

T.C.
SELÇUK ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

**UZAKTAN EĞİTİM İLE SPOR YAPAN BİREYLERİN SOSYAL
BÜTÜNLEŞME VE ÖZGÜVEN DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ**

İrem Nur ŞANLITÜRK

YÜKSEK LİSANS TEZİ

SPOR YÖNETİCİLİĞİ ANABİLİM DALI

Danışman

Dr. Öğr. Üyesi Ramazan TOPUZ

KONYA- 2022

T.C.
SELÇUK ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

**UZAKTAN EĞİTİM İLE SPOR YAPAN BİREYLERİN SOSYAL
BÜTÜNLEŞME VE ÖZGÜVEN DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ**

İrem Nur ŞANLITÜRK

YÜKSEK LİSANS TEZİ

SPOR YÖNETİCİLİĞİ ANABİLİM DALI

Danışman

Dr. Öğr. Üyesi Ramazan TOPUZ

KONYA- 2022

ÖNSÖZ

Pandemi süresince kısıtlanan hayat şartlarında insanların evlerinde uzaktan eğitim ile spor yapmalarına imkan sağlayan ve anket çalışmalarımın yapılmasına onay veren Konya Büyükşehir Belediyesi Gençlik ve Spor Daire Başkanlığı Eğitim Şube Müdürlüğü'ne, tez çalışmam süresince ilgi, destek ve yardımlarını esirgemeyen, bütün bilgi birikimini benimle paylaşan, bu araştırmanın tamamlamasına büyük katkı sağlayan tez danışmanım Sayın Dr.Öğr.Üyesi Ramazan TOPUZ'a ,anket çalışmalarımın sağlıklı bir şekilde yürümesini sağlayan bu konuda desteklerini esirgemeyen Konya Büyükşehir Belediyesi Komek spor koordine sorumlusu Yasin Önder KIRACI'ya, her koşulda yanımda olup varlıklarını hissettiren babam Hacı ŞANLITÜRK ve annem Pınar ŞANLITÜRK'e teşekkür ederim.

İrem Nur ŞANLITÜRK

Konya-2022

İÇİNDEKİLER

ÖZET.....	v
SUMMARY	vi
KISATMALAR	vii
TABLolar LİSTESİ.....	viii
1. GİRİŞ	1
2. KAVRAMSAL ÇERÇEVE	4
2.1. Eğitim	4
2.1.1. Uzaktan eğitim	7
2.2. Spor	9
2.2.1 Sporun Amacı	10
2.2.2 Sporun Yararları	10
2.2.2.1 Sporun Fizyolojik Yararları	10
2.2.2.2 Sporun Psikolojik Yararları	12
2.2.2.3 Sporun Ekonomik Yararları	13
2.2.2.4 Sporun Toplumsal Yararları	14
2.3. Sosyal Bütünleşme	15
2.3.1. Sosyal Bütünleşmenin Tanımı	15
2.3.2. Sosyal Bütünleşme Çeşitleri	16
2.3.2.1 Normatif Bütünleşme	16
2.3.2.2 Fonksiyonel / İşlevsel Bütünleşme.....	17
2.3.2.3 Mânâ Etrafında Bütünleşme.....	18
2.3.2.4 Mecburi Bütünleşme	19
2.3.3. Sosyal Bütünleşmenin Gerçekleşmesi İçin Gerekli Temel Şartlar	20
2.3.4. Sosyal Bütünleşmeyi Engelleyici Faktörler	21
2.3.5. Spor ve Sosyal Bütünleşme	21
2.4. Özgüven Kavramı	23
2.4.1 Özgüvenin Oluşumu.....	26
2.4.2 Yüksek ve Düşük Özgüvenin Özellikleri	29
2.4.3 Spor ve Özgüven	31
3. GEREÇ VE YÖNTEM.....	34
3.1. Araştırmanın Amacı	34
3.2. Araştırmanın Yöntemi	34
3.3. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi	34
3.4. Veri Toplama Araçları.....	34
3.5. Verilerin Analizi.....	35
4. BULGULAR	36
5. TARTIŞMA	53
6. SONUÇ VE ÖNERİLER.....	57
7. KAYNAKLAR	58
8. EKLER.....	64
Ek-A Kişisel Bilgi Formu	64
Ek-B Sosyal Bütünleşme Ölçeği	65
Ek-C Özgüven Ölçeği	66
Ek-D Konya Büyükşehir Belediyesi Gençlik ve Spor Hizmetleri Daire Başkanlığı Araştırma İzni	67

Ek-E: Turnitin Raporu	68
9. ÖZGEÇMİŞ.....	77



ÖZET
T.C.
SELÇUK ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

**Uzaktan Eğitim ile Spor Yapan Bireylerin Sosyal Bütünleşme ve Özgüven
Düzeylerinin İncelenmesi**

İrem Nur ŞANLITÜRK

Spor Yöneticiliği Anabilim Dalı

YÜKSEK LİSANS TEZİ / KONYA-2022

Bu çalışmanın amacı uzaktan eğitim ile spor yapan bireylerin sosyal bütünleşme ve özgüven düzeylerinin incelenmesidir. Bu amaçla çalışmada uzaktan eğitim ile spor yapan bireylerin katılımı sağlanmış ve bu bireylerin demografik değişkenleri ile spora katılım durumlarının sporda sosyal bütünleşme ve özgüven düzeylerini yordayıp yordamadığına ilişkin analiz yapılmıştır.

Çalışma nicel bir çalışmadır ve ilişkisel tarama modeline göre yapılmıştır. Araştırmanın evreni Konya ilinde yaşayan ve uzaktan eğitim ile spor yapan bireylerdir. Araştırmanın örneklem seçimi basit-rastgele örneklem seçim yöntemine göre yapılmıştır. Araştırmanın örnekleme 523(465 kadın, 58 erkek) kişiden oluşmaktadır. Araştırmada veri toplamak amacıyla “Kişisel Bilgi Formu”, “Sosyal Bütünleşme Ölçeği” ve “Özgüven Ölçeği” kullanılmıştır. Araştırma verilerinin analizi SPSS20 programı kullanılarak analiz edilmiştir. Elde edilen verilerin analizinde t-testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ve Çoklu Regresyon Analizi kullanılmıştır. Veri analizine başlamadan önce, toplanan veriler bilgisayar ortamına gönderilmiş ve istatistiksel analizi SPSS 20 programıyla yapılmıştır. İki bağımsız değişken arasındaki farkın analizi için T-Testi uygulanmıştır. Çoklu grup arasındaki farkın analizi için ANOVA analizi uygulanmıştır. İki ölçek ve alt ölçekleri arasındaki ilişki için regresyon analizi uygulanmıştır.

Çalışma sonucunda elde edilen verilere göre sosyal bütünleşme düzeyi cinsiyet, medeni durum, eğitim durumu, meslek ve fiziksel aktiviteye göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir. Ancak sosyal bütünleşme ölçeğinden bütünleşme alt ölçeği yaş ve eğitim durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermektedir. Aynı şekilde özgüven düzeyi yaş, cinsiyet, medeni durum, eğitim durumu ve meslek değişkenlerine göre farklılaşmamaktadır. Ancak özgüven düzeyi fiziksel aktiviteye göre farklılaşmaktadır. Diğer bir bulgu ise sporda sosyal bütünleşme ile özgüven arasında anlamlı bir ilişki olduğu yönündedir.

Bu çalışmada elde edilen sonuçlara göre demografik değişkenlerin sporda sosyal bütünleşme ve özgüven düzeyini yordamadığı şeklindedir. Ancak sporun bireylerin sosyal bütünleşme ve özgüven düzeylerini olumlu yönde etkilediğini ifade etmek mümkündür.

Anahtar kelimeler: Uzaktan Eğitim, Uzaktan Eğitim ile Spor, Sporda Sosyal Bütünleşme, Özgüven

SUMMARY

REPUBLIC OF TURKEY
SELÇUK UNIVERSITY
HEALTH SCIENCES INSTITUTE

Investigation of Social Integration and Self-Confidence Levels of Individuals Doing Sports with Distance Education

İrem Nur ŞANLITÜRK

Department Of Sports Management

MASTER THESIS / KONYA-2022

The aim of this study is to examine the social integration and self-confidence levels of individuals who do sports with distance education. For this purpose, the participation of individuals who do sports with distance education was ensured in the study, and an analysis was made on whether the demographic variables of these individuals and their participation in sports predict their social integration and self-confidence levels in sports.

The study is a quantitative study and was conducted according to the relational screening model. The population of the research is individuals living in Konya and doing sports with distance education. The sample selection of the study was made according to the simple-random sample selection method. The sample of the study consists of 523 (465 female, 58 male) people. "Personal Information Form", "Social Integration Scale" and "Self-Confidence Scale" were used to collect data in the research. The analysis of the research data was analyzed using the SPSS20 program. T-test, one-way analysis of variance (ANOVA) and Multiple Regression Analysis were used in the analysis of the data obtained. Before starting the data analysis, the collected data were sent to the computer environment and statistical analysis was made with the SPSS 20 program. T-Test was applied to analyze the difference between two independent variables. ANOVA analysis was applied to analyze the difference between multiple groups. Regression analysis was applied for the relationship between the two scales and their subscales.

According to the data obtained as a result of the study, the level of social integration does not show a significant difference according to age, gender, marital status, educational status, occupation and physical activity. However, the integration subscale from the social integration scale shows a significant difference according to age and educational status. Likewise, the level of self-confidence does not differ according to age, gender, marital status, educational status and occupation. However, the level of self-confidence differs according to physical activity. Another finding is that there is a significant relationship between social integration and self-confidence in sports.

According to the results obtained in this study, demographic variables do not predict the level of social integration and self-confidence in sports. However, it is possible to state that sports affect individuals' social integration and self-confidence levels positively.

Keywords: Distance Education, Distance Education and Sports, Social Integration in Sports, Self-Confidence

KISALTMALAR

EBA : Eğitim Bilişim Ağı

OECD : İktisadi İş birliği ve Kalkınma Teşkilatı

T.C : Türkiye Cumhuriyeti

TV : Televizyon

YÖK : Yükseköğretim Kurulu



TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 4.1: Demografik Bilgilere İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler	36
Tablo 4.2: Ölçek Sorularına İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler	37
Tablo 4.3: Çarpıklık ve Basıklık Analizi	39
Tablo 4.4: Ölçeklerin Güvenilirlik Değerleri	39
Tablo 4.5: Yaşa Göre Sosyal Bütünleşme Düzeyinin Hesaplanması	40
Tablo 4.6: Cinsiyete Göre Sosyal Bütünleşme Düzeyinin Hesaplanması	41
Tablo 4.7: Medeni Duruma Göre Sosyal Bütünleşme Düzeyinin Hesaplanması ...	42
Tablo 4.8: Eğitim Durumuna Göre Sosyal Bütünleşme Düzeyinin Hesaplanması...	43
Tablo 4.9: Mesleğe Göre Sosyal Bütünleşme Düzeyinin Hesaplanması	45
Tablo 4.10: Fiziksel Aktiviteye Katılıma Göre Sosyal Bütünleşme Düzeyinin Hesaplanması	46
Tablo 4.11: Yaşa Göre Özgüven Düzeyinin Belirlenmesi	48
Tablo 4.12: Cinsiyet Göre Özgüven Düzeyinin Belirlenmesi.....	48
Tablo 4.13: Medeni Duruma Göre Özgüven Düzeyinin Belirlenmesi.....	49
Tablo 4.14: Eğitim Durumuna Göre Özgüven Düzeyinin Belirlenmesi.....	49
Tablo 4.15: Mesleğe Göre Özgüven Düzeyinin Belirlenmesi	49
Tablo 4.16: Fiziksel Aktiviteye Katılıma Göre Özgüven Düzeyinin Belirlenmesi ..	50
Tablo 4.17: Sosyal Bütünleşme ve Özgüven Arasındaki İlişki	51
Tablo 4.18: Hipotez Testi Sonuçları	52

1. GİRİŞ

Uzaktan eğitim uzun yıllardan beri dünyada ve ülkemizde eğitime ulaşımı kısıtlı olan vatandaşların bu hakkını kullanabilmesi, eğitimin tüm ülkeye yayılabilmesi için kullanılmaktadır. Bununla birlikte 2019 yılında ortaya çıkan COVID-19 Pandemisi bütün eğitim sistemini herkes için “uzaktan” hale getirmiştir. Bu durum aslında amacına uygun olan alanlarda ve sürekli olarak yapılması gereken spor etkinliğinin de uzaktan yapılması konusunda gerekçe oluşturmuştur.

Uzaktan eğitim uygulamaları yazışmalı olarak başlamış ve teknolojideki gelişmelere bağlı olarak zaman içinde, radyo, televizyon, telefon ve bilgisayarlardan da yararlanılmaya başlamıştır. Günümüzde ise, uzaktan eğitimde sözü edilen araç ve sunu sistemlerinin yanı sıra, elektronik mektup, bilgisayarlı konferans ve internet gibi çok ortamlı sunu sistemlerinden de yararlanılmaktadır (Bozkurt 2017).

Bilindiği gibi spor etkinliği, kişilerin fiziksel sağlığını koruduğu ve geliştirdiği gibi, mental sağlıklarına da katkı yapmaktadır (Pepe ve Türkay 2017, Hazar ve ark 2018). Düzenli yapılan spor egzersizlerinin, kas, kemik, eklem, kalp-damar sistemi ve fonksiyonlarının en uygun şekilde çalışmasını sağladığı bilinmektedir. Dayanıklılık sporları yapanlarda kronik arter hastalığı hipertansiyon ve şeker hastalığı daha az görülür (Pepe ve Türkay 2017).

Psikolojik açıdan ise spor, zevk alma ve mutlu olma duygularını yaşatmaktadır. Günümüzün hastalıklarından olan stres ile başa çıkmada en önemli etken kuşkusuz spor etkenidir. Spor yolu ile günlük yaşantımızda karşılaştığımız sıradan hayat tarzı ve anlayışını ortadan kaldırmamız mümkündür. Spor bireyleri rahatlamanın yanı sıra onların mutlu olmasını da sağlar (Güçlü ve Yentür 2008).

