A. N., & Tazegül, M. F. (2021). Üniversitelerarası Türkiye kick boks şampiyonasına katılan sporcuların atılganlık düzeyleri ve sosyal fiziksel görünüş kaygıları arasındaki ilişkinin araştırılması. *Social Sciences Studies Journal*, 89(8), 4497-4503.
- Bull, J. (1991). *Sport psychology, a self-help guide*. The Crosswood Press.

- Cash, T., & Fleming, E. (2002). The impact of body image experiences: Development of the body image quality of life inventory. *Journal of Eating Disorder*, 31(4), 455-60.
- Charles, M. (2002). *Psikolojiyi Anlamak (Psikolojiye giriş)*. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Claes, L., Hart, T., & Smits, D. (2012). J. E. validation of the social appearance anxiety scale in female eating disorder patients. *European Eating Disorder Review*, 20(5), 406–409.
- Claran, S. R. (2003). The effectiveness of personal training on coaching attitudes towards. *Physical Activity*, 1(2), 10-14.
- Ceviker, A., Unlu, C., Kusan, M., & Eroglu, S. (2023). Examination of attitudes towards sport and life satisfaction of university students studying sport education. *International Journal of Research in Education and Science (IJRES)*, 9(3), 677-687.
- Cohen, J. S., & Mendez, J. L. (2009). Emotion regulation, language ability, and the stability of preschool children's peer play behavior. *Early Education and Development*, 20(6), 1016-1037.
- Coleman, P. K. (2003). Perceptions of parent-child attachment, social self-efficacy and peer relationships in middle Childhood. *Infand and Child Development*, 12(4), 351-368.
- Connolly, J. (1989). Socşal self-efficacy in adolescence: Relations with selfconcept, social-adjustment and mental health. *Canadian Journal of Behavior Science Review*, 21(3), 258-269.
- Cüceloğlu, D. (1999). *İnsan ve Davranışı Psikolojinin Temel Kavramları*. İstanbul: Remzi Kitapevi.
- Çağlar, E., & Koruç, Z. (1996). *Kaygının kalp atım hızı üzerine etkisi*. IV. Spor Bilimleri Kongresi, İstanbul, Turkey.
- Çakmak, E. (2018). *Üniversite öğrencilerinin sosyal medya kullanım düzeyleri ile sosyal görünüş kaygısı arasındaki ilişkinin farklı değişkenler açısından değerlendirilmesi* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Çamlıyer, H., & Çamlıyer, H. (1997). *Eğitim Bütünlüğü İçinde Çocuk Hareket Eğitimi ve Oyun*. İzmir: Can Ofset.
- Çelik, O. (2016). *Öğretmen adaylarının psikolojik iyi oluş algılanan sosyal yetkinlik ve güvengeliğinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzincan.
- Çelik, Z., & Pulur, A. (2011). Ortaöğretim öğrencilerinin beden eğitimi ve spora İlişkin Tutumları. *Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8(8), 115-121.
- Çelikkaleli, Ö. (2014). Ergenlerde bilişsel esneklik ile akademik, sosyal ve duygusal yetkinlik inançları arasındaki ilişki. *Eğitim ve Bilim Dergisi*, 39(176), 347-354.
- Çepikkurt, F., & Coşkun, F. (2010). Üniversiteli dansçıların sosyal fizik kaygı ve beden imgesinden hoşnut olma düzeyleri. *Pamukkale Journal of Sport Sciences*, 1(2), 17-24.
- Çetinkaya, B., Çiftçi, Z., & Gülaçtı, F. (2019). Lise öğrencilerinin sosyal görünüş kaygı düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 17(10), 905-922.
- Çiçek, E. D. (2019). *Üniversite öğrencilerinin spora katılım ve spora yönelik tutumlarının incelenmesi (Adana İli Örneği)* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Aksaray Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Aksaray.

- Çolakoğlu, M., & Başaran, Z. (2018). *Üniversiteye hazırlanan öğrencilerde sosyal görünüş kaygısının spor yapan ve yapmayan açısından incelenmesi*. International Congresses on Education, Istanbul/Turkey.
- Çorbacı, O. (2006). *6 Yaş çocuklarda sosyal yeterliliğin, akran ilişkilerinin ve sosyal bilgi işleme sürecinin değerlendirilmesi* (Doktora tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Davidson, J., Hughes, P., & George, K. (1991). The boundry of social pheobia. *Arch Psychiatry*, 14(5), 975-983.
- Demir, K., & Duman, S. (2019). Bireylerin spor yapma durumlarıyla, benlik saygıları ve mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkisinin incelenmesi. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 4(4), 437-449.
- Diker, S. (2021). *Üniversite öğrencilerinin spora yönelik tutumları ve kadınların spor etkinliklerine katılımlarına dair görüşlerinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Balıkesir Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Balıkesir.
- Dilbaz, N. (2000). Sosyal anksiyete bozukluğu: tanı, epidemiyoloji, etiyoloji, klinik ve ayırıcı tanı. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 3(2), 3-21.
- Dillon, J. A. (2009). *Play, creativity, emotion regulation and executive functioning* (Master thesis). Case Western Reserve University.
- Doğan, T. (2010). Sosyal görünüş kaygısı ölçeğinin türkçe uyarlanması: geçerlilik ve güvenirlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 39(39), 151-159.
- Doğan, T., & Çoban, A. (2009). Eğitim fakültesi öğrencilerinin öğretmenlik mesleğine yönelik tutumları ile kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Eğitim ve Bilim Dergisi*, 34(153), 157-168.
- Ebem, V. (2019). *Lise öğrencilerinin sosyal görünüş kaygı düzeylerinin farklı değişkenler açısından incelenmesi (Bitlis ve Yozgat ili örneği)* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ağrı.
- Efe, M. (2007). *14-16 Yaş grubu bireylerde spor çalışmalarının sosyal yetkinlik beklentisi ve atılganlık üzerine etkisi* (Doktora tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden Edinilmiştir. Uludağ Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Bursa.
- Efe, M. (2003). Examination of physical education and sports school students of social integration levels and attitudes towards sports: The case of Batman University. *Journal of Population Therapeutics & Clinical Pharmacology*, 30(11), 292-300.
- Emiroğlu, D. (2020). *Üniversiteye giriş sınavına hazırlanan öğrencilerin sosyal fizik kaygı ve kilofobi düzeylerinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Adnan Menderes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Aydın.
- Engür, M. (2002). *Elit sporcularda başarı motivasyonunun durumluk kaygı düzeyleri üzerine etkisi* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Erişen, M. A., Kesen, N. F., & Daşbaş, S. (2020). Psikoloji, pdr ve sosyal hizmet öğrencilerinin duygu stilleri, olumsuz değerlendirilme korkusu ve algılanan sosyal yetkinlik