Sporun bireylere fiziksel ve psikolojik getirilerinden başka, kişisel özgüvenin gelişmesi ve toplumsal olarak sosyal bütünleşmeye olumlu katkılar yaptığı kaydedilmektedir (Kaplan ve Ardahan 2013). Özgüven, bireyin bir etkinliği başarılı bir şekilde yapabileceğine olan inanları, içinde olduğuna inandığı yetenek ile güce güvenmesi, sahip olduğu yetenek ve gücü ile birlikte, aldığı kararlara güvenmesi olarak tanımlanmaktadır (Eldeleklioğlu 2004). Özgüven, insanların duygularını

kontrol ederek kendi hayatlarına yön verebilmesine, kendi ve çevresindeki insanların gereksinimlerini karşılayabilmesine etki eder.

Kişisel özgüvene sahip bireyler, hayat hakkında daha olumlu düşünür, onlarla sohbet etmek, ikili ilişkiler kurmak, özgüvene sahip insanlar için daha kolay olmaktadır. Bu durum ilişki kurulan insanlar da da güven duygusuna yol açar. Özgüveni yüksek bireyler, tüm toplum için olumlu duygular besler. Çözümlemeyecek herhangi bir problem olmadığına inanırlar. Enerjilerini olumsuz düşüncelerle tüketmezler. Kolaylıkla bir işe motive olur ve bu nedenle de karar vermeleri hızlı ve kolay olur. Sürekli ileri gitmeyi düşünürler. Yaptıkları işten keyif alır ve hatalardan ders çıkarırlar. Kişisel gelişime açıktır (Lindenfield 1997).

Spor, sosyal bir etkinlik olduğundan, geniş katılımlıdır ve dinamik bireylerin sosyal çevrelere katılabilesini kolaylaştıran bir aktivitedir. Spor antik dönemlerden günümüze kadar kolektif bir etkinlik olmuştur. Onun bu özelliği, bireyleri ve toplulukları birbirine bağlayıcı bir etki yapmaktadır (Bayraktar 2003).

Spor, insanın kendi düşünce dünyası ve dar sosyal çevresinden kurutulmuş, daha dinamik sosyal ortamlara girmesine, başka düşünce ve kültürlerden kendisi ile aynı zevkleri paylaşan insanlarla tanışıp diyalog kurmasına imkân sağlamaktadır (Zengin ve Öztaş 2008). Sosyal bütünleşme olarak adlandırılan bu kaynaşma süreci; *“herhangi bir toplum ve sosyal grup içinde hâkim olan dini ve sosyo-kültürel değerlerin toplumu meydana getiren bireyler tarafından alınarak kendilerine mal edilmesi ve böylece bireylerin toplumun sosyokültürel değerlerini kazanarak onunla uyumlu bir halde yaşama durumuna gelmeleri”* olarak tanımlanabilir (Akarsu 2015).

Spor sadece spor yapanlar değil izleyici kitleler arasında da önemli bir sohbet ve muhabbet konusu oluşturmaktadır (Küçük ve Koç 2004). Başlangıcında bireyselliğin ön planda olduğu, sağlık amaçlı etkinlikler olarak başlayan sportif faaliyetler, zamanla toplumsal bir nitelik kazanarak geniş kitlelere ulaşmıştır (Küçük ve Acet 2002).

Günümüzde milyonlarca insanın bir arada izlediği spor faaliyetleri ve bunun ardındaki finansal güç, hayatımızın hemen her alanında sporu hissetmemize imkân vermektedir. Bu yönü ile spor artık toplumsal bir kurumdur. Sporun toplumsallığı ve gücü onun toplumun en azından bir bölümünü ortak bir düşünce etrafında bir araya getirebilmesi ile ölçülmektedir. Spor, toplum tarafından önem atfedilen pek çok sosyal norm ve değerın oluşmasına ve toplum içinde kabul görmesine yardım eder. Bu değerler; bir amaç için çok çalışmak, kendinden feragat ederek takım için çalışmak, hakkaniyeti olmak, sadakat, sorumluluk, güvenilir olmak, hoşgörü ve benzeri şeklinde sıralanabilir (Gök ve Sunay 2010).

Spor etkinliğinin bireysel ve sosyal yararları ile ilgili bilgiler ışığında bu çalışmanın konusu; “Uzaktan Eğitim ile Spor Yapan Bireylerin Sosyal Bütünleşme ve Özgüven Düzeylerinin İncelenmesi” olarak belirlenmiştir. Çalışmamız, COVID-19 Pandemisi nedeni ile yaygınlaşan uzaktan eğitimin, spor etkinliğinde de kullanılmasının, kişilerin sosyal bütünleşme ve özgüven düzeylerini nasıl etkilediğini incelemesi bakımından önem arz etmekte ve bilimsel literatüre önemli bir katkı sağlama amacını taşımaktadır.

Çalışmamız, giriş, kavramsal çerçeve, gereç yöntem, bulgular, tartışma ve sonuç bölümlerinden oluşacaktır. Giriş bölümünde, çalışmamızın ana hatları belirlenmiş olup, kavramsal çerçeve bölümünde; “*uzaktan eğitim*”, “*spor*”, “*sosyal bütünleşme*” ve “*özgüven*” kavramları ilgili literatür yardımı ile incelenecektir. Gereç ve yöntem bölümünde, çalışmanın amacı, yöntemi, evren ve örnekleme, veri toplama araçları ve elde edilen verilerin analizi yapılacak ve bulgular kısmında elde edilen veriler sunulacaktır.

Çalışma kapsamında, 523 (465 kadın, 58 erkek) bireyden oluşan katılımcılarla, bir anket çalışması yapılmış, elde edilen veriler, SPSS20 programı kullanılarak analiz edilmiştir. Elde edilen verilerin analizinde t-testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ve Çoklu Regresyon Analizi kullanılmıştır. Ulaşılan bulgular çalışmanın tartışma bölümünde konu ile ilgili diğer bilimsel çalışmalar ile karşılaştırılarak tartışılacak ve çalışmada elde edilen tüm sonuçlar, sonuç ve öneriler bölümünde değerlendirilecektir.

2. KAVRAMSAL ÇERÇEVE

2.1 Eğitim

Toplumlarının gelişme sürecinde, toplumsal kültürün üretilebilmesinde ve yeni jenerasyona aktarılmasında önemli bir argüman olan eğitim, *“toplumun erişkin olmayan bireylerine yönelik, istenilen bilgi, beceri ve tutumları aktarmak ve geliştirmek amacıyla, planlı ve düzenli bir şekilde, kişilerin katılımına ve deneyimlerine yer vererek gerçekleştirilen bir etkinlikler dizisi”* olarak ele alınmaktadır.

Eğitim dar anlam da, *“bir bilim, sanat veya spor dalında kendini yetiştirme ve geliştirme işi”* olarak tarif edilebilir (Çalcalı 2019). Eğitimi geniş anlamda tarif etmek gerekirse, *“her hangi bir alanda bilgi birikimin arttırılması, davranış, düşünüş ve bireysel fiziksel yeteneklerin bireyin kendisi ve içinde olduğu toplum için farklı yöntemler kullanılarak geliştirilmesi”* olarak tanımlanabilir (Söyler 2008). Mutluer, Öner ve Kesik (2010)’e göre ise eğitim kısaca, *“bireyin içinde yaşadığı topluma ve özel çevresine faydalı olmasını sağlayan başat bir eylem”* olarak nitelendirilmektedir.

Eğitim ile hedeflenen çıktı, *“bireyin kişiliğinin ve mesleki becerilerinin geliştirilmesi, topluma uyumunun sağlanması, toplumun moral değerlerinin yükseltilmesi, yaşam niteliğinin artırılması, kalkınmaya ve demokrasiye uyumunun sağlanması”*dır. Bu açıdan, eğitimin ilk görevi, *“ulusun kültürel kalıtını oluşturan her şeyi kuşaktan kuşağa aktarmak ve zenginleştirmek, ikinci görevi ise, bütünleştirmek ve farklılaştırmaktır”* (Çakmak 2008).

Eğitim tüm insanlar için temel bir haktır ve bu hak birtakım uluslararası anlaşmalar ve anayasal düzenlemeler ile güvence altına alınmıştır. İnsan Hakları Evrensel Beyannamesi’nin 26. maddesine göre; *“herkes eğitim hakkına sahiptir... Eğitim, en azından ilk ve temel eğitim aşamasında parasızdır... Eğitim insan kişiliğini tam geliştirmeye ve insan haklarıyla temel özgürlüklere saygıyı güçlendirmeye yönelik olmalıdır”* (İnsan ve İnsan 2015). Avrupa İnsan Hakları Sözleşmesi (1950) 1. Ek Protokolü’nün 2. maddesine göre ise, *“hiç kimse eğitim hakkından yoksun*

bırakılamaz. Devlet, eğitim ve öğretim alanında yükleneceği görevlerin yerine getirilmesinde, ana ve babanın bu eğitim ve öğretimin kendi dini ve felsefî inançlarına göre yapılmasını sağlama haklarına saygı gösterir” (Demirtaş 2019).

1989 yılında imzalanan Çocuk Hakları Sözleşmesi (1989)’ne göre; çocuklara ücretsiz zorunlu eğitim sağlamak, ortaöğretimi genel ve mesleki olmak üzere çeşitli biçimlerde örgütleyerek tüm çocuklara açık bulundurmak, uygun bütün araçları kullanarak yüksek öğrenimi yetenekleri doğrultusunda tüm çocuklara açık duruma getirmek, eğitim ve meslek seçimine ilişkin bilgi ve rehberliği bütün çocuklara ulaştırmak, okulu terk oranlarını azaltmak, okul disiplininin çocuğun onur ve saygınlığı ile bağdaşır biçimde uygulanmasını sağlamak, devletin sorumluluğudur (Sever 2002).

T.C Anayasası (1982)’nın “*Eğitim ve Öğrenim Hakkı ve Ödevi*” başlıklı 42. Maddesinde; kimsenin, eğitim ve öğrenim hakkından yoksun bırakılamayacağı ve devletin, maddî imkânlardan yoksun başarılı öğrencilerin, öğrenimlerini sürdürebilmeleri amacı ile burslar ve başka yollarla gerekli yardımları yapacağı belirtilmiştir (Demirtaş 2019). Milli Eğitim Temel Kanunu (1973)’nun 4. maddesine göre “*temel eğitim görmek her Türk vatandaşının hakkıdır. Eğitim kurumları, dil, ırk, cinsiyet ve din ayrımı gözetilmeksizin herkese açıktır. Eğitimde hiçbir kişiye, aileye, zümreye veya sınıfa ayrıcalık tanınamaz*” 7. Maddesine göre; “*Eğitimde herkese fırsat ve imkân eşitliği sağlanır. Temel eğitim kurumlarından sonraki eğitim kurumlarından vatandaşlar ilgi, istidat ve yetenekleri ölçüsünde yararlanırlar*” denmektedir (Aydın 2000).

Eğitim toplumsal bir kurum olarak içinde bulunduğu toplumsal gerçekliği yansıtır. Dolayısıyla insanın çağlar boyunca gelişimi sürecinde sosyalizasyon sağlama işlevi gören eğitim toplumsal farklılaşmanın etkilerini de bünyesinde barındırmıştır. Eğitim, klasik bir sınıflandırmayla, bireylere ve topluma parasal ya da parasal olmayan çeşitli getiriler sağlamaktadır. Bireylerin ve toplumun ne kadar getiri elde ettiklerini tespit etmek için de özel ve sosyal getiri değerleri üzerinde durulmaktadır (Yolcu 2011).

Özel Getiriler

Özel getiriler, eğitim gören bireyin elde ettiği ve topluma yansımayan faydalardır. Bu faydalar, eğitimin bireye, gelecekte istihdam olasılığını, verimliliği ve kazanma kapasitesini arttırarak daha fazla gelir elde etmesini ve dolayısıyla daha fazla mal ve hizmetten yararlanmasını sağlayacak biçimde ortaya çıkmaktadır. Parasal olarak ifade edilen bu faydalar, özel maliyetler ile karşılaştırılmakta ve bireyin özel getiri oranı olarak ifade edilmektedir (Güngör ve Göksu 2013).

Alınan eğitimin özel getiri oranı, eğitimin kademesine ve ülkenin gelişmişlik düzeyine bağlı olarak farklılaşabilmektedir. Örneğin Afrika ülkelerinde, yüksek öğretimin özel getiri oranı yaklaşık olarak %32 iken bu oran Latin Amerika ülkelerinde %23, Avrupa ülkelerinde ise %12 oranındadır. Bazı Latin Amerika ülkelerinde ise yüksek öğretimin özel getiri oranı %24, ortaöğretimin özel getirisi ise yaklaşık %15 civarındadır. OECD üyesi olan Belçika'da %13, Almanya'da %8, Kore'de %11, Hollanda'da %7, Portekiz'de %18, İtalya'da %9 ve Türkiye'de %19 oranında yüksek öğretimin özel getiri oranı olduğu ifade edilmektedir (Mammadov 2018).

Sosyal Getiri

Sosyal getiri, bireyin gelişimi ile topluma olan katkısının artması anlamına gelmektedir. Bu katkılar, eğitilmiş bireylerin ülkedeki verimliliği arttırmasıyla milli gelire artı yönde katkı sağlaması, kültürel ve akademik gelişim vs., şeklindedir. Sosyal getiriler, sosyal getiri oranı ile ölçülmekte ve toplumun kaynak dağılımı konusundaki kararları için bir ölçüt olarak kabul edilmektedir. Buna göre, sosyal getiri oranı, *“eğitimin bir bütün olarak toplum tarafından yüklenilmesi gereken sosyal maliyetleriyle, topluma sağlayacağı beklenen faydalar arasındaki ilişkiyi ölçmektedir”* (Gölpek 2012).

Sosyal getiri oranı da özel getiri oranı gibi, ülkelerin gelişmişlik düzeyi ve eğitim kalitesi ile eğitim kademesine göre farklılaşabilmektedir. Örnek olarak; Afrika ülkelerinde %32, Latin Amerika ülkelerinde %23, gelişmiş ülkelerde yaklaşık %12 oranında eğitimin getirdiği bir sosyal kazanımdan söz edilebilmektedir. Bazı Latin

Amerika ülkelerinde yükseköğretim kademesinde bu oran, Arjantin’de %18, Brezilya’da %22, Şili’de %24 ve Bolivya’da %14’dür. Ortaöğretimde ise bu oranlar sırasıyla %8, %15, %12 ve %8’dir. Türkiye’de kamu personeli maaş verilerinin kullanıldığı çalışmaya göre, yükseköğretimin sosyal getiri oranı yaklaşık %33’dür (Aksu 2016).

2.1.1 Uzaktan Eğitim

Uzaktan eğitim; “*kaynak ile alıcının öğrenme – öğretme süreçlerinin büyük bir bölümünde birbirlerinden ayrı (uzak) ortamlarda bulunduğu alıcılara öğretim yaşı, amaçları, zamanı, yeri ve yöntemi vb. açılardan “bireysellik”, “esneklik” ve “bağımsızlık” olanağı tanıyan, öğrenme – öğretme süreçlerinde; yazılı ve basılı materyaller, işitsel araçlar, teknolojiler, yüz yüze eğitim gibi materyal, araç ve teknoloji ve yöntemlerin kullanıldığı, kaynak ile alıcılar arasındaki iletişim ve etkileşimin ise etkileşimli tümleşik teknolojilerle sağlandığı planlı sistematik bir eğitim teknolojisi uygulamasıdır*” (Kaya 2002).

Uzaktan eğitim, ilk olarak Wisconsin Üniversitesinin 1892 yılı eğitim kataloğunda yer almış ardından, aynı üniversitede yönetici olan W. Lighty tarafından 1906 senesinde eğitim ile ilgili bir makalede yer almıştır. Uzaktan eğitim konusu daha sonra, Alman eğitimci O. Peters tarafından 1960 ve 1970’lerde Almanya’da tanıtılmış ve ardından Fransa’da uygulanmaya başlamıştır (İşman 2008).

Uzaktan eğitim başladığı yıllarda teknolojik imkânlar nedeni ile mektuplaşma şeklinde yapılmış, ardından yine teknolojiye koşut olarak radyo, TV, telefon ve günümüzde de elektronik mektup, bilgisayarlı konferans ve internet gibi çok ortamlı sunu sistemlerinden yararlanılarak yapılmaktadır (Bozkurt 2017).

Uzaktan eğitimin tipik özellikleri aşağıdaki gibi sıralanmaktadır (Şahin ve Tekdal 2005, Gökçe 2008, Demir 2014, Dinçer 2016, Bozkurt 2017, Can 2020):

- Kişiselleştirme: Günümüzde geçerli olan geleneksel örgün eğitim bireysel algı ve yeteneklere göre değil, kollektif birlikteliğe ve onun genel seviyesine göre düzenlenmektedir. Bu durum bireysel yetenekleri

fazla olan öğrencilerin körelmesine yol açtığından elzem olan öğrencilerin bireysel özelliklerine uygun ders içerikleri ile hazırlanan eğitim sistemine geçilmesidir. Uzaktan eğitim, genel olarak bu anlayışın gerçekleştirilmesinde etkilidir.

- Özelleştirme: Geleneksel eğitim sisteminde öğrenciler, sınıf ortamında bulunmak durumunda olduğundan algıları bir yerden sonra bozulabilmektedir. Uzaktan eğitim sisteminde ise, öğrenci sınıf ortamından kopararak kendi seçtiği rahat bir ortamda ders alabilmektedir. Bu sistemde, kurumsal öğrenmenin yerini bireylere göre özelleştirilmiş öğrenme alır.
- Endüstrileşme: Artan nüfus ve eğitim ortamlarının yetersizliği, oluşan bu ihtiyacı gidermek için üretim ve hizmet endüstrilerinde olduğu gibi, eğitimde endüstrileşme yoluna gitmiştir.
- Geleneksel eğitime uygun olmayan öğrencilere hizmet verme: Örgün eğitim kurumuna devam etme imkânı olmayan ya da fiziksel ve psikolojik olarak hareket alanı kısıtlı olan bireylerin eğitime katılabilmesine olanak sağlar. Bu kişilere örnek olarak, tam zamanlı çalışanlar, memurlar, farklı şehir veya ülkelerde ikamet edenler, engelliler ve hükümlüler gösterilebilir.
- Hareket kabiliyeti: Uzaktan eğitim, teknolojinin imkânlarından faydalanarak, iki yönlü video konferans sistemleri, bilgisayar ve cep telefonlarını kullanarak eğitimin hareket kabiliyetini önemli ölçüde artırmaktadır.
- Hızlı geri besleme: Öğrenciler, uzaktan eğitim sayesinde e-posta yoluyla, dünyanın her yerinden günün her saatinde çalışmalarını eğitim kurumu ile paylaşabilmekte ve çalışmaların değerlendirme sonuçlarını da aynı şekilde derhal WEB üzerinden alabilmektedirler.
- Diğer eğitim sistemlerine göre ucuz olması: Uzaktan eğitim için gerekli olan alt yapıların maliyeti geleneksel örgün eğitimden daha ucuza mal olmaktadır. Bu durum öğrenci başına düşen maliyetin azalmasına ve

bunun sonucu olarak da daha çok insana ulaşılmasına olanak vermektedir.

- Vergi yükümlülerine eğitim: Ulusların eğitime sağladığı eğitim bütçesi ile ancak sınırlı sayıda öğrenciye ilköğretim, lise ve üniversite düzeyinde eğitim verilebilmektedir. Devlet söz konusu bütçeyi topladığı vergilerden karşılamaktadır. Vergi veren mükelleflerin profesyonel iş hayatında sürekli yenilikleri takip etmesi gerektiğinden uzaktan eğitim bu mükelleflerin eğitim alanındaki ihtiyaçlarını karşılayabilmektedir.

Türkiye ilkokul, ortaokul, liseler ve yükseköğretim kurumlarında 12 Mart 2020’de yüz yüze eğitime ara verdi. Uzaktan eğitim ise 23 Mart 2020 tarihinde ilkokul, ortaokullar ve liseler için Eğitim Bilişim Ağı (EBA) TV aracılığıyla başladı. Yükseköğretim Kurulu (YÖK) ise yükseköğretimin bahar döneminde tamamen açık ve uzaktan sürdürülmesine karar verdi. Okullara ilk ara veren 11 Şubat’ta Moğolistan olurken, 1 Nisan 2020 tarihinde örgün eğitime ara veren ülke sayısı 195’i bulmuştu (Korlu 2020). Bu durumdan dünyadaki öğrencilerin %90’dan fazla bir kısmı olan 1,5 milyarın üzerinde öğrenci, Türkiye’de ise 18 milyon öğrenci ve milyondan fazla eğitim emekçisi etkilendi (Keskin ve Özer 2020).

2.2 Spor

Ekonomik, sosyal ve kültürel kalkınmanın en önemli unsuru insandır. İnsanların bedenlen, ruhen, fikren gelişmelerini ve bunlar arasında koordinasyon yeteneğini sağlayan ise spordur (Yetim 2000). Spor, “*fiziki güç ile irade ve azmin, akıl ile tekniğin bir sentezi*” (Güven ve Demirhan 2006), sosyal bir bilim ve çağımızın en önemli toplumsal güçlerinden birisidir. Toplumsal bir güç olarak sporun, katılımcılara hem ruhsal hem bedensel faydaları vardır. Sağlıklı olma hissinden ve memnuniyetten kaynaklanan yararların yanında aktif rekreasyonla birlikte sağlık üretimi işlevine direk pozitif girdi sağlar (Demir ve Filiz 2004).

2.2.1 Sporun Amacı

Günümüzde insanların fiziksel, duygusal ve toplumsal bakımdan gelişimi grup çalışmasının kolaylaştırılması, karşılıklı dayanışmanın sağlanması ve toplum üyeliğinin kazanılmasının en kolay yollarından biri spor olgusudur. Spor, bir takım fiziksel aktiviteler bütünü olmasının yanı sıra insanlara bir kişisel ve sosyal kimlik hissi ve grup üyeliği duygusu vermesi ile bireyin sosyalleşmesine yardımcı olan bir kavramı ifade eder (Yıldız 2009).

Spor, büyük önem verilen birçok sosyal değerin oluşmasına ve sürekli hale gelmesine yardımcı olur. Spor bu işlevi birçok yolla başarabilir. Spor kavramı içerisinde insanların kendilerini ifade edecekleri bir alanın bulunması en azından bu tür etkinliklere destek vererek bir sosyalleşme süreci içerisinde yer almaları psiko-sosyal bakımdan gelişmelerine yardımcı olmaktadır. Sosyalleşme birey ve toplum açısından farklı bir anlam taşır, toplum açısından kültürün kuşaktan kuşağa devrini ve bireyin, örgütlenmiş bir sosyal hayat içerisinde belirlenmiş normlara uymasını sağlar. Bu açıdan sosyalleşme bireyin benlik ve kişiliğini oluşturan temel etkenlerden biridir.

2.2.2 Sporun Yararları

2.2.2.1 Sporun Fizyolojik Yararları

Düzenli yapılan bedensel egzersizler, sağlık için çok önemlidir. Egzersizler; kasların, kemiklerin, eklemlerin, kalp-damar sistemi ve fonksiyonlarının en uygun şekilde çalışmasını sağlamaktadır. Dayanıklılık sporları (Uzun mesafe koşuları, bisiklet, uzun mesafe yüzme vb.) yapanlarda kronik arter hastalığı hipertansiyon ve şeker hastalığı daha az görülür (Pepe ve Türkay 2017).

İnsan vücudu kendine has yetenekleri olan mükemmel dizayn edilmiş bir mekanizmadır. Merkezi sinir sistemimiz yaşamın dinamizmini kontrol ederken, Kalp, insanın hayatı boyunca düzenli olarak vücuduna kan pompalar. Sürekli olarak yapılan egzersizler sayesinde, sindirim, solunum ve boşaltım sistemi sağlıklı çalışırken, yine egzersizler sayesinde iskelet ve kas sistemlerinin performansı artırılır. Uzun bir süre boyunca hareketsiz durumda kalan insanların vücudu hareket kabiliyetini kaybeder ve

pek çok sağlık problemleri ortaya çıkar (Kaplan ve Ardahan 2013). Düzenli egzersizler sayesinde, koroner kalp damarlarından geçen kan miktarı artarken, damarların genişlemesini sağlayarak kalbin her bölümüne daha fazla kan ulaşmasını sağlar. Düzenli antrenmanlar orta düzeylerdeki hiper tansiyonda, kan basıncını düşürebilir. Fakat şiddetli hipertansiyonda bu etki azdır (Biçer ve ark 2009).

Maksimum oksijen alımı sporcuların kondisyon durumlarını belirleyebilmede veya en azından tahminlerde bulunmak da sıkça kullanılan bir değerdir. Fakat, dolaşım, solunum ve metabolizma ile ilgili değerlendirmelerde maksimum yükten daha düşük yükler ile yapılan ölçümlerin sonuçları kondisyonu belirleme aşamasında maksimal O² kullanımından daha değerli olabilmektedir (Arslan ve ark 2011). Spor ile ilgilenen insanların amacı, insanın beden ve ruh sağlığını geliştirerek zgven kazanmasını sağlamak ve performansını st düzeye çıkarmaktır (Meydanlıoğlu 2015).

Spor egzersizleri düzenli ve sistemli olarak yapıldığı zaman, en fazla kasları etkilemektedir. Yapılan bazı çalışmalara göre; dinamik bir şekilde yapılan bütün bedensel alıştırmalarda, %75 ila %90 arası yüklemelerin, kas kuvvetini geliştirdiği belirlenmiştir. Başka bir çalışmada ise %80'lik yüklenmelerde yapılan egzersizler kas kuvvetinin gelişimini artırmaktadır. Kas kuvveti geliştirildiğinde sürat ve çabukluk kazanılmış olur (Türksoy 2019).

Sporcularda kalbin büyümesi, yaptığı spora uyumun bir sonucudur. Bu büyüme Patolojik değil fizyolojik büyümedir. Yurtdışı kaynaklı araştırmalara göre; düzenli olarak spor yapanlarda, kalbin biraz büyüdüğü ve geliştiği gözlemlenmiştir. Kalp, futbol egzersizlerinde basınç ve yoğunluk yükü ile, bisiklet ve dayanıklılık koşularında ise kalp yoğunluk yükü ile karşılaşır. Yoğun spor yapanlarda kondüsyon gücü arttıķa kalp büyümesi de artar (Yazıcı 2014).

Hareketsiz sosyal yaşantıda kalbimiz dakikada ortalama 70-72 civarında bir atım sayısına sahiptir. Kalp her atımda vcoda 70 cm³ kan pompalar. Kalbin, dinlenirken yaptığı pompalama kapasitesi ise dakikada beş litredir. Saatte dört km hız ile yürümekte olan bir kişide her dakika sekiz litre kan dolaşımı sağlanmaktadır. Saatte yirmi km hızla koşan bir atletin kalbi ise dakikada otuz ila otuz altı litre kan

pompalayabilmektedir. Konu ile ilgili olarak yapılan bir araştırmaya göre; egzersiz yapılırken kalbi beslemekte olan ve beyine kan pompalayan damarlarda dolaşım durumları incelenmiş ve egzersizlerin kalp ve beyine daha fazla miktarda kan gitmesini sağladığı tespit edilmiştir (Bayar 2003).

2.2.2.2 Sporun Psikolojik Yararları

Birey spor yoluyla toplumu, kuralları, meslekleri, gelenek ve görenekleri, iyi ve kötüyü, doğruyu yanlış öğrenirken aynı zamanda kişiliğın şekillenmesinde de rol oynamaktadır. Spor kurallarına bağılı olarak çalışma kurallarının öğrenilmesi ve bireylerin disipline edilmesi de önemlidir (Hazar ve ark 2018).

Psikolojik açıdan spor, zevk alma ve mutlu etme duygusu yaşatmaktadır. Günümüz hastalığı stres ile başa çıkmada en önemli etken kuşkusuz spor etkenidir. Spor yolu ile günlük yaşantımızda karşılaştığımız sıradan hayat tarzı ve anlayışını ortadan kaldırmamız mümkündür. Spor bireyleri rahatlamanın yanı sıra onların mutlu olmasını da sağlar (Güçlü ve Yentür 2008).