- düzeylerinin çeşitli değişkenliklere göre incelenmesi. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 4(31), 1599-1623.
- Erman, S. (2017). *Spor yapan ve yapmayan üniversite öğrencilerinin benlik saygı ve sosyal görünüş kaygı düzeylerinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Düzce Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Düzce.
- Eroğlu, S. Y., & Acet, M. (2017). *İşitme engelli öğrencilerin spor yapma değişkenine göre sosyal görünüş kaygısı ile yaşam kalitesi düzeylerinin incelenmesi*. 10. Uluslararası Beden Eğitimi, Spor ve Genç Terapi Kongresi (18-20 Kasım 2016). Türkiye Klinikleri Spor Bilimleri.
- Ersöz, G. (2011). *Egzersize katılım güdüsü, sürekli optimal performans duygu durumu ve sosyal fizik kaygı düzeyinin egzersiz davranış basamağına ve fiziksel aktivite düzeyine göre irdelenmesi* (Doktora tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Ertürk, Y. D. (2012). Bedenin İki Yansıması: Bedenle İletişim, İletişimde Beden. *İstanbul Üniversitesi İletişim Fakültesi Dergisi*, (24), 103-116.
- Faytout, M., Tignol, J., Swendsen, J., Grabot, D., & Aouizerate, B. (2005). Social phobia fear of negative evaluation and harm avoidance. *European Psychiatry*, 2(22), 1-5.
- Fenigstein, A., Scheier, M., & Buss, A. (1975). Public and private self-consciousness: Assessment and theory. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 18(6), 522-527.
- Fırat, Y. (2018). *Türkiyede riskli bir topluluktaki çocukların dirençlilik, duygu düzelme, sosyal yetkinlik ve problem davranışları* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Boğaziçi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Fırıncıoğlu, H. (2005). *Adlerian odaklı grupla psikolojik danışmanın öğrencilerin sosyal yetkinlik beklenti düzeyleri üzerindeki etkisine yönelik deneysel bir çalışma* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Mersin Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Gallahue, D. L., & Ozmun, J. C. (2002). *Understanding motor development: infants, children, adolescents, adults*. Adolescents, Adults. New York: McGraw-Hill.
- Garner, P. W. (2010). Emotional competence and its influences on teaching and learning. *Educational Psychology Review*, 22(3), 297-331.
- George, D., & Mallery, P. (2010). *Spss for windows step by step. a simple study guide and reference*. MA: Pearson Education.
- Gill, D. L. (1986). *Psychological dynamics of sports and exercise*. Champaign Illinois.
- Gökçe, H., Uygurtaş, M., & Morca, Ş. (2020). Düzenli fiziksel etkinliklere katılan bireylerin serbest zaman doyumu serbest zamanlarda algılanan özgürlük ve sosyal görünüş kaygı düzeyleri. *Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 15(26), 2528-9535.
- Gökdağ, M. (2018). *Okul yöneticilerinin spora yönelik tutumları ve kadınların spor etkinliklerine katılımlarına dair görüşlerinin araştırılması (Bartın Örneği)* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Bartın Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Ana Bilim Dalı, Bartın.
- Göksel, A. G., Caz, Ç., Yazıcı, Ö. F., & İkizler, H. C. (2017). Farklı Bölümdeki Öğrencilerin Spora Yönelik Tutumlarının Karşılaştırılması (Marmara Üniversitesi Örneği). *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 2(8), 127-129.

- Göksel, A. G., Caz, Ç., Yazıcı, Ö. F., & Zorba, E. (2018). Spor hizmeti alan bireylerin sosyal görünüş kaygısı ve öznel mutluluklarının incelenmesi. *Gaziantep Üniversitesi, Spor Bilimleri Dergisi*, 16(6), 82-101.
- Gürbüz, S., & Şahin, F. (2018). *Sosyal bilimlerde araştırma yöntemleri*. Ankara: Seçkin Yayınları.
- Guyton, A., & Hall, J. (2007). *Tıbbi Fizyoloji. Çeviri editörleri: Çavuşoğlu H, Yeğen BC*. İstanbul: Nobel Tıp Kitabevleri.
- Güllü, M., Güçlü, M., & Arslan, C. (2009). Ortaöğretim öğrencilerinin beden eğitimi dersine ilişkin tutumlarının incelenmesi. *Sport Sciences*, 4(4), 273-288.
- Gümüş, A. (2006). Sosyal kaygının benlik saygısına ve işlevsel olmayan tutumlara göre yordanması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(26), 63-75.
- Güneş, F. (2011). *Üniversite öğrencilerinin sosyal problem çözme düzeylerinin sosyal yetkinlik ve bazı değişkenler açısından incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Konya Selçuk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Güvenen, G. (2017). *Sosyal medya ve kitle iletişim araçlarının lise öğrencilerinin beden algısı ve sosyal görünüş kaygısı üzerine etkisinin belirlenmesi* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Haliç Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Hart, E., Leary, M., & Rejeski, J. (1989). The measurement of social physique anxiety. *Journal Of Sport and Exercise Psychology*, 8(11), 94-104.
- Hart, T. A., Flora, D. B., Palyo, S. A., Fresco, D. M., Holle, C., & Heimberg, R. C. (2008). Development and examination of the social appearance anxiety scale. *Assessment*, 15(1), 48-59.
- Hazar, M. (1996). *Beden Eğitimi ve Sporda Oyunla Eğitim*. Ankara: Esin Yayınevi.
- Hinton, R., McMurray, I., & Brownlow, C. (2004). *Spss explained*. London: Behavioral Sciences, Research Methods.
- Hoffman, J. & Russ, S. (2012). Pretend play, creativity, and emotion regulation in children. american psychological association. *Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts*, 6(2) 175-184.
- İnceoğlu, M. (2010). *Tutum, Algı, İletişim*. İstanbul: Beykent Üniversitesi Yayınları.
- İşık, E., & Taner, Y. (2006). *Çocuk, Ergen ve Yetişkinlerde Anksiyete Bozuklukları*. İstanbul: Asimetrik Paralel Yayınevi.
- Kağıtbaşı, Ç. (2005). *Yeni İnsan ve İnsanlar*. İstanbul: Evrim Yayınevi.
- Kangalgil, M., Hünük, D., & Demirhan, G. (2006). İlköğretim, lise ve üniversite öğrencilerinin beden eğitimi ve spora ilişkin tutumlarının karşılaştırılması. *Spor Bilimleri Dergisi*, 17(2), 48-57.
- Karadağ, S. (2012). *İlköğretim 8. sınıf ve lise 11. sınıf öğrencilerinin beden eğitimi dersine ilişkin tutumlarının çeşitli değişkenlere bağlı olarak karşılaştırılması* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden Edinilmiştir. Kırıkkale Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kırıkkale.
- Karakaş, Y. (2008). *Lise öğrencilerinin mükemmeliyetçilik düzeyleri ile sosyal kaygı düzeyleri arasındaki ilişki* (Yüksek lisans tezi.). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Muğla.

- Karasar, N. (2020). *Bilimsel Araştırma Yöntemi: Kavramlar, İlkeler ve Teknikler*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Karavelioğlu, D. (2017). *Ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi ve spora yönelik tutumları ile ders dışı sportif etkinliklere katılma/katılmama nedenleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Kütahya Üniversitesi Sağlık Bilimleri enstitüsü, Kütahya.
- Karcı, E. (2021). *Aile içi iletişim ve aidiyet duygusu ile spora yönelik tutum ilişkisinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Sıtkı Koçman Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Muğla.
- Kaya, Z. (2001). “*Meslek lisesi öğrencilerinin atılganlık ve sürekli kaygı düzeylerinin karşılaştırılması üzerine bir araştırma*” (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü. İzmir.
- Keltner, D., & Gross, J. (1999). Functional Accounts Of Emotions. *Cognition & Emotion*, 13(5), 467-480.
- Keskin, N., Öncü, E., & Kılıç, S. K. (2016). Ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi dersine yönelik tutum ve öz-yeterlikleri. *Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 1(14), 93-107.
- Kılıç, K. (2006). *Harcalanabilir gelirin artmasının sportif rekreasyona katılıma olan etkisinin araştırılması (İstanbul Örneği)* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Dumlupınar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kütahya.
- Kılıç, M., & Karakuş, Ö. (2016). Üniversite öğrencilerinin sosyal görünüş kaygıları ile benlik saygıları ve yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Journal of Human Sciences*, 8(43), 3837-3852.
- Kılıç, S. K. (2020). Lise öğrencilerinde sosyal görünüş kaygısı ve fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu ilişkisi. *International Journal of Active Learning*, 2(5), 69-85.
- Kıral, B., & Saraçoğlu, S. (2018). Akademik sahtekarlık eğilimi ile olumsuz değerlendirme korkusu arasındaki ilişki. *YYÜ Eğitim Fakültesi Dergisi*, 15(1), 323-359.
- Kirk, B., Schutte, N., & Hine, D. (2008). Development and preliminary validation of an emotional self-efficacy scale. *Personality and Individual Differences*, 45(5), 432-436.
- Koç, H. (2004). *Profesyonel futbolcularda durumluk kaygı düzeylerini etkileyen faktörlerin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Dumlupınar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kütahya.
- Koçaer, G. (2018). *Beden eğitimi spor öğretmenleri ve adayları öğretmenlik mesleğine yönelik tutum,serbest zaman ilgilenen ve rekreasyon faaliyetlerine yönelik fayda düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi (Bartın İli örneği)* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Bartın Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bartın.
- Koçak, F. (2014). Üniversite öğrencilerinin spora yönelik tutumları: bir ölçek geliştirme çalışması. *Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi*, 1(12), 59-69.
- Konter, E. (1996). *Sporda Stres ve Performans*. İzmir: Saray Tıp Kitabevi.
- Koparan, Ş., Öztürk, F., Özkılıç, R., & Şenışık, Y. (2009). An investigation of social self efficacy expectations and assertiveness in multiprogram high school students. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 2(9), 623–629.