Spor eskiden beri bir ahlak ve kültür okulu olmuştur. Spor, irade kontrolü, başarma azmi, ilerleme isteğı gibi duyguları bireylere kazandırarak insanın içgüdüsünde var olan yıkıcı, saldırgan, kırıcı, tahammül edilemeyen dürtülerini pozitif hâle getiren bireysel ve toplumsal gelişmenin yanı sıra insanların kişilik kazanmasında etkili olan bir olgudur (Kuru 2000). Yine insanın yapısında bulunan saldırganlığa karşı barışçı boşalma imkânı sağlamakta, bu dürtünün kontrolü için uygun bir yarışma ortamı oluşturmaktadır.

Diğer psikolojik faydaları ise şu şekilde sıralamamız mümkündür (Kuru 2000, Özdağ ve ark 2006, Ağkurt 2018):

- Saldırganlık ve negatif tutumları minimuma indirger.
- Yalnızlık duygusunu en aza indirger.
- Aşırı kompleksli insanların tedavisine katkı sağlar.
- Seksüel dürtüleri fiziki harcamalara çevirir.

- Kişilik oluşumuna olumlu katkı sağlar, mücadeleyi ve dayanma gücünü artırır.
- Sorumluluk duygusunun oluşmasını sağlar.
- Kendini ifade etme ve neleri gerçekleştirebileceğini ispatlama konusunda imkânlar sağlar.

2.2.2.3 Sporun Ekonomik Yararları

Gerçekleştirilen sportif organizasyonlarda yer alan spor branşları gereği, kullanılmak zorunda olan araç ve gereçlere, malzemelere ihtiyaç duyulmaktadır. Kullanılan malzemelerin üretim aşamasında yer alan tüm birimlerin bu sanayi içinde ekonomik rant elde etmeleri ve bu yarışmalarda yarışan sporcuların gelir elde etmeleri sporun ekonomik yönden katkılarının açık bir göstergesidir (Terekli ve Çobanoğlu 2018).

Yine sportif organizasyonlarda gerçekleştirilen aktivitelerin farklı yerlerde gerçekleştirilmesi, bu yerlere yapılan seyahat organizasyonlarının, turizm sektörünün hareketlenmesine yol açması, bu hareketliliğe bağlı olarak parasal harcamalarda bulunulması sporun bir başka şekilde ekonomiye katkısını ortaya koymaktadır (Koçak ve ark 2013).

Spor branşlarının çok sayıda olması ve bu branşlar içerisinde çok çeşitli aktivitelerin bulunması ekonomik düşünmeyi de beraberinde getirmiştir. Özellikle kitle iletişim araçlarının gelişmesi ve yaygınlaşmasıyla birlikte spor da yaygın bir şekilde yapılmaya başlanmış ve buna bağlı olarak ekonomik rakamlar ortaya çıkmıştır. 1990'lı yıllardan itibaren sporun ekonomik önemi daha çok kendini hissettirmeye başlamıştır (Karaca ve Beyhan 2017).

Özellikle Dünya'da ve Türkiye'de büyük ticari Şirketler sporun bu ekonomik önemini kavramış olmakla, bugün bu alana inanılmaz rakamlarda yatırımlar yapmaktadırlar. Sadece olimpiyatların yapılacağı ülkenin seçiminde bile, büyük devletlerarası kulis faaliyetleri yapılmaktadır. Olimpiyatları alan ülkeler sadece ekonomik yönden değil turizm, sanayi, ticari gibi çeşitli alanlarda da olumlu yönde

etkilenmektedir. Şöyle ki sadece televizyon naklen yayınları için, milyar dolarlar ödenmesi rakamların büyüklüklerini göstermesi açısından yeterlidir (Ardahan ve Lapa 2011).

2.2.2.4 Sporun Toplumsal Yararları

Spor bireyin dinamik sosyal çevrelere katılımı sağlayan bir sosyal etkinlik olması özelliğinden dolayı kişinin sosyalleşmesinde önemli bir role sahiptir. Modern toplumlarda sporun çoğunlukla kollektif bir etkinlik olduğu göz önünde bulundurulduğunda, sportif faaliyetler aracılığı ile, spor ile ilgilenen bireyler değişik insan grupları ile sosyal ilişkiye girmektedir (Bayraktar 2003). Spor, bireyin kendi dar dünyasından kurtularak başka ortamlarda, başka kişilerden, inançlardan, düşüncelerden insanlar ile diyalog içinde bulunmasını, onlardan etkilenmesini ve onları etkilemesini sağlamaktadır. Bu yönü ile sporun, yeni dostluklara kurulmasına, pekiştirilmesine ve sosyal kaynaşmaya destek sağladığı söylene bilir (Zengin ve Öztaş 2008).

Spor sadece spor yapanlar değil izleyici kitleler arasında da önemli bir sohbet ve muhabbet konusu oluşturmaktadır (Küçük ve Koç 2004). Başlangıçta bireysel bir aktivite olarak başlayan spor faaliyetleri, daha sonra toplumsal bir nitelik kazanarak geniş kitlelere yayılmayı ve kabul görmeyi başarmıştır (Küçük ve Acet 2002).

Spor, insanların günlük hayatının tüm yönlerine etki eden önemli bir aktivitedir. Toplumlara birleştirici etkisi olduğundan itibarlı bir yere de sahiptir. Sporun asıl gücü de onun bu yönü ile ölçülmektedir. Ayrıca spor, toplumsal sosyalleşme ve sosyal değişme aracı olarak da hizmet eden olağanüstü bir yöntemdir. Spor, büyük önem verilen birçok sosyal değerın oluşmasına sürekli hale gelmesine yardımcı olur. Bu değerler çok çalışmayı, fedakârlığı, hakkaniyeti, sadakati, sorumluluğu, güvenilirliği hoşgörüyü ve kendine disiplin altına almayı kapsamaktadır (Gök ve Sunay 2010).

2.3. Sosyal Bütünleşme

Bütünleşme kavramı, “dayanışma”, “tutunum”, “birlik”, “uyarlanma” “denge”, ve “armoni” kavramları ile eş anlamlı kullanılmaktadır. Bütünleşme, “amalgamasyon”, “özümseme”, “sosyalizasyon” “akkültürasyon” gibi sosyal süreçlere işaret eder. Bütünleşme, sosyal sistemin bir unsuru, toplumun üyeleri arasındaki karşılıklı bağımlılıktır. Bütünleşme, birbirinden ayrılan parçaların bir vücut haline gelmesini sağlayan bir süreçtir. Sonuç olarak bütünleşme, bir tür örgütlenme sürecidir. Toplumun çeşitli faaliyetlerinin birbiri ile ahenkli olma derecesidir.

2.3.1. Sosyal Bütünleşmenin Tanımı

Sosyal bütünleşme; *“herhangi bir toplum ve sosyal grup içinde hâkim olan dini ve sosyo-kültürel değerlerin toplumu meydana getiren bireyler tarafından alınarak kendilerine mal edilmesi ve böylece bireylerin toplumun sosyokültürel değerlerini kazanarak onunla uyumlu bir halde yaşama durumuna gelmeleri”* sürecini ifade etmektedir (Akarsu 2015). Bu tanımdan anlaşılacağı üzere sosyal bütünleşme oldukça geniş bir kapsama sahiptir. Sosyal bütünleşme ile ilgili bu tanımdaki ifadelerle göre kavram toplumda ortak değerler etrafında bir araya gelmeyi ifade etmektedir.

Başka bir tanımda sosyal bütünleşme; *“bir cemiyette maddi ve manevi kültür unsurlarının bir araya gelerek bir mana ifade edecek ve işleyen bir bütün meydana getirecek tarzda birbirlerini tamamlamalarıdır”* (Yılmaz ve ark 2006). Sosyal bütünleşme ile birlikte toplumu oluşturan üyelerin farklı unsurların varlığına rağmen kaynaşmaları, uyum içinde varlıklarını sürdürmeleri ifade edilmektedir.

Sosyal bütünleşme, beklentiler ile sosyal sistemin sundukları arasındaki uyumu yansıtmaktadır (Balcı ve ark 2012). Toplumdaki bütünleşme, toplumsal düzenin korunması ve toplumdaki ilişkilerin sağlıklı bir şekilde yürümesi açısından önemli bir kavramdır. Bu nedenle sosyal bütünleşmenin sahip olduğu kapsamın belirlenmesi önemli bir konudur.

Sosyolojik anlamda bütünleşme kavramı ile genellikle, bir toplumu oluşturan unsurlar arasındaki uyum veya ahenkli işleyiş anlatılmaya çalışılmaktadır. Başka bir deyişle bütünleşme kavramı, *“toplumu meydana getiren bireyler, gruplar, kurumlar ve kuruluşlar arasındaki ahenkli bütünlük, işlevsel birliktelik ya da uyumlu işleyiş olgusu”*nun karşılığı olarak kullanılmaktadır (Karaca 2012).

2.3.2 Sosyal Bütünleşme Çeşitleri

2.3.2.1 Normatif Bütünleşme

Toplum ilişkilerinin normlar etrafında şekillenmesi durumunda, toplumsal ilişkilerde ahenkli bir şekilde gerçekleşecektir. Bu süreçte kişilerin davranışları toplumsal kurallar çerçevesinde bütünlük bir yapı içerisinde seyredecektir. Bu süreçte normatif bütünleşme adı verilmektedir (Hacıkeleşoğlu 2016).

Normlar, değerler ve fikir üzerinde anlaşmayı sağlamaktadır. Bu sebeple, bir toplumda üyelerinin kendi kültürlerini üstün görüp tercih etmeleri grup içindeki sosyal kontrolü kuvvetlendirmektedir. Bireyin kendi nefesine karşı duyduğu saygı, kişiliğinin belirmesi yönünde nasıl etkili bir faktör oluşturursa, kendi grubunun kültürüne karşı duygusu da birleştirici bir unsur olmaktadır. Kültür taassubu bu sebeple bütünleşmede grup içi ilişkilerde olumlu etki yaparken, gruplar arası ilişkilerde ise, olumsuz etki yapmaktadır (Dönmezer 1982).

Parsons, normatif bütünleşmeyi detaylı bir şekilde incelemiştir. Toplumsal değerlerin sosyal sistem yapısı kapsamında müesseseseleşmesi durumunda bu çeşit bütünleşme meydana gelmektedir (Çınar 2007). Toplumda meydana gelen yüksek derecede bir normatif bütünleşme sosyal istikrarı dolayısıyla da sosyal sistemin sürekliliğini sağlamaktadır. Çünkü bu yolla, toplumdaki mevcut üyelerin sosyal normlar üzerinde ittifakı sağlanmış olacağı gibi, ayrıca bu normların nesilden nesile aktarılması ve gelecekteki nesillerin bu normlara göre hareket etmeleri de sağlanmış ve dolayısıyla sosyal sistem devamlılık kazanmış olacaktır (Yıldırım 2020).

Kişilerin sosyal normlara sahip olmaları, toplumun bir üyesi olmaları ortak kültürü taşımaları ile mümkündür. Bu da ortak kültürü öğrenme ve sosyalleşmeleri ile

gerçekleşmektedir. Birey, kültürü toplumda hazır olarak bulmakta ve toplumun bütününe ait kültürün alıcısı konumuna geçmektedir. Kültür, sosyal bütünleşmenin çimentosudur (Ersoy 2018).

Başka bir taraftan, normatif bütünleşme sağlanmadığında, uyum farklı değer yargıları içinde sağlanmakta, kendisi dışındaki değer yargılarıyla ilişkisi ise, herkes için bağlayıcı hukuk kurallarıyla sağlanmaktadır. Yani buradan anlaşıldığı üzere, modern toplumlarda hukuk, değer yargıları düzenleyerek meydana gelen uyumsuzlukların çatışma halini almasını engellemektedir. Hukuk ve vatandaşlık şuurunun bir sistem ve kültür halini almadığı toplumlarda, norm ve değer farklılığı bütünleşme değil de çatışmaya neden olabilmektedir. Hukuk ve kültür bakımından millet olamamış; etnik, mezhepsel ve sınıfsal olarak bölmelere ayrılmış bazı Ortadoğu toplumları veya pek çok Afrika halkı bu duruma örnek olarak verilebilir (Yıldırım 2020).

2.3.2.2 Fonksiyonel / İşlevsel Bütünleşme

Ayrı ayrı kültürel unsurların birleşerek toplumu bir bütün olarak oluşturmaları ve fonksiyonel olarak bir araya gelmeleri bu bütünleşme türünü ifade etmektedir. Örnek olarak otomobil parçaları birbirine eklenmeyip bir yerde yan yana durdukları zaman mekânî birlik teşkil ederler. Ancak bu parçalar, monte edilip bir otomobil teşkil edecek şekilde birleştirildiğinde işleyen bir bütün meydana getirdiklerini söyleyebiliriz. Bu işleyen bütünden bir parça çıkarıldığında bütün bozulur ve istenilen faaliyet durur (Sancaktar 2013).

Bireyler ile bağlı oldukları gruplar arasında da aynı ahenk, uyum ve benzerlik söz konusudur. Burada benzerlikten kasıt, kişilerin aynı karakteristik özelliklere sahip olmasıdır. Durkheim, küçük bir toplum içinde tüm bireylerin ortak benzerlik özelliklerinin meydan getirdiği uyumu mekanik dayanışma olarak ifade etmiştir (Özdil 2017). Bu dayanışma, ortak değer ve inançların toplamıdır ve kişilerin ve grupların etkin bir şekilde iş birliği yapabilmelerini sağlamaktadır. Buna karşılık olarak, iş bölümünden ortaya çıkan dayanışma “organik dayanılma” olarak adlandırılmıştır.

Organik dayanışmaya günümüzde fonksiyonel bütünleşme denmektedir (Dönmezer 1982).

Mekanik dayanışmada kişiler, belirli davranış şekilleri altında, bir makinenin aynı işi yapan parçaları gibidirler. Mekanik dayanışma, kır bölgelerine özgü bir dayanışma iken, organik dayanışma gelişmiş bölgelerde veya gelişmiş toplumlarda meydana gelmektedir. İş bölümünün önemli olduğu alanlarda, herhangi bir alanda meydana gelen aksaklık diğer tüm çalışmalara da etki etmektedir (Şahin ve Coşkun 2009).