- Korkmaz, M., & Uslu, T. (2020). Fitness yapan bireylerin benlik saygısı, sosyal görünüş kaygısı ve sosyalleşme düzeyleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Spor Eğitim Dergisi*, 3(4), 01-18.
- Koyuncu, A. (2012). *Sosyal Fobiklerde Dikkat Sorunları ve Hiperaktivite (1. Baskı)*. İstanbul: Liman Yayınları.
- Körmükçü, F. Y. (2021). Spor bilimleri öğrencilerinin spora yönelik tutumlarının incelenmesi. *Rol Spor Bilimleri Dergisi*, 2(3), 188-196.
- Köse, E., Bayköse, N., Turan, E. B., & Laoa, T. Y. (2016). Düzenli egzersiz yapan bireylerde olumsuz değerlendirilme korkusunun vücut algılarını belirlemedeki rolü. *Mediterranean Journal of Humanities*, 7(14), 351-360.
- Kuçuradi, D. J. (1971). *The Problem of Value In Terms Of Human Philosophy*. Ankara: Yankı Publications.
- Kurt, M. A. (2022). *Fitness sporu yapan bireylerde tükenmişlik düzeyi ile spora yönelik tutumları arasındaki ilişkilerin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Erciyes Üniversitesi, Kayseri.
- Kuru, E. (2000). *Spor Psikolojisi*. Ankara: Gazi Üniversitesi İletişim Fakültesi Yayınevi.
- Küçük, V., & Acet, M. (2002). Bir kişilik özelliği olarak suçluluk ve sporla ilişkisi. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(2), 369-375.
- Küçük, V., & Koç, H. (2003). Psiko-Sosyal gelişim süreci içerisinde insan ve spor ilişkisi. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 9(6), 436-447.
- Levinson, C., & Rodebaugh, T. (2011). Validation of the social appearance anxiety scale. factor, convergent. *And Divergent Validity. Assessment*, 18(5), 350-356.
- Lochinbekovich, K. U. (2022). Importance of sport in modern life. *Journal of Ethics and Diversity In International Communication*, 18(3), 6-350.
- Mavioğlu, R. N. (2018). *Sosyoekonomik konum ve 5-httlpr'in anaokulu çocuklarına sosyal yetkinlik ve günlük kortizol seviyelerine etkisi* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Boğaziçi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. (2008). Emotional intelligence. new ability or eclectic traits. *American Psychologist*, 63(6), 503-517.
- McBrien, A., Wild, M., & Bachorowski, J. (2018). *Social-Emotional Expertise (SEE) Scale: Development and initial Validation*.
- Meral, B. S. (2018). *Üniversite öğrencilerinde sosyal görünüş kaygısı ile algılanan sosyal destek arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Mirsafian, H., Dóczy, T., & Mohamadinejad, A. (2014). Attitude of Iranian female university students to sport and exercise. *Ranian Studies*, 47(6), 951-966.
- Mutlu, T. M. (2022). Üniversite ve lise öğrencilerinin spora yönelik tutumları: psiko-sosyal, fiziksel ve zihinsel gelişme ile ilişkisi. *Kalem Eğitim ve İnsan Bilimleri Dergisi*, 1(12), 23-43.
- Nabant, A. (2016). *Okul öncesi eğitim kurumlarına devam eden 5 yaş çocukların mizaç, sosyal yetkinlik özellikleri ile çaba sarf ederek kendini denetleme becerisi arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

- Nooney, G. J., Woodrum, E. H., & Clifford, B. W. (2013). Environmental worldwiev and behavior, cosequences of dimensionality in a survey of north caralonians. *Environment and Behavior*, 2(10), 763-783.
- Onursal, M. A., Moralı, S., & Başaran, I. (2006). *Spor yapan ve yapmayan 9-14 yaş çocuklarda öz yeterlilik ve sosyal beceri düzeylerinin karşılaştırılması*. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, Muğla.
- Orkunoğlu, O. (1985). *Voleybol antrenörünün el kitabı*. Ankara: T.V.F. Yayınları.
- Ömür, Y. E., Aydın, R., & Argon, T. (2014). Olumsuz değerlendirme korkusu ve akademik sahtekarlık. *Eğitim ve İnsan Bilimleri Dergisi*, 5(9), 131-149.
- Önal, L., Yılmaz, H. H., Kaldırımçı, M. & Ağduman, F. (2017). Atatürk Üniversitesi öğrencilerinin spora karşı tutumları ile yaşam kaliteleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Muş Alparslan Üniversitesi Uluslararası Spor Bilimleri Dergisi*, 1(1), 26-34
- Özbay, Y., & Palancı, M. (2001, Eylül). *Sosyal Kaygı Ölçeği: Geçerlik ve güvenirlik çalışması*. VI. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi, Ankara.
- Özcan, H., Subaşı, B., Budak, B., Çelik, M., Gürel, Ş. C., & Yıldız, M. (2013). Ergenlik ve genç yetişkinlik döneminde kadınlarda benlik saygısı, sosyal görünüş kaygısı, depresyon ve anksiyete ilişkisi. *Journal of Mood Disorders*, 3(3), 107-13.
- Özer, D. S., & Özer, M. K. (2019). *Çocuklarda Motor Gelişim*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Özkan, Y. (2017). *Ergenler sosyal görünüş kaygısı ile duygusal yeme arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Özkarlı, F. (2023). *Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin spora yönelik tutum ve sağlıklı yaşam becerilerinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Hitit Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Çorum.
- Özpolat, Z., & Hazar, Z. (2023). *Fitness yapan bireylerin sosyal görünüş kaygısı, yaşam tatmini ve egzersiz bağımlılığı düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi (Ağrı İli Örneği)* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Cumhuriyet University, Journal of Sport Sciences, Sivas.
- Öztürk, A. (2004). *Sosyal kaygıya ilişkin kendini sunma modeli* (Doktora tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Öztürk, F. (1998). *Toplumsal boyutlarıyla spor*. Ankara: Bağırhan Yayınevi.
- Öztürk, F., Efe, M., & Koparan, Ş. (2017). 14-16 Yaş grubu kızlarda hentbol çalışmalarının sosyal yetkinlik beklentisi ve atılganlık üzerine etkisi. *Spor Bilimleri Dergisi*, 4(18), 147-155.
- Öztürk, F., Efe, M., Koparan, Ş., & Şenışık, Y. (2008). 14-16 Yaş grubu erkeklerde voleybol çalışmalarının sosyal yetkinlik beklentisi ve atılganlık üzerine etkisi. *Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(17), 69-77.
- Pinto, J. C., Taveira, M. C., Candeias, A., Araujo, A., & Mota, A. I. (2012). Measuring adolescents perceived social competence in career educantion: a longitudinal study with portuguese studente. *Social and Behavioral Sciences*, 3(12), 271-278.
- Rose-Krasnor, L. (1997). The nature of social competence: a theoretical review. *Journal of Social Development-Wiley Online Library*, 6(1), 111-135.

- Russwell, W. (2002). Comparison of self-esteem, body satisfaction and social physique anxiety across males of different exercise frequency and racial back round. *Journal of Sport Behaviours*, 5(5), 298-313.
- Salehnia, B., Mizany, M., Sajadi, S. N., & Rahimizadeh, M. (2012). A comparison between attitudes of active and inactive students toward sport and physical activities. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 1(11), 61-65.
- Sarioğlu, M. B. (2006). *Kişilik*. İstanbul: Kaktüs Yayınları.
- Senemoğlu, N. (1989). *Öğrenci giriş nitelikleri ile öğretme-öğrenme süreci özelliklerinin matematik derslerindeki öğrenme düzeyini yordama gücü* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Senna, Y. E. (2019). *Ortaöğretim öğrencilerinin fiziksel aktiviteye yönelimlerinin, sosyal görünüş kaygısı ve öz-yeterlilikleriyle ilişkisinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Aksaray Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Aksaray.
- Senna, Y. E., & Ünlü, H. (2021). Ortaöğretim öğrencilerinin egzersiz davranış değişim basamağı ile sosyal görünüş kaygısı ve öz yeterlik arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Türkiye Klinikleri Spor Bilimleri Dergisi*, 13(1), 100-9.
- Singh, R., & Devi, K. (2013). Attitude of higher secondary level student towards games and sports. *International Journal of Physical Education*, 2(4), 80-85.
- Soylu, Y., & Serin, E. (2017). Beden eğitimi ve spor öğretmenlerin duygusal zeka düzeylerinin incelenmesi (Aksaray İli Örneği). *Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 2(1), 1-9.
- Spink, K. (1992). Relation of anxiety about social physique to location of participation in physical activity. *Percept Motor Skill*, 8(13), 1075-1078.
- Spunt, R. P., & Lieberman, M. D. (2013). The busy social brain: Evidence for automaticity and control in the neural systems supporting social cognition and action understanding. *Psychological science*, 24(1), 80-86.
- Subaşı, E. (2021). *Lise öğrencilerinin okul iklimi algıları ile spora yönelik tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi (Muş ili örneği)*. (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Muş.
- Subramaniam, P. R., & Silverman, S. (2007). Middle school students attitudes toward physical education. *Teaching and Teacher Education*, 11(7), 602-611.
- Süslü, D. (2002). *Çalışan ve öğrenci ergenlerde kimlik duygusu kazanımının araştırılması*. (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Şaban, H. (2007). *Üniversite öğrencilerinin sosyalleşme sürecinde spor aktivitelerinin rolü* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Şahin, D. (2018). *Ortaöğretim kurumlarına devam eden 14-18 yaş arası ergenlerin anne baba tutumları ve öz anlayışlarının sosyal görünüş kaygılarına etkisi* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Şahin, E. (2012). *Bazı değişkenlere göre ilköğretim ikinci kademe benlik saygısı ve görünüş kaygıları*. (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.

- Şahin, M., & Oktan, V. (2010). Kız ergenlerde beden imajı ile benlik saygısı arasındaki ilişkisinin incelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 6(3), 543-556.
- Şencan, B. (2009). *Lise öğrencilerinin algıladıkları sosyal destek düzeyi ile sosyal yetkinlik beklentisi düzeylerinin bazı değişkenliklere göre incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Şenışık, Y. (2006). *İlköğretim okullarında uygulanan beden eğitimi ve spor derslerinde kullanılan farklı öğretim yöntemlerinin sosyal yetkinlik beklentisi üzerine etkisi* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Bursa Uludağ Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Bursa.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. (2013). *Using multivariate statistics*. Boston: Allyn and Bacon.
- Taştan, Z. (2020). *Sporda güdülenme, öz yeterlilik ve spora yönelik tutum arasındaki ilişkinin modellenmesi* (Doktora tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Mersin Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Mersin.
- Tatar, G., Tozoğlu, E., & Pehlivan, Z. (2009). 20-40 Yaş arası çalışan ve çalışmayan kadınların spor yapmalarını etkileyen bazı faktörlerin incelenmesi (Sivas il merkezi örneği). *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3(8), 20-40.
- Tatar, S. T. (2017). *Spor yapan ve yapmayan bedensel engellilerin yaşam* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Dumlupınar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kütahya.
- Tavşancıl, E. (2006). *Tutumların Ölçülmesi ve SPSS ile Veri Analizi*. Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Tekeli, Ş. C. (2017). *Beden eğitimi ve spor öğretmenliği adayları ile diğer öğretmen adaylarının sosyal görünüş kaygısı ve akademik öz-yeterlilik düzeylerinin karşılaştırılması* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Bartın Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bartın.
- Tekkurşun, D., Namlı, S., & Cicioğlu, H. İ. (2021). Takım ve bireysel sporlarla sosyal görünüş kaygısı sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumun belirleyicisi midir? *Spormetre The Journal Of Physical and Sport Sciences*, 4(19), 124-134.
- Telli, E., & Ünal, Z. (2016). Üniversite öğrencilerinin sosyo-demografik özelliklerine göre sosyal görünüş kaygısı: bir alan araştırması. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 15(6), 134-146.
- Temel, A. S. (2019). *Yöneticilik kademesinde görev yapmakta olan çalışanların düşünme stilleri ile spora yönelik tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Doktora tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Tiryaki, Ş. (2000). *Spor psikolojisi: kavramlar, Kuramlar ve uygulama*. Ankara: Eylül Kitap ve Yayınevi.
- Tok, M. (2021). *Genç yetişkinlerde narsistik kişilik özelliklerinin sosyal görünüş kaygısı ve yaşam doyumu ile ilişkisinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Gedik Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Topaloğlu, Z. Ç. (2013). *4-5 Yaş çocukların sosyal yetkinlik, saldırganlık, kaygı düzeyleri ile anne babalarının ebeveyn özyeterlilikleri algısı arasındaki ilişkilerin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Pamukkale Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Denizli.