Toplumdaki iş bölümü, fonksiyonel bütünleşmenin gerçekleşmesi için tek başına yeterli değildir. İş bölümü, fonksiyonel bütünleşme için en zaruri etmen olmasının yanı sıra, yeterli olmayabilir. Bununla birlikte iş bölümünün dışında toplumsal bütünleşmeyi sağlayan değer, hüküm, kurum ve tedbirlerinde bütünleşmede rol alması gerekmektedir (Şimşek ve Şimşek 2013).

Refah seviyesinin yüksek olduğu, insan ihtiyaçlarının daha iyi karşılandığı toplumlarda bütünleşme daha yüksek seviyede gerçekleşmektedir. Temel ihtiyaçların en iyi karşılandığı yere doğru bir akış gerçekleşmektedir. Çeşitli sıkıntılara rağmen Almanya'dan yurda dönmeyen Türkler, Fransa'yı kendi ülkelerine tercih eden Magripliler ya da Amerika'dan yeşil kart almak için mücadele veren çeşitli ülkelere göçmenler, fonksiyonel bütünleşmenin somut belirtileridir. Refah ve gelişmişlik insanları doğduğu değil, doyduğu topraklarla bütünleşmeye itmektedir. Modern toplumlarda ideallerden ziyade işlevler bütünleşmenin yönünü belirlemektedir (Özdil 2017).

2.3.2.3 Mânâ Etrafında Bütünleşme

Sosyo-kültürel bütünleşme tipleri arasındaki en mükemmel entegrasyon çeşidi mânâ etrafında bütünleşmedir. Mânâ etrafında bütünleşmede maddi birliğin yanı sıra manevi birlik de söz konusudur. Fonksiyonel olarak bütünleşmiş bir toplumla kültürün çeşitli unsurları arasındaki ilişki bir makinenin parçaları arasındaki ilişki kadar sıkıdır. Bu parçalardan biri kültürel sentezden çıkarıldığı hâlükârda toplum mekanizması felce

uğrar. Ancak birbirine bu kadar sıkı bağlı parçalar arasında manevi bir birliğin olması gerekmez. Bir makinanın çarkları kadar birbirine karşı hissiz ve anlayışsız olabilirler (Türkkahraman ve Fidan 2005).

Ancak, mânâ etrafında bütünleşmiş toplumlarda durum daha farklıdır. Bu tür toplumlarda ortak kültürel öğeler ve değerlerin meydana getirdiği öz, karakter ve pekiştirici anlam bakımından birbirini tamamlarsa, toplum sağlam bir yapı oluşturduğu için parçalanmaz ve varlığını sürdürür. Toplumun inançları, örf ve adetleri, değer hükümleri gibi sosyal değerler binanın tuğlalarını birbirine bağlayan harç görevi görürler. Bu sosyal değerler sarsıntıya uğrar ve zarar görürse toplumda çözülme kaçınılmaz olur. Bir din ve milli idealin mânâ etrafındaki bütünleşmeyi sağladığına inanılır (Bilgiseven 1993).

2.3.2.4 Mecburi Bütünleşme

Mecburi bütünleşme, biraz daha tali ve iğreti bir bütünleşmedir. Temelde üç nedenle gerçekleşir. Bireyler özellikle ekonomik, güvenlik veya hürriyet sorunları yaşandığında, kendi toplumunu terk ederek bir başka toplumla mecburen bütünleşme eğiliminde olur. Çoğu zaman buradaki zorunluluğu belirleyen şey bireyin kendi algıları ve kararlarıdır (Güven 2017).

Mecburi bütünleşme eğilimi, önce fonksiyonel sonra da normatif olarak, süreç içinde tam ve devamlı bir bütünleşmeye dönüşebilir. Aynı zamanda, dönemsel ve geçici de olabilmektedir. Şartlar, zaman, zemin, aktörler ve fırsatlar değiştiği zaman, bütünleşmedeki mecburiyet de değişmektedir. Yani buradan anlaşıldığı üzere bütünleşme, zamanla değişen dinamik bir süreçtir. Kişiler, eğer daha iyi bir alternatifleri yoksa kendi alt ve karşıt kültürlerinden koparak toplumun geneliyle bütünleşme eğiliminde olurlar. Dolayısıyla sosyal bütünleşme genel itibarıyla faydacı ve mantıklı bir karar alma sürecidir. Mânâ birliği oluşturabilmiş toplumlar, diğer toplumlarla bütünleşme bakımından daima daha güçlü bir alternatifirler. Aksi taktirde, toplumsal, kültürel, işlevsel riskler ve tehditler barındırırken, böyle bir psikoloji içinde halkın çoğunluğu hatalı ve eksik olmasına rağmen kendi dinî ve milli kültürü içinde var olmayı tercih eder (Aydınalp 2015).

2.3.3. Sosyal Bütünleşmenin Gerçekleşmesi İçin Gerekli Temel Şartlar

Kişilerin; aile, eğitim ve iş alanları gibi sosyal gruplarını farklı olmasına rağmen, gösterdikleri davranış kodları ve normları aynı ya da birbirine benziyorsa sosyal bütünleşmenin gerçekleşmiş olduğu söylenebilir. Sosyal normlar, toplum veya grup içinde değerler ve düşünceler üzerinde anlaşmayı sağlamaktadır (Gürsel 2011). O halde toplumdaki bireylerin oydaşması sosyal bütünleşmenin varlığından söz edebilmek için gerekli faktörlerden biridir (Fichter 2009).

Toplumların işleyişi ve dayanışması en az düzeyde olsa da bireyler arasındaki değerlerin ve normların paylaşıyor olması lazımdır. Bireylerin büyük bir kısmı, ortaklaşa üretilen bu değerler dizisine isteyerek uymaktadırlar. Bireylerin davranışlarında büyük farklar bulunsa da ortak bir anlayış geliştirmişlerdir (Aydın 2006).

Bir toplumun veya grubun ahlaki değerleri etrafında anlamlı ve mantıklı bir bütünleşme sağlanabilirse sosyal bütünleşme de gerçekleşmiş olur. Öyle ki toplumun bir üyesi olan birey, dayanışmacı ve toplumcu gibi özellikler taşımalıdır. Birey, toplum çıkarlarına zıt düşmeyen bir şahsiyet tipinde olmalı ve toplum içindeki manevi tatminden de zevk almalıdır. Sosyal bütünleşmeyi sağlayan faktörlerden bir diğeri de ailedir çünkü aile, sosyal bütünleşmenin temelini ilk olarak atıldığı kurumdur. Aile, kişinin, sosyal yaşama ve topluma adapte olmasında önemli bir öğretim işlevine sahiptir. Toplumun değer verdiği hükümleri, yaşama dair görüşleri, gelenek ve görenekler, öncelikle ailenin aracılığıyla kişilere aktarılır (Gürsel 2011).

Toplumda işbölümünün artması, eğitimde yeteneğe dayalı fırsat eşitliğinin sağlanması, gelir gruplarındaki sosyal adalet dengesinin doğru bir şekilde kurulması, toplumdaki pozisyonların doğuştan kazanılmasından ziyade bireyin başarısıyla elde edilmesi, ırkçılığın ortaya çıkardığı tahribatin önlenmesi, kültürel yabancılaşmanın önüne geçilmesi, eğitimin milli olma özeliğinin ve birleştiriciliğinin önemi, aile kurumunun güçlülüğü, kültür ve sanat aracılığıyla topluma birleştirici mesajlar gönderilmesi, kültürün genç nesillere aktarımında elzem bir araç olan dilin, kopukluğa

yol açmadan korunması, güçlü akraba ve dostluk ilişkilerinin sürekli olması gibi şartlar da sosyal bütünleşmenin sağlanmasında gereklidir (Erkal ve ark 2000).

2.3.4. Sosyal Bütünleşmeyi Engelleyici Faktörler

Toplumlarda bütünleşme, sürekliliği sağlayıcı ve dengeli yapı gibi unsurlardan meydana gelmiştir. Sosyal yapı içindeki bu unsurların mevcudiyeti, bir görev dahilindedir ve sistemi çalıştırır. Bu bağlamda sosyal yapı, bireyler arasındaki düşünce birliğine dayanır. Özetle sosyal bütünleşme, homojenlik ve durgunluktan ziyade farklılaşma ile beraber bütünleşebilmektir. Sosyal bütünleşmenin karşısı ise çözülmedir. Bu da toplum olabilme ve birlikte yaşayabilme bilincini ortadan kaldırır. Böyle bir durum toplumun sürekliliği için tehlikeler oluşturur (Gürsel 2011).

Milli topluma üye olma bilinci yerine genetik ve biyolojik özelliklerin kültür değerleri üstünde tutulması, kendi dışındaki insanları dışlayan etnosantrizmin ortaya çıkması, yabancı düşmanlığının oluşması, yerel değerlerin toplumun dışında ele alınması gibi nedenler sosyal bütünleşmenin önündeki engellerdir (Erkal ve ark 2000).

2.3.5. Spor ve Sosyal Bütünleşme

Spor günümüzde özellikle gelişmiş toplumlarda oldukça önemli faaliyetler grubunda yer almaktadır. Bu toplumlarda sportif faaliyetlerin pedagojik, toplumsal politik ve sağlık gelişiminde önemli rol üstlendiği fark edilmiştir. Bu alanlar spor sosyolojisinin ilgi alanına girmektedir. Dolayısıyla bireysel gelişimin her alanında spor oldukça önemli görevler üstlenmektedir (Voigt 1998, Tezcan 1997).

Bireysel gelişimin yanı sıra özellikle dezavantajlı grupların topluma kazandırılmasında spor oldukça etkili bir faaliyet alanıdır. Bu açıdan spor sosyolojisi yabancı çalışanlar, aileler veya mahkûmların uyum sorunlarını spor aracılığıyla gidermeye çalışmaktadır (Voigt 1998). Spor, toplumu birleştiren ve sosyalleşmeye katkısı olan bir güç olarak kabul edilmektedir (Küçük ve Koç 2015).

Spor, sağlıklı nesillerin yetiştirilmesi ve böylece çağdaş toplumların oluşturulmasında eğitimin önemli bir parçasıdır. Özellikle genç nesillerin beden ve

ruhen sağlıklı, sosyal yönü gelişmiş, sağduyulu ve ahlaklı olarak yetişmelerine büyük katkı sağlar (Yamaner 2018). Bu anlamda başarıya ulaşmak için sporun eğitimin her kademesinde öğrenciye uygulama, pekiştirme, sürekli ve hayatlarının bir parçası haline getirilmesi önemlidir (Koçak ve Güven 2018).

Gelişmiş toplumlar sporun bu işlevlerinin farkına vararak toplumdan her kesiminin sportif etkinliklere katılımını desteklemektedir (Ulseth 2004). Bu anlamda İtalya'nın bazı bölgelerinde yolsuzlukla mücadelede spordan faydalanılması sonucu toplumsal refahın arttığı gözlemlenmiştir. Bu bölgelerde sportif kulüplerin sayısının fazla olması ve katılımın özendirilmesi suç oranlarını aşağıya çekmiştir (Duman ve Alacahan 2010).

Kültürel entegrasyon anlamında da sporun etkisinden faydalanmak olumlu sonuçlar doğurmaktadır. Uluslararası müsabakalarda sporcuların birbirleri ile kaynaşması ve farklı kültürleri tanıyarak centilmen bir şekilde sportif faaliyetlere katılmaları onların farklı kültürlere daha saygılı yaklaşmasını, farklılıkları kabul etmesini, vizyonlarının gelişmesini sağlayacaktır. Spor sayesinde gelişen sorumluluk yüklenme, rolleri belirleme hoşgörü ve yeteneklerinin farkına varılması özgüven duygusunu geliştirecek farklılıklara saygılı olmayı besleyecektir (Matteucci 2017).

Diğer yandan sportif etkinlikler gruplara arası iletişimi ve grubun uyumunu olumlu yönde etkilemektedir. Bununla birlikte sosyalleşmeye de katkı sağlayacaktır. Grup içerisinde uyum akademik başarı, arkadaşlık, dostluk, paylaşım, iş birliği gibi yönleri destekleyerek özgüven düzeni olumlu etkilemektedir (Pomohacı ve Sopa 2017).

Ancak bu noktada spor ve beden eğitimi ve spor kavramlarının netleşmesi önemlidir. Sportif faaliyetler bir müsabaka ve yarış olarak algılanabilirken, beden eğitimi ve spor temelde bireyin fiziksel ve ruhsal sağlığının desteklenmesi açısından önemlidir. Dolayısıyla bu anlamda beden eğitimi ve spora eğitim kademelerinin her alanında yeterince yer verilmelidir (Yetim 2000, Koçak ve Güven 2018).

Sporun içerisinde ve spor yoluyla sosyalleşme, toplumda sporun sahip olduğu rol ile ilgili bir sorumluluktur. Toplumun antrenörlere, spor tesislerine, oyunculara ve kulüplere yapacakları yatırımlar ile bu rolün geliştirilebileceği ifade edilebilir. Spor yoluyla sosyalleşme, bir başka ifadeyle sporun sosyal rolleri, insan etkileşimini desteklemek ve pekiştirmek, ayrımcılık gözetmeyen dostluklar geliştirmek ve bireyin genel olarak esenliğini arttırmak şeklinde tanımlanabilir. Hangi branş olduğu fark etmeksizin gençler sporun içerisinde yer aldıklarında fiziksel, psikolojik ve duygusal gelişimlerine katkı sağlayacak bunun yanında farklı bireylerle olumlu ve sağlıklı ilişkiler de kurabileceklerdir (Baciu ve Baciu 2015).

Son dönelerde sporun yukarıda bahsedilen etkilerinin farkına varıldığı, sporun toplumsal refahı ve kültür düzeyini arttırdığı ve bu anlamda sosyal ve kültürel hayatta önem kazandığını ifade etmek mümkündür. Bunun sonucunda kişilerin spora katılım düzeyleri artmış, spor kulüplerinin sayısı artmış ve spor sektörü sosyal ve kültürel yaşamın bir parçası haline gelmiştir (Uzun ve ark 2013, Seippel 2005). Bu anlamda sporun her alanında yer alan kişilerin toplumsal sosyalleşmede önemli katkılar sağladığı ifade edilebilir.