- Toprak, N., & Saraç, L. (2018). Sporcuların sosyal görünüş kaygısı ve kilofobi düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Spor metre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 5(9), 111-118.
- Turhan, F. H., İnce, U., Aydoğmuş, M., & Yalçın, İ. (2021). Spor yöneticiliği bölümü öğrencilerinin spora yönelik tutumları. *İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Dergisi*, 2(8), 19-32.
- Türkeli, A., & Namlı, S. (2019). *Beden eğitimi ve spor bölümü öğrencilerinin fiziksel aktivite motivasyonlarının incelenmesi*. İktisat 4. International Congress of Social Sciences, 12-19.
- Türker, A., Er, Y., Eroğlu, S. Y., Şentürk, A., & Durmaz, M. (2018). Spor yapan bireylerin sosyal görünüş kaygısı ve benlik saygısının incelenmesi. *Muş Alparslan Üniversitesi Uluslararası Spor Bilimleri Dergisi*, 1(2), 8-15.
- Türker, Ç. (2010). *İlköğretim öğrencilerinin sportif faaliyete katılım düzeyi ve sosyal uyum ve iletişim beceri düzeyleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kayseri.
- Türkmen, M., Abdurrahimoğlu, Y., Varol, S., & Gökdağ, M. (2016). İslami ilimler fakültesi öğrencilerinin spora yönelik tutumlarının incelenmesi. *Bartın üniversitesi örneği. Uluslararası Güncel Eğitim Araştırma Dergisi*, 1(2), 48-59.
- Uğurlu, F. M. (2012). *Üniversite öğrencilerinin sportif faaliyetlere katılım. adıyaman ili örneği* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Gaziantep Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Gaziantep.
- Uyeki, S. E., & Holland, L. J. (2000). Diffusion of proenvironment attitudes? *American Behavioral Scientist*, 43(4), 646-662.
- Ünal, E., Arık, S., & Uzun, B. (2016). Sınıf ve sosyal bilimler eğitiminde öğrenim gören öğretmen adaylarının olumsuz değerlendirilme korkuları. *Adıyaman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 22(5), 289-307.
- Varol, D. (2020). Ergenlerde sosyal görünüş kaygısı ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkide sosyal ve duygusal öz yeterliğin aracı rolü. *E-Kafkas Eğitim Araştırma Dergisi*, 3(7), 319-332.
- Varol, R. (2017). *Üniversite öğrencilerinin spora yönelik tutumları ve kadınların spor etkilerine katılımlarına dair görüşlerinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Bartın Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bartın.
- Varol, S., Varol, R., & Türkmen, M. (2017). Bartın üniversitesinde öğrenim gören değerli spora yönelik tutumlarının belirlenmesi. *Uluslararası Kültürel ve Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 2(3), 316-329.
- Vatansever, S. (2017). *Lisanslı spor yapan ve yapmayan ergenlerin mental iyi oluş, benlik saygısı, sosyal görünüş kaygısı ve algılanan sosyal destek açısından karşılaştırılması* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. İstanbul Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yalçınkaya, M., Saracaloğlu, A., & Varol, R. (1993). Üniversite öğrencilerinin spora ilişkin görüşleri ve beklentileri. *Spor Bilimleri Dergisi*, 6(8), 12-26.
- Yaman, Ç., Teşneli, Ö. (2008). Elit seviyedeki değişik spor branşlarının fiziksel benlik algısı üzerine etkisi. *Uluslar Arası İnsan Bilimleri Dergisi*, 2(5), 1-17.

- Yanık, M., & Çamlıyer, H. (2015). Ortaöğretim 9. sınıf öğrencilerinin beden eğitimi ve spora ilişkin tutumları ile okula yabancılaşma düzeyleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi. *Uluslararası Spor Egzersiz ve Antrenman Bilimi Dergisi*, 1(3), 9-19.
- Yaşartürk, F., Çelik, F., Kul, M., Türkmen, M., & Akyüz, H. (2014). Beden eğitimi ve spor yüksekokulunda okuyan öğrencilerin sosyal fiziki kaygı durumlarının incelenmesi. *International Journal of Science Culture and Sport*, 1(2), 863-869.
- Yavaş, M., & İlhan, A. (1996). *Beden eğitimi ve sporda özel öğretim yöntemleri*. Bursa: Melisa Matbaacılık.
- Yıldırım, M., Ilgar, A., E, & Uslu, S. (2018). Lise öğrencilerinin spora yönelik tutumlarının incelenmesi. *Turkish Studies*, 13(27), 1711-1727.
- Yıldırım, T., Konan, N., & Çırak, Y. (2011). Öğretmen adaylarında sosyal kaygı. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(12), 85-100.
- Yıldız, A., Arı, Ç., & Yılmaz, B. (2017). Üniversite öğrencilerinin spora yönelik tutumlarının incelenmesi. *Muş Alparslan Üniversitesi Uluslararası Spor Bilimleri Dergisi*, 1(1), 35-45.
- Yıldız, S. N. (2022). *Engelli bireylerin sosyal görünüş kaygısı ile turizm kısıtları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Kocaeli Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kocaeli.
- Yuvacı, M. (2019). *Baba katılımı ve okul öncesi dönem çocuklarının sosyal yetkinlik ve davranış problemleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Karabük Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Karabük.
- Yüceant, M. (2013). *Beden eğitimi öğretmen adaylarının sosyal görünüş kaygı düzeylerinin farklı değişkenler açısından incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. Aksaray Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Aksaray.
- Zmijewski, C. F. (2000). Exercise dependence and attitudes toward eating among young adults. *Eating Behaviors*, 4(2), 181-195.

EKLER

Ek 1: Kişisel Bilgi Formu

Kıymetli Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencileri,

Katılacağınız bu araştırma Bayburt Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor programı kapsamında, Doç. Dr. İsmail KARATAŞ danışmanlığında yüksek lisans tez öğrencisi Ramazan AKKUŞ tarafından yürütülmektedir. Bu anket formu, "Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Spora Yönelik Tutum, Sosyal-Duygusal Yetkinlik ve Sosyal Görünüş Kaygısı Düzeyleri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi" amacıyla hazırlanmıştır. Ankete vereceğiniz doğru bilgi ve görüşleriniz bizim için önemlidir. Bu çalışmaya katılım sağlamak tamamen gönüllük esasına bağlıdır. Verdiğiniz cevaplar için gizlilik esasına uygun davranılacaktır. Uygun görmeniz halinde anketi cevaplamayabilir veya anketi cevaplandırmayı sonlandırabilirsiniz. Zaman ayırdığınız, içten cevaplarınızla katkı verdiğiniz için teşekkür ederiz.