Spora katılımın artması ile bireylerin fiziksel ve ruhsal sağlıklarında iyileşme görülmesinin yanı sıra bu anlamda yeni toplumsal grupların oluşması ve statü kazanması, genel olarak sosyalleşmenin artması söz konusu olmaktadır (Rusu ve Rusu 2017). Bu açıdan spor aktiviteleri bireye grup üyesi olma, grup içerisinde rol üstlenme, grup amaçları çerçevesinde hareket etme, paylaşım ve yardımlaşma duygularını besler (Mumcu 2017). Sporun en önemli özelliklerinden biriside din, dil, ırk ve etnik köken fark etmeksizin insanları bir araya getirmesidir (Eser 2011).

2.4. Özgüven Kavramı

Özgüven, bireyin herhangi bir aktivite faaliyetini gerçekleştirebileceği inancına sahip olması, bu anlamda yetenekli olduğunu düşünmesi ve verdiği kararlarına güvenmesi şeklinde ifade edilebilir (Eldeleklioğlu 2004).

Birey hayatına ne derece yön verebilirse ve kendisine ne kadar değer verirse o anlamda özgüven düzeyi de yüksek olacaktır. Bu açıdan değerlendirildiğinde özgüven düzeyi yüksek olan bireyler kendilerini sever, duygularını tanırlar, yeteneklerini farkına varırlar ve kendilerine güvenirler (Kasatura 1998).

Kişinin herhangi bir işi başarabileceğine dair inancı, yetenek ve özelliklerini farkında olması ve bu özelliklerini gerektiği anda kullanması onun özgüven düzeyi ile ilgili durumlarını kapsamaktadır (Şahin 2015).

Özgüven, bireylerin duygusal anlamda iyi oluş hallerini önemli ölçüde etkilemektedir. Kendisine güvenmeyen, ihtiyaçlarını karşılama aşamasında yetersiz hisseden bireylerin özgüven düzeyleri düşüktür. Bu noktada kendisini fakın varan ve kendisini tanıyan bireyler hem hayatlarını daha rahat bir şekilde sürdürecekler hem de çevrelerine faydalı olacaklardır (Mckay ve Fanning 2016). Farklı bir tanımlamaya göre bireyin davranışları ve bedeni ile uyumlu olarak geliştirdiği denetim özgüven olarak ifade edilmiştir. Bu özellikler bireyin sosyal ve toplumsal anlamda ilişkilerini düzenler (Gökner 2015).

Dolayısıyla toplumsal uyum ve sosyalleşme noktasında özgüven önemli bir belirleyicidir. Özgüveni düşük bireyler toplumsal anlamda diğer bireylere göre kendilerini daha eksik ve yetersiz hisseder. Diğer yandan bu durum sosyal ilişkilerini de olumsuz yönde etkiler, böylece kendini mutsuz hisseder (Kasatura 1998).

Bununla birlikte özgüven duygusu yüksek bireyler olayları hep pozitif yönden değerlendirir, karamsar düşünmez ve herhangi bir sorun meydana geldiğinde çözebileceğine inanırlar. Yapılacak işlere kolayca motive olurlar, bundan keyif alırlar, hatalarında ders çıkarırlar ve gelişime daima açıktırlar. Bu ise onları mutlu kılar. Diğer yandan bu kişiler diğer insanlara da olumlu duygular ile yaklaşırlar (Lindenfield 1997).

Literatür bilgileri çerçevesinde özgüven kavramını iç ve dış özgüven olmak üzere iki başlıkta incelemek mümkündür.

İç Özgüven

İç özgüven bireyin kendisi ile barışık olması, kendisine değer vermesi, kendisini sevmesi durumudur ve bunlar dört başlık şeklinde incelenmektedir (Lindenfield 1997).

- Bireyin kendisini sevmesi; bu kişiler kendilerini sever ve değer verir. Herhangi bir başarıda takdir beklerler. Toplumsal kabul ve ilgi hoşlarına gider. İnsan ilişkilerine hep iyi niyetle yaklaşırlar.
- Bireyin kendini tanıması; bu kişiler kendilerini tanımaktadırlar. Kendileri ile ilgili güçlü ve zayıf yönlerini bilirler. Kendi kriterleri doğrultusunda arkadaş seçiminde daha dikkatlidirler. Öz eleştiriye açıktırlar.
- Bireyin kendisine hedef koyması; bu kişiler kendileri ile ilgili hedefleri rahatça oluşturabilir ve bu hedefleri doğrultusunda çalışmaktan kaçınmazlar.
- Bireylerin hayata pozitif bakması; bu bireyler kişilere ve olaylara karşı daima pozitif yaklaşım sergiler. Geçmiş arkalarında bırakıp geleceğe umutla bakmasını bilirler. Değişime ve gelişime açıktırlar ve bu değişime uyum sağlayabilirler. Her türlü sorunu çözebileceklerine inanırlar.

Dış Özgüven

Bireyin ilişki içerisinde olduğu kişilere kendinden emin ve kendini sevdiği imajını yansıtması dış özgüven olarak ifade edilebilir ve üç boyutta incelenebilir (Lindenfield 1997).

- Diğer bireylerle iletişim kurabilmesi; bu kişiler konuşacakları ve dinleyecekleri zamanı bilirler. Dinlediklerinde gelen mesajı net anlarlar ve benden dilleri oldukça gelişmiştir. Kalabalığa karşı konuşmak onları zora sokmaz, aksine kendilerini rahatça ifade edebilirler.
- Bireyin kendini ifade edebilmesi; bu kişiler açık sözlüdür ve düşüncelerini ifade etmekten kaçınmazlar. Bu eylemi yaparken

toplumsal sınırların dışına çıkmazlar. Kendilerini anlatma ve karşı tarafı anlama noktasında başarılıdırlar. Rahatsızlık hissettiklerinde bunu kolayca karşı tarafa bildirirler.

- Bireyin duygularını kontrol edebilmesi; bu kişiler olaylara tepki verirken duygularını kontrol altında tutabilirler. Meydana gelen mutsuz olayları kolaylıkla atlatabilir ve hayatlarına devam edebilirler. Olumsuzluklar karşısında kendilerini savunabilir ve ilişkilerinde öncelikle sevgi ve mutluluğa yer verirler.

2.4.1 Özgüvenin Oluşumu

Özgüven, doğuştan değil sonradan kazanılan bir yetenektir. Bu anlamda kişilerde özgüven oluşumu hayatları boyunca karşılaştıkları olaylarla ilişkilidir (Gökner 2015). Mutluluk ve refah seviyesi ile ilgili olarak gelişmiş ülkelerde yapılan araştırmada refahın mutlulukla alakalı olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Buna göre refahın dışında özgüven sahibi kişilerin hayatlarında daha başarılı ve daha mutlu oldukları sonucuna ulaşılmıştır (Soner 2000).

Özgüven duygusu bireyin hayatında karşılaştığı olaylarla şekillenmektedir. Bu noktada özgüven duygusu düşük veya yüksek olabilmektedir. Bu duygu kişiden kişiye değişebildiği gibi deneyimlere ve koşullara göre de değişmektedir. Kişinin yaşamıyla şekillenir. Düşük ya da yüksek olabilir. Özgüvenin düşük veya yüksek olması ise bireyin hayatın farklı yönleri götürebilmektedir (Bilgin 2011). Bu anlamda bireyin öncelikle kendine değer vermesi ve sevmesi ayrıca olduğu gibi kabul etmesi özgüveni besleyen en önemli kriterlerdir.

Özgüven, geçici veya anlık bir durum olmadığı gibi bir kişilik özelliğidir. Özgüven gelişiminde anne baba tutumları oldukça önemlidir. Çocukluk döneminde isteklerin ve arzuların karşılanması ve çocuğun ihtiyacı olan sevginin verilmesi onun güvende olduğunu hissetmesine yardımcı olacaktır. Böylece çocuk çevresinde algılayabildiği alanı da güvenli olarak kabul eder. Diğer yandan çocuklar oldukça meraklıdır ve sürekli soru sorarlar. Bu süreçte çocuğa verilen tepki oldukça önemlidir.

Tüm bunlar çocuğun özgüven duygularının şekillenmesi aşamasında kritik önem taşımaktadır (Yavuzer 2002).

Diğer yandan özgüven duygusunun geliştirmesi aşamasında öncelikle bireyin kendisini farkına varması ve olduğu gibi kendini kabul etmesi ayrıca aşağıda sıralanan faktörleri gerçekleştirmesi gerekmektedir (Aksoy 2019):

- Özgüveni sağlamak için amaç oluşturun ve kendinize bu amacı gerçekleştireceğinize dair söz verin
- Kendinizi kısıtlamayın
- Hayal etmekten kaçınmayın ve bol bol hayal kurun
- Kendinizi her daim güvendedymişsiniz gibi hissetmeye çalışın.

İletişiminizde kendinize güvenir ve karşı tarafla o şekilde konuşursanız o denli güvenli hissedersiniz. Özgüveni yüksek bireyler hayatları boyunca psikolojik açıdan daha sağlıklı olmaktadır. Bu anlamda özgüveni etkileyecek durumların ebeveynler ve öğretmenler tarafından bilinmesi gerekmektedir. Bu anlamda kişide özgüven gelişimi ilk çocukluk yıllarında başlar ve hayatları boyunca da devam eder (Ceylan 2017).

Yukarıda ifade edildiği gibi özgüven duygusunun gelişimine etki eden faktörler vardır. Bu faktörler şu şekilde sıralanabilmektedir.

Ebeveyn tutumları

Anne baba tutumu özgüven duygusunun gelişimde etkili olan ilk ve önemli faktördür. Bu süreçte anne babalar çocuklarına güvenli bir ortam sağlamalı, çocukla ilişkilerini güven çerçevesinde geliştirmeli, çocuğun kendisini güvende hissetmesini sağlamalıdır. Bu çocuğun ileriki hayatında özgüven sahibi olması ve psikolojik gelişimi açısından oldukça önemlidir (Sağat 2016). Ayrıca bu süreçte çocuğun doğru bir şekilde desteklenmesi, başarılarında olumlu geri dönüşler alması ve sevilmesi onların özgüvenini olumlu yönde etkilemektedir. Dolayısıyla baskıcı, cezalandırıcı,

teşvik etmeyen davranışlar çocuğa zarar verecek ve özgüvensiz bireyler olmalarına neden olacaktır (Kaya ve Taştan 2020).

Akademik Başarı

Çocukların okul ortamı ve öğretmen tutumları da özgüven duygusunun gelişiminde çok önemlidir. Çocuğu cesaretlendiren ve destekleyen öğretmen onun özgüven gelişimini olumlu yönde etkileyecektir, aksi durumda zarar verecektir (Sağat 2016).

Kişinin Kendisini Değerlendirmesi ve Çevrenin Etkisi

Bireyin çevreden aldığı geri dönüşler onun özgüvenini etkileyecektir. Olumlu geri dönüşler özgüven duygusunu besleyecek, olumsuz geri dönüşler ise negatif etki yaratacaktır (Gökna 2015). Bu noktada kişinin kendisi ile ilgili düşünceleri ile çevresindekilerin düşünceleri arasındaki fark özgüveni etkileyecektir. Kişinin kendisine olan güveni ve çevresindekilerin isteklerini karşılayabilme gücü özgüvenini olumlu etkilemektedir (Ceylan 2017).

Zekâ

Daha zeki olan çocuklar daha çabuk algılar ve daha hızlı öğrenir. Bu durum derslerindeki başarısına yansır ve başarıma duygusunu destekler. Dolayısıyla özgüveni artırır (Kaya ve Taştan 2020).

Fiziksel Görünüm

Birey kendinden emin bir duruşa sahip olursa çevresine de aynı mesajı verir. Bu noktada çevreden gelen geri dönüş sonucunda birey kendisini daha güçlü ve güvende hisseder. Aynı zamanda kişinin fiziksel özelliklerinden memnuniyet duyması kendisini daha rahat ifade etmesini sağlar. Bu durum ise özgüveninin gelişmesine katkıda bulunur (Gökna 2015).

Olumsuz Baskı ve Disiplin Yöntemleri

Bu durumlar daha çok çocukluk dönemini kapsamaktadır. Anne baba tutumu baskı ve disiplin şeklinde gelişirse özgüven zedelenir. Disiplin yöntemleri baskıcı ise sonuç olumsuz, bu yöntemler sağlıklı ise sonuç olumlu olacaktır. Hatalı disiplin yöntemleri çocuğun uyumsuz, içine kapanık, özgüveni düşük bireyler olmasına neden olacaktır (Ceylan 2017).

Sorumluluk

Bu özellikte çocukluk döneminde kazandırılmaktadır. Çocuğa yaşına göre sorumluluklar verilmeli ve sorumluluğu yerine getirdiğinde takdir edilmelidir. Bu çocuğun cesaretlenmesini sağlayacak ve bir sonraki işlerini başarma duygusunu geliştirecektir. Dolayısıyla özgüven duygusu pekişmiş olacaktır (Gökner 2015).

2.4.2 Yüksek ve Düşük Özgüvenin Özellikleri

Özgüven; kişinin, kendisine yönelik olarak pozitif hissiyatlar geliştirmesi, kendisini beğenmesi, yeterlilik anlamında artı bir seviyede olduğunu düşünmesi, kendisi ile barışçıl olması ve kendisini tanıyarak kendisini olduğu gibi onaylaması türünden karakteristiklerle alâkalıdır, değerli, bayağı özgüven biçimlerinde pozitif ya da olumsuz olabilir. Değerli özgüven veya bayağı özgüven, Şahsın yaşamını büyük bir biçimde etkileyebilir, yaşamının dönüm noktalarını belirleyebilir (Karademir 2015).

Özgüvenleri yüksek olanlar, genellikle, kendilerine itimat duyan ve zafer arzusu olan bireylerdir. İyimserdirler, rahatsızlıklardan yılmazlar, modern hedeflere, tecrübelerle sıcak ve araştırmacı, şahıslar arasındaki birlikteliklerde rahat, görev yüklenen ve ilerlemeci bir şahıs niteliğine haizdirler. Kendilerini itibar görmeye, onaylanmaya değer ve faydalı kişiler olarak kavrama trendindedirler. Cooley; karakter ve özgüven konseptlerini gelişme düşüncesi içerisinde incelemiş ancak bu konuların detaylarına değinmemiştir, daha doğru bir deyişle inmemiştir. Ancak ebeveynin, çocuğun çevresindeki en değerli bireyler olması dolayısıyla, bunların bağlantılı, itibarlı, onaylanıcı ve onaylayıcı muamelelerinin, çocuğun meziyetli bir biçimde özgüven ile genişlemesindeki etkisi çoktur (Sarıçam 2012).

Lindenfield, standart seviyede özgüvene sahip olan kişinin, bir eylemi yaparken, yapabileceğinin en kusursuzunu yapmak uğruna çaba göstereceğini, aksiyonu sonuçlandırmadan asla bırakmayacağını belirtmiştir. Bu kimseler, bir aksiyonu yapmadıklarında bahane bulmak yerine yine deneme girişiminde bulunmaktadırlar. Yanlışıklara ağlamak yerine, neticelerden ders alırlar (Lindenfield 1997).

Bununla birlikte bu kişiler, pek çok mesele ile baş edebilirler. Özgüven seviyesi yüksek olan birey, kendisini güçsüz hissettiği anlarda bu durumu kabul eder ve çoğu zaman dünyadaki adaletsizlikleri ortadan kaldırmak ya da en azından azaltmak uğruna mücadele eder. Ancak, özgüven seviyesi düşük olan Şahıs, ret yemenin, tehlikeye girmek anlamına geleceğini düşündüğü için, dayanıksızlığını onaylamaz (Özbek ve ark 2017).

Özgüven seviyeleri düşük düzeyde olan bireyler, kendilerini kabiliyetsiz ve kıymetsiz olarak görürler, reddedilme kaygısı ile sevgi alışverişine girmezler. Gündelik hayattaki sıkıntıları çözemeyeceklerine inanırlar, çaresizliğin gerginliğini ve kaygısını yaşarlar. Olaylardan hemen etkilenirler ve diğer bireylere endeksli bir şekilde yaşarlar (Sarıçam 2012).

Özgüvenli kişi, kendisinden ve diğer bireylerin düşündüklerinden kaçmak yerine, kendisini kişiliği ile dayanıklılık içinde hisseder. Özgüvenli Şahıs, kişisel karakterlerini sürekli olarak geliştirmektedir. Özgüven hissiyatı ileri kişi, diğer insanların, kendisi ile ilişkili ne düşündüklerine ehemmiyet vermez. Bunun yerine, edindiği karakter hissiyatından ötürü kendisini endişesiz hisseder, kendisini yenilemeye odaklanır (Özbek ve ark 2017).

Özgüveni olmayan bir Şahıs, başka bireylerin özgüvenlerinden de çekinir. İtimatsız olan Şahıs, bu durumdan çıkmak için, çevresine daha az güvenli kişileri alır. İtimatsız olan Şahıs, kendilerine güvenen bireyler ile karşılaşmaktan çekinir. Çünkü kendi Şüpheliğinin daha da çok farkına varır. Özgüven seviyeleri yüksek kişiler, angaje karakter geliştirmektense, özgürlükleri ile onore olurlar. Ne talep ettiklerinin farkındadırlar ve istemlerine kavuşmak uğruna gayret harcarlar (Karademir 2015).

Marifetlerinin ve yeterlilik düzeylerinin farkındadırlar ve bu doğrultuda mesuliyet altına girerler. Özgüvenleri düşük Şahıslar, kendilerini küçük görebilirler ve kendilerinden hoşnut olmayabilirler. Kendi karakterlerini benimsemezler, kendi Şahsiyetlerine saygınlıkları söz konusu değildir ya da çok düşük düzeydedir, cesaretsizdirler, kendilerini külfetsiz bir biçimde anlatamazlar, edilebilirler, reddedilme düşüncesini ve korkusunu akıllarından atamazlar, çöküş hissi yaşarlar, ön hükümlü ve içe kapalıdırlar. Kişinin, kendisine olan güven seviyesinin düşük olması, kişinin toplumsal ve psikolojik yaşayışına olumsuz doğrultuda etki edebilmektedir (Doğru 2017).

2.4.3 Spor ve Özgüven

Fiziksel bir aktivite olan spor, vücuttaki tüm kasları ve duyu organlarını hareket geçirmektedir. Bu sayede spor yapan kişilerde kendi vücudu ile barışık olma, mutluluk ve öz saygıda gelişmektedir. Spor bu faydalarının yanında kişiye psikolojik olarak da pek çok faydalarının olduğu yine bilimsel çalışmalar ile kanıtlanmıştır. Bireylerin psikolojik olarak mutlu olmaları, fiziksel kapasitelerinin tam olması bireyler de bir şeyleri başarabilme algısı yarattığından kişisel öz güveni de ileri seviyelere taşımaktadır (Koçak ve Güven 2018).

Spor psikolojisi alanın da sporcuların fiziksel ve ruhsal performansları ve özgüven gelişimini inceleyen çok sayıda araştırma yapılmıştır. Örneğin; Woodman ve Hardly (2003)'nin yaptığı çalışmanın Özgüven meta analizinde, özgüvenin performans ile ilişkisi bilişsel kaygıdan daha yüksek boyutta çıkmıştır. Çalışmanın sonucunda, özgüven ile performans arasında olumlu bir bağ olduğu kaydedilmektedir (Woodman ve Hardly 2003). Bu çalışmaya göre, özgüvenin, zihinsel açıdan bireyi tamamlayıcı bir rol oynadığı ileri sürülebilir. Bu nedenle, yaratılan özgüven, spor yapan kişilerin nasıl hissettiklerini ve mücadelelerinden ne kazanacaklarını olumlu yönde etkilemektedir.

Düzenli olarak spor yapan kişilerde oluşan özgüven duygusunun, sosyal hayatında bireyde her türlü iş için istek ve başladığı işi bitirme devamlılığına olumlu yönde katkısı olduğu ileri sürülmektedir. Düzenli olarak spor yapan elit sporcular

Rahat ve huzurlu olduklarını, hayatlarında her şeyin yolunda olduğunu, uğraştıkları spor alanında imkânsızını gerçekleştirmeye çabaladıklarını, bu durumun da uğraştıkları alanda performanslarını artırdığını ve kendilerini hızlandığını belirtmektedirler. Bu sporcular ayrıca, pozitif duygularının ortaya çıktığını, endişe ve kaygıdan sıyrıldıklarını, belirtmektedirler (Hanton 2004).

Spor ile uğraşan kişilerin mücadeleden zevk alarak, kazanma hırslarını bir üst seviyeye çıkarabilmesi, hedeflerine ulaşmak için enerjiyi yükseltmektedir. Diğer taraftan özgüven yüksekliği, bireylerin de mücadeleye katılım ve bu katılımı sürdürebilme kararlılığını da artırmaktadır. Bu durum genç güreşçiler üzerinde yapılan bir çalışma da, genç güreşçilerin bu sporu bırakan sporculara göre özgüven seviyelerinin daha yüksek olduğunu teyit etmiştir. Aynı araştırmaya göre; özgüveni yüksek sporcular daha fazla mücadelecı gerektiren zorlu teknikleri seçebilmektedir (Mc Kay ve Fanning 2016).

Yüksek özgüvene sahip olan sporcular, özgüveni daha düşük seviyelerdeki sporculara göre daha üretken, çalışkan ve zorluklara göğüs gererek onun üstesinden gelmekte başarılı, hedef koyup bunu yerine getirebilme konularında daha yüksek bir motivasyona sahiptir. Çünkü yüksek özgüven, yerinde kararlar almaya ve yüksek konsantrasyona olumlu yönde etki yapmaktadır (Vealey 2009).

Sonuç olarak düzenli spor yapan kişiler, kendisinin sürekli olarak fiziksel ve duygusal alanda geliştiğini görür, bu gelişimin zaman aldığını bildiğinden sabır duygusunu öğrenir, bu sabır sayesinde uğraştığı spor branşında başarıya ulaşır, başarı kazanan sporcu, tadını alır ve daha çoğunu arzular. Bu arzu onda istediğini alabileceği algısını yaratır ve bu da en önemli erek olan özgüveni yaratır.

Spor, tek başına bir etkinlik olarak bile insanların fiziksel ve sosyal performanslarını olumlu bir şekilde etkilemektedir. Sporcular istekli, kontrollü ve özgüvenli olur ise performans ve devamlılık artar. Bu durum bireyin sürekli hedef yükseltmesine, stresten uzak kalmasına, kaygı yaşamamasına neden olur. Bu bulgular ışığında denilebilir ki özgüven, profesyonel ve amatör sporcuların kendisini

denetleyebilmesini, kaygı düzeyini kontrol edebilmesini ve sosyal ve fiziksel performanslarını olumlu yönde etkilemektedir (Hanton 2004, Vealey 2009).



3. GEREÇ VE YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Amacı

Bu çalışmanın amacı uzaktan eğitim ile spor yapan bireylerin sosyal bütünleşme ve özgüven düzeylerinin incelenmesidir. Bu amaçla çalışmada uzaktan eğitim, spor, sosyal bütünleşme ve özgüven kavramları incelenmiş ve sonrasında bir anket çalışması ile bu kavramlar arasındaki ilişki analiz edilmeye çalışılmıştır.

3.2. Araştırmanın Yöntemi

Çalışma nicel bir çalışmadır. Çalışmada ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Kullanılan modelde neden sonuçtan ziyade değişim derecesi incelenmiştir (Karasar 2009).

3.3. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Araştırmanın evreni Konya ilinin merkez ve taşra ilçelerinde bulunan Konya Büyükşehir Belediyesine bağlı Konya Meslek Edindirme Kursları (KOMEK) ve Aile Sanat ve Eğitim Merkezleri (ASEM) öncülüğünde gerçekleştirilen uzaktan eğitim ile spor yapan bireylerdir. Araştırmanın örneklemi ise bu kurs ve merkezde spor yapan 523(465 kadın, 58 erkek) kişiden oluşmaktadır.

3.4. Veri Toplama Araçları

Çalışmada “Sosyal Bütünleşme Ölçeği” ve “Özgüven Ölçeği” olmak üzere iki ölçek kullanılmıştır. Bunların dışında katılımcıların demografik özelliklerine ilişkin sorularda yer almaktadır.

Demografik Özellikler Bilgi Formu

Demografik özelliklere ilişkin bu sorular araştırmaya katılanların eğitim, medeni durum, yaş, cinsiyet gibi özelliklerinin belirlenmesi amacıyla araştırmacı tarafından oluşturulmuştur.

Sosyal Bütünleşme Ölçeği

Bu ölçekte bireylerin spora katılımları sonucunda elde ettikleri kişisel, sosyal, psikolojik ve fiziksel kazanımların değerlendirildiği 32 maddeden oluşan sorular yer almaktadır. Maddelerin değerlendirilmesinde 5-puanlı Likert tipi ölçek kullanılmıştır (1= kesinlikle katılmıyorum; 5= kesinlikle katılıyorum). Yılmaz ve ark (2006) çalışmasına göre ölçeğin Cronbach's Alpha iç tutarlılık değeri ise 0.91'dir. Ölçeğin 7 alt faktörü bulunmaktadır. Bunlar: kişisel gelişim (9., 10., 11., 16., 17., 18. ve 20. Maddeler), sosyalleşme (19., 21., 22., 25., 26., 27. ve 28. Maddeler), fiziksel fayda (2., 12., 13., 14. ve 15. Maddeler), bütünleşme (29., 30., 31. ve 32. Maddeler), psikolojik gelişim (1., 4., 7. ve 8. Maddeler) ahlaki gelişim (6., 23. ve 24. Maddele) ve duygusal gelişim (3. ve 5. Maddeler).

Özgüven Ölçeği

Özgüven ölçeği Akın (2007) tarafından geliştirilmiştir. Ölçekte bireylerin özgüven düzeylerini değerlendiren 33 madde yer almaktadır. Maddelerin değerlendirilmesinde 5-puanlı Likert tipi ölçek kullanılmıştır (1= kesinlikle katılmıyorum; 5= kesinlikle katılıyorum). Akın (2007) çalışmasına göre ölçeğin Cronbach's Alpha iç tutarlılık değeri ise 0.94'tür. Ölçeğin iç özgüven ve dış özgüven olmak üzere 2 alt faktörü vardır. İç özgüven: 4, 25, 32, 17, 10, 30, 12, 3, 19, 5, 21, 27, 9, 23, 1, 7 ve 15. maddelerini ve dış özgüven: 6, 31, 20, 29, 16, 14, 22, 11, 18, 33, 2, 28, 26, 13, 8 ve 24. Maddeleri kapsamaktadır.

3.5. Verilerin Analizi

Araştırmada elde edilen verilerin analizi SPSS 20 programı ile yapılmıştır. Veriler t-testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ve Çoklu Regresyon Analizi ile analiz edilmiştir. Analizde öncelikle normallik testi yapılmış, bu testle basıklık-çarpıklık değerleri kontrol tespit edilmiştir. Elde edilen değerler sonucunda normal dağılım olduğu tespit edilmiştir.

4. BULGULAR

Çalışmanın bu bölümünde elde edilen verilerin analiz sonuçlarına yer verilmiştir.