Ramazan AKKUŞ

1) **Cinsiyet:** Kadın () Erkek ()

2) **Yaş:**.....

3-Bölüm

- () Antrenörlük eğitimi
- () Beden eğitimi ve spor öğretmenliği
- () Rekreasyon
- () Spor yöneticiliği

4-Sınıf

- () 1.Sınıf
- () 2.Sınıf
- () 3.Sınıf
- () 4.Sınıf

5-Aylık ortalama kişisel gelir düzeyi (TL olarak belirtiniz)

6.Aylık ortalama aile gelir düzeyi (Kişisel gelir dahil- TL olarak belirtiniz)

7.Düzenli bir şekilde aktif olarak spor yapıyor musunuz?

- () Evet
- () Hayır

Ek 2: Spora Yönelik Tutum Ölçeği

		Hiç katılmıyorum (1)	Az katılıyorum (2)	Orta Düzeyde katılıyorum (3)	Katılıyorum (4)	Tam Katılıyorum (5)
Spor yapmak;						
1	Stresle başa çıkmaya yardımcı olur.					
2	Sosyal statüyü artırır.					
3	İnsanı mutlu eder.					
4	Kaygıyı azaltır.					
5	Kendine güveni artırır.					
6	Can sıkıntısını azaltır.					
7	İş yaşamında başarıyı artırır.					
8	Sosyal yaşamda başarıyı artırır.					
9	Öfke kontrolü sağlar.					
10	Duygusal sağlığı geliştirir.					
11	Depresyondan korunmaya yardımcı olur.					
12	Rahatlamaya yardımcı olur.					
13	Kilo kontrolü sağlar.					
14	Çocukların fiziksel gelişimleri için önemlidir.					
15	Bağımsız yaşam tarzını korumaya yardımcı olur.					
16	İyi bir dış görünüş kazandırır.					
17	Hastalıklardan korunmayı sağlar.					
18	İnsanı sağlıklı besinlerden uzak tutar.					
19	Yaratıcılığı geliştirir.					
20	Hafızayı güçlü tutar.					
21	Karar verme becerisini geliştirir.					
22	Düşünme gücünü geliştirir.					

Ek 3: Sosyal-Duygusal Yetkinlik Ölçeği

Sosyal-Duygusal Yetkinlik Ölçeği						
	Lütfen aşağıdaki maddelerden sizi en iyi tanımlayan şıkları işaretleyiniz.	Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen	Genellikle	Her zaman
1	İnsanlarla iletişim kurarken göz teması kurarım.	1	2	3	4	5
2	Her seviyede insanla kolaylıkla iletişim kurabilirim. (çocuklarla, yaşlılarımla, hocalarımla vs.)	1	2	3	4	5
3	İnsanlara nasıl tepkilerde bulunmam gerektiğini belirlemek için onların beden dilinden yararlanırım.	1	2	3	4	5
4	Sosyal etkileşimlerde, yüz ifadelerimi doğru zamanda kullanırım.	1	2	3	4	5
5	Hassas durumlarda insanları incitmeden onlarla yüzleşebilirim.	1	2	3	4	5
6	Rahatsız olduğum durumları insanları gücendirmeden ifade edebilirim.	1	2	3	4	5
7	Sosyal etkileşimlerimde kurduğum fiziksel temasların miktarını ve türünü doğru ayarlarım.	1	2	3	4	5
8	Sohbet ederken yaptığım el hareketleri dikkat dağıtmaz; ifade etmek istediğim şeyin anlaşılmasına yardımcı olur.	1	2	3	4	5
9	Sosyal becerilerimi içinde bulunduğum durumun gerektirdiği gibi kullanırım.	1	2	3	4	5
10	Konuşurken hareketli ve canlıyım.	1	2	3	4	5
11	İnsanların yüz ifadelerini anlamakta iyiyim.	1	2	3	4	5
12	Parti gibi sosyal etkinliklerde, insanlar çoğu zaman benimle tanışır.	1	2	3	4	5
13	Tanıdığım biri üzgün olduğu zaman, söylenmesi ve yapılması gereken doğru şeyin ne olduğunu bilirim.	1	2	3	4	5

14	İnsanları etkilemek için sesimin özelliklerinden yararlanırım.	1	2	3	4	5
15	Rahatsız edici sosyal etkileşimleri, daha huzurlu hale getirebilirim.	1	2	3	4	5
16	Hangi zamanda nasıl gülümsemem gerektiğini bilirim.	1	2	3	4	5
17	İnsanlar bir topluluk içinde beni gözlemleme imkanına sahip olsaydı, o topluluk içindeki sosyal becerileri en yüksek kişi olduğumu söylerdi.	1	2	3	4	5
18	Duygusal tepkilerimi başkalarının duygularına nasıl uyarlamam gerektiğini bilirim.	1	2	3	4	5
19	İnsanlarla konuşurken, beden duruşum rahat ve iletişime açıktır.	1	2	3	4	5
20	Başkaları, yüzümle (mimiklerimle) kendimi ifade edebildiğimi söyler.	1	2	3	4	5
21	Duygusal ifadelerim etkileyici ve ikna edicidir.	1	2	3	4	5
22	Duygularımı ifade ederken ses tonumdan yararlanırım.	1	2	3	4	5
23	İnsanlar onları dinlediğimi anlasın diye sohbet esnasında başımı (olumlu anlamda) yeterince sallarım.	1	2	3	4	5
24	Gergin bir sohbeti nasıl sakinleştireceğimi bilirim.	1	2	3	4	5
25	İnsanların kendilerini iyi hissetmesini sağlamak için gülerim.	1	2	3	4	5

Ek 4: Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği

		Hiç Uygun Değil	Uygun Değil	Biraz Uygun	Uygun	Tamamen Uygun
1	Dış görünüşümle ilgili kendimi rahat hissedirim.	1	2	3	4	5
2	Fotoğrafım çekilirken kendimi gergin hissedirim.	1	2	3	4	5
3	İnsanlar doğrudan bana baktıklarında gerilirim.	1	2	3	4	5
4	İnsanların görünüşümden dolayı benden hoşlanmayacakları konusunda endişelenirim.	1	2	3	4	5
5	Yanlarında olmadığım zamanlarda insanların, görünüşümle ilgili kusurlarımı konuşacaklarından endişelenirim.	1	2	3	4	5
6	Görünüşümden dolayı insanların benimle beraber vakit geçirmek istemeyeceklerinden endişelenirim.	1	2	3	4	5
7	İnsanların beni çekici bulmamalarından korkarım.	1	2	3	4	5
8	Görünüşümün yaşamımı zorlaştıracığından endişe duyarım.	1	2	3	4	5
9	Karşıma çıkan fırsatları görünüşümden dolayı kaybetmekten kaygılanırım.	1	2	3	4	5
10	İnsanlarla konuşurken görünüşümden dolayı gerginlik yaşarım.	1	2	3	4	5
11	Diğer insanlar görünüşümle ilgili bir şey söylediklerinde kaygılanırım.	1	2	3	4	5
12	Dış görünüşümle ilgili başkalarının beklentilerini karşılayamamaktan endişeleniyorum.	1	2	3	4	5
13	İnsanların görünüşümü olumsuz olarak değerlendirecekleri konusunda endişelenirim.	1	2	3	4	5
14	Diğer insanların görünüşümdeki bir kusurun farkına vardıklarını düşündüğümde kendimi rahatsız hissedirim.	1	2	3	4	5
15	Sevdiğim kişinin görünüşümden dolayı beni terk edeceğinden endişe duyuyorum.	1	2	3	4	5
16	İnsanların görünüşümün iyi olmadığını düşünmelerinden endişeleniyorum.	1	2	3	4	5

Ek 5: Etik Kurul İzni

Evrak Tarih ve Sayısı: 30.03.2023-126729



T.C.
BAYBURT ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
ETİK KURULU
KARARI



Karar Tarihi
29.03.2023

Karar Sayısı
126

Oturum Sayısı
5

Üniversitemiz Etik Kurulu tarafından, Bayburt Üniversitesi Rektörlüğü Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürlüğü'nün 24.03.2023 tarihli ve E-83542712-050.99-125504 sayılı yazısı gereği, Bayburt Üniversitesi Rektörlüğü Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı 212225003 numaralı öğrenci Ramazan AKKUŞ'un yüksek lisans çalışması olarak yürüttüğü "Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Spora Yönelik Tutum, Sosyal-Duygusal Yetkinlik ve Sosyal Görünüş Kaygısı Düzeyleri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi" başlıklı araştırma önerisi üniversitemiz etik kurulu tarafından incelenmiş olup, araştırma önerisinin etik ilkelere uygun olduğuna toplantıya katılan üyelerin oy birliğiyle karar verilmiştir.

Prof.Dr. Ali Savaş BÜLBÜL
Başkan
BELGENİN ASLI ELEKTRONİK İMZALIDIR

Mevcut Elektronik İmzalar



Tel :
E-Posta :

Faks:
Elektronik ağı:

Ayrıntılı bilgi için irtibat: Nuri TURAN



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

Ek 6: İzinler

Re: (Konu yok) Gelen Kutusu x

 **Tayfun Dogan** <tayfun@tayfundogan.net>
Alıcı: ben ▾

18 Kas 2022 Cum 10:54 ☆ 😊 ↩ ⋮

Merhaba,
Ölçeği web sitemden indirerek kullanabilirsiniz.
İyi çalışmalar dilerim.

Tayfun Doğan
[Redacted]

16.11.2022, 21:48, "Ramazan Akkuş" [Redacted]

Merhaba sayın hocam ben Ramazan Akkuş Bayburt üniversitesinde yüksek lisans yapmaktayım. SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGISI ölçeğinizi izniniz olursa tezimde kullanmak istiyorum saygılarımla...

↩ Yanıtla ➡ Yönlendir 😊

Windows'u Etkinleştir
Windows'u etkinleştirmek için Ayarlar'a gidin

Re: Sosyal-duygusal yetkinlik ölçeği Gelen Kutusu x

 **Inan Ay** <inan.ayyy@gmail.com>
Alıcı: ben ▾

16 Kas 2022 Çar 22:50 ☆ 😊 ↩ ⋮

Sayın Akkuş

Ölçeği çalışmanızda kullanabilirsiniz. Araştırmanızda başarılar dilerim.

İyi çalışmalar,

Inan Ay

16 Kas 2022 Çar 21:45 tarihinde Ramazan Akkuş [Redacted] u yazdı:

Merhaba sayın hocam ben Ramazan Akkuş Bayburt üniversitesinde yüksek lisans yapmaktayım. "Sosyal-Duygusal Yetkinlik Ölçeği'nizi" izniniz olursa tezimde kullanmak istiyorum saygılarımla..

↩ Yanıtla ➡ Yönlendir 😊

Windows'u Etkinleştir
Windows'u etkinleştirmek için Ayarlar'a gidin



16 Kas 2022 Çar 22:05 ☆ 😊 ↩ ⋮

Windows'u Etkinleştir
Windows'u etkinleştirmek için Ayarlar'a gid

ÖZ GEÇMİŞ

..... yılı doğumlu. İlköğrenimini Bayburt Cumhuriyet İlköğretim okulunda tamamladı. Lise eğitimini Bayburt İmam Hatip Lisesinde tamamladı. Bayburt Üniversitesi Spor Bilimler Fakültesinden yılında başarılı bir şekilde mezun oldu. Bayburt Halk Eğitim merkezinde usta öğretici olarak halen görev yapmaktadır.