Tablo 4.1: Demografik Bilgilere İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler

Değişkenler	n	%
Cinsiyet (n=523)		
Kadın	465	88,9
Erkek	58	11,1
Yaş (n=523)		
18-24	161	30,8
25-30	115	22,0
31-35	81	15,5
36-40	87	16,6
41 ve Üzeri	79	15,1
Eğitim (n=523)		
İlköğretim	120	22,9
Lise	135	25,8
Önlisans	84	16,1
Lisans	167	31,9
Lisansüstü	17	3,3
Medeni durum (n=523)		
Evli	282	53,9
Bekar	241	46,1
Meslek(n=523)		
Ev Hanımı	227	43,4
Kamu Çalışanı	51	9,8
Özel Sektör Çalışanı	41	7,8
Öğrenci	142	27,2
Diğer	62	11,9
Fiziksel aktiviteye katılım (1 haftada) (n=523)		
1	34	6,5
2-3	316	60,4
4-5	152	29,1
6 ve Üzeri	21	4,0

Yukarıdaki tabloya göre araştırmaya dahil olan kişilerin %88,9'u kadın, %11,1'i erkektir. Katılımcıların %30,8'i 18-24 yaş aralığında ve %25,8'i lise mezunudur. Katılımcıların %53,9'u evli, %46,1'i bekar. Katılımcıların %43,4'u ev hanımı, %9,8'i kamu çalışan, %7,8'i özel sektör çalışanı, %27,2'i öğrenci ve %11,9'u ise diğer meslek grubunda yer almaktadır. Katılımcıların %60,4'ü haftada 2-3 kez, %29,1'i haftada 4-5 kez, %6,5'i haftada 1 kez ve %4'ü haftada 6 ve üzeri fiziksel aktiviteye katılım göstermektedir.

Tablo 4.2: Ölçek Sorularına İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler

	n	Min.	Maks.	Ortalama	ss.
Sporda Sosyal Bütünleşme Ölçeği					
Madde 1	523	1,00	4,00	2,3059	,65075
Madde 2	523	1,00	5,00	4,0688	1,33586
Madde 3	523	1,00	5,00	4,1377	1,35760
Madde 4	523	1,00	5,00	3,9981	1,33692
Madde 5	523	1,00	5,00	3,8853	1,33557
Madde 6	523	1,00	5,00	3,7629	1,34093
Madde 7	523	1,00	5,00	3,8413	1,34038
Madde 8	523	1,00	5,00	3,8031	1,34386
Madde 9	523	1,00	5,00	3,6883	1,37032
Madde 10	523	1,00	5,00	3,7094	1,33321
Madde 11	523	1,00	5,00	3,6845	1,35961
Madde 12	523	1,00	5,00	3,9656	1,35992
Madde 13	523	1,00	5,00	4,1128	1,33502
Madde 14	523	1,00	5,00	4,1625	1,35696
Madde 15	523	1,00	5,00	4,1606	1,34656
Madde 16	523	1,00	5,00	4,1358	1,34717
Madde 17	523	1,00	5,00	4,1166	1,34754
Madde 18	523	1,00	5,00	4,1224	1,34774
Madde 19	523	1,00	5,00	3,9465	1,33226
Madde 20	523	1,00	5,00	3,6845	1,37503
Madde 21	523	1,00	5,00	3,8088	1,35675
Madde 22	523	1,00	5,00	3,7782	1,35491
Madde 23	523	1,00	5,00	3,7992	1,33040
Madde 24	523	1,00	5,00	3,7572	1,36749
Madde 25	523	1,00	5,00	3,6444	1,37705
Madde 26	523	1,00	5,00	3,9312	1,33443
Madde 27	523	1,00	5,00	4,0229	1,31286
Madde 28	523	1,00	5,00	3,9713	1,35370
Madde 29	523	1,00	5,00	3,9637	1,32635
Madde 30	523	1,00	5,00	3,8317	1,36682
Madde 31	523	1,00	5,00	3,9598	1,31755
Madde 32	523	1,00	5,00	3,9598	1,32769
Özgüven ölçeği					
Madde 1	523	1,00	5,00	4,0421	1,06050
Madde 2	523	1,00	5,00	3,8662	1,13346
Madde 3	523	1,00	5,00	3,9732	1,20474
Madde 4	523	1,00	5,00	4,2122	1,01279
Madde 5	523	1,00	5,00	3,9006	1,13194
Madde 6	523	1,00	5,00	4,4073	,94307
Madde 7	523	1,00	5,00	4,2925	,98867
Madde 8	523	1,00	5,00	4,2103	1,07823

Madde 9	523	1,00	5,00	4,3728	,97703
Madde 10	523	1,00	5,00	4,2677	1,05093
Madde 11	523	1,00	5,00	4,1300	1,08733
Madde 12	523	1,00	5,00	4,1969	1,05656
Madde 13	523	1,00	5,00	4,3270	,99336
Madde 14	523	1,00	5,00	4,2715	1,00520
Madde 15	523	1,00	5,00	4,2620	1,04782
Madde 16	523	1,00	5,00	4,3327	1,03586
Madde 17	523	1,00	5,00	4,2945	1,03636
Madde 18	523	1,00	5,00	4,2027	1,03808
Madde 19	523	1,00	5,00	4,2964	1,02373
Madde 20	523	1,00	5,00	3,8126	1,25307
Madde 21	523	1,00	5,00	4,2122	1,06444
Madde 22	523	1,00	5,00	4,1319	1,06124
Madde 23	523	1,00	5,00	4,0076	1,11758
Madde 24	523	1,00	5,00	4,0287	1,15683
Madde 25	523	1,00	5,00	4,1396	1,07818
Madde 26	523	1,00	5,00	4,2275	1,05584
Madde 27	523	1,00	5,00	4,2314	1,07301
Madde 28	523	1,00	5,00	4,0612	1,15639
Madde 29	523	1,00	5,00	4,1243	1,11324
Madde 30	523	1,00	5,00	3,8394	1,21809
Madde 31	523	1,00	5,00	4,0841	1,18119
Madde 32	523	1,00	5,00	4,2792	1,08388
Madde 33	523	1,00	5,00	4,1185	1,08336

Yukarıda ki tabloda ölçeklerde yer alan soruların ortalama ve standart sapmalarına ilişkin değerler verilmiştir.

Sporta bütünleşme ölçeğine verilen cevaplar incelendiğinde ortalaması en yüksek cevaplar sırasıyla şu şekildedir. İlk sırada ortalaması 4,16 ile “Fiziksel gücümü artırır.” ifadesi ikinci sırada ortalaması 4,13 ile “Stresten uzaklaşmama yardımcı olur.” ifadesi ve 3. sırada ortalaması 4,12 ile “Zamanı iyi kullanma becerimi artırır.” ifadesi yer almıştır. Ölçek değerlendirildiğinde araştırmaya katılanların geneli ifadelere katılıyorum cevabını vermişlerdir.

Özgüven ölçeğine verilen cevaplar incelendiğinde ortalaması en yüksek cevaplar sırasıyla şu şekildedir. İlk sırada ortalaması 4,40 ile “Başkalarının görüşlerine saygı gösteririm.” ifadesi ikinci sırada ortalaması 4,32 ile “Anlamadığım konularda başkalarına soru

sorabilirim.” ifadesi ve üçüncü sırada ise ortalaması 4,29 ile “Problemlerimin üstesinden gelebileceğime inanırım.” ifadesi yer almıştır.

Normallik Analizi

Her iki ölçek için ayrı ayrı normallik analizi yapılmıştır.

Tablo 4.3: Çarpıklık ve Basıklık Analizi

Normallik testi		
	Çarpıklık (Skewness)	Basıklık (Kurtosis)
Sporda Sosyal Bütünleşme Ölçeği	-1,434	,935
Özgüven Ölçeği	-1,284	0,891

Bu analizde ölçeklerin normal dağılıp dağılmadığını tespit edebilmek amacıyla Kolmogorov Smirnov normallik testi yapılmıştır. Elde edilen sonuçlar normal dağılım olmadığı yönündedir. ($p < 0,05$). Bu sebeple çarpıklık ve basıklık değerleri dikkate alınmıştır. (Tablo 4.3). Sosyal bilimlerde bu değerler -1,96 ile +1,96 arasında ise normal dağılım olduğu kabul edilmektedir (George ve Mallery 2003). Tablodaki değerlere göre normal dağılım olduğu tespit edilmiştir.

Güvenilirlik Analizi

Ölçeklere ilişkin hesaplanan Cronbach Alpha katsayısı 0,50 ve üzeri ise ölçek güvenilir kabul edilir (Nunnally 1994).

Tablo 4.4: Ölçeklerin Güvenilirlik Değerleri

	Cronbach's Alpha değeri	Soru sayısı
Sporda Sosyal Bütünleşme Ölçeği	,994	32
Özgüven Ölçeği	,985	33

Anket sonuçlarına göre, SPSS uygulaması ile değişkenlere ait güvenilirlik katsayısı sosyal bütünleşme ölçeğinde 0,994 ve özgüven ölçeğinde 0,985'tir. Bu değerlere göre ölçekler yüksek derecede güvenilirlerdir.

Farklılık Analizi

Demografik özellikler ile ölçekler arasındaki farklılığı tespit etmek üzere yapılan Örnekler t testi ve ANOVA testlerinin sonuçlarına bu bölümde yer verilmiştir.

Tablo 4.5: Yaşa Göre Sosyal Bütünleşme Düzeyinin Hesaplanması

Değişkenler	Yaş grubu	n	$\bar{x}$	Ss±	F	p	Fark
Kişisel gelişim	18-24	161	4,0435	1,24253	2,274	0,060	
	25-30	115	4,0286	1,18473			
	31-35	81	3,5697	1,39047			
	36-40	87	3,8703	1,20701			
	41 ve Üzeri	79	3,8427	1,29557			
	Toplam	523	3,9077	1,26270			
Sosyalleşme	18-24	161	3,9645	1,24868	2,210	0,067	
	25-30	115	4,0137	1,17422			
	31-35	81	3,5150	1,39381			
	36-40	87	3,9064	1,22616			
	41 ve Üzeri	79	3,8499	1,32182			
	Total	523	3,8787	1,26988			
Fiziksel fayda	18-24	161	4,2696	1,29793	1,374	0,242	
	25-30	115	4,2330	1,23883			
	31-35	81	3,8840	1,49962			
	36-40	87	4,0943	1,26816			
	41 ve Üzeri	79	4,0658	1,36089			
	Total	523	4,1419	1,32526			
Bütünleşme	18-24	161	4,0668	1,24899	2,498	0,042	2>3
	25-30	115	4,0435	1,21588			
	31-35	81	3,5617	1,42879			
	36-40	87	3,9109	1,24533			
	41 ve Üzeri	79	3,8070	1,37512			
	Total	523	3,9183	1,29761			
Psikolojik gelişim	18-24	161	3,9472	1,27028	2,073	0,083	
	25-30	115	4,0087	1,17724			
	31-35	81	3,5247	1,39508			
	36-40	87	3,8793	1,19705			
	41 ve Üzeri	79	3,7975	1,29228			
	Total	523	3,8614	1,26746			
Ahlaki gelişim	18-24	161	3,8571	1,25649	2,586	0,036	2>1
	25-30	115	3,8928	1,19579			
	31-35	81	3,3539	1,43309			

	36-40	87	3,7586	1,24482		
	41 ve Üzeri	79	3,7046	1,34714		
	Total	523	3,7476	1,29233		
	18-24	161	4,0093	1,25309		
	25-30	115	4,0043	1,21123		
	31-35	81	3,5864	1,43786		
Duygusal gelişim	36-40	87	3,8218	1,22706	1,874	0,114
	41 ve Üzeri	79	3,8038	1,29203		
	Total	523	3,8805	1,28040		

Sosyal bütünleşme kişisel gelişim puan ortalaması ile yaş grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; $F= 2,274$; $p> 0,05$. Sosyalleşme puan ortalaması ile yaş grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; $F= 2,210$; $p> 0,05$. Fiziksel fayda puan ortalaması ile yaş grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; $F= 1,374$; $p> 0,05$. Bütünleşme puan ortalaması ile yaş grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır; $F= 2,498$; $p > 0,05$. Post Hoc karşılaştırma sonuçlarına göre 25-30 yaş grubu ve 31-35 yaş grubu arasında anlamlı bir farklılık vardır. Psikolojik gelişim puan ortalaması ile yaş grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; $F= 2,073$; $p > 0,05$. Ahlaki gelişim puan ortalaması ile yaş grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır; $F= 2,586$; $p > 0,05$. Post Hoc karşılaştırma sonuçlarına göre 25-30 yaş grubu ve 18-24 yaş grubu arasında anlamlı bir farklılık vardır. Duygusal gelişim puan ortalaması ile yaş grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; $F= 1,874$; $p> 0,05$.

Tablo 4.6: Cinsiyete Göre Sosyal Bütünleşme Düzeyinin Hesaplanması

Değişkenler	Cinsiyet	n	$\bar{x}$	Ss±	t	p
Kişisel gelişim	Erkek	58	3,9729	1,36905	0,174	0,677
	Kadın	465	3,8995	1,25014		
	Total	523	3,9077	1,26270		
Sosyalleşme	Erkek	58	3,9581	1,36500	0,255	0,614
	Kadın	465	3,8688	1,25873		
	Total	523	3,8787	1,26988		
Fiziksel fayda	Erkek	58	4,0621	1,42667	0,236	0,627
	Kadın	465	4,1518	1,31336		
	Total	523	4,1419	1,32526		

Bütünleşme	Erkek	58	3,9784	1,33631	0,140	0,708
	Kadın	465	3,9108	1,29399		
	Total	523	3,9183	1,29761		
Psikolojik gelişim	Erkek	58	3,8319	1,38395	0,035	0,851
	Kadın	465	3,8651	1,25374		
	Total	523	3,8614	1,26746		
Ahlaki gelişim	Erkek	58	3,8506	1,37532	0,414	0,520
	Kadın	465	3,7348	1,28258		
	Total	523	3,7476	1,29233		
Duygusal gelişim	Erkek	58	3,8707	1,40038	0,004	0,951
	Kadın	465	3,8817	1,26627		
	Total	523	3,8805	1,28040		

Sosyal bütünleşme kişisel gelişim puan ortalaması ile cinsiyet grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; $t = 0,14$; $p > 0,05$. Sosyalleşme puan ortalaması ile cinsiyet grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; $t = 0,255$; $p > 0,05$. Fiziksel fayda puan ortalaması ile cinsiyet grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; $t = 0,236$; $p > 0,05$. Bütünleşme puan ortalaması ile cinsiyet grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; $t = 0,140$; $p > 0,05$. Psikolojik gelişim puan ortalaması ile cinsiyet grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; $t = 0,035$; $p > 0,05$. Ahlaki gelişim puan ortalaması ile cinsiyet grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; $t = 0,414$; $p > 0,05$. Duygusal gelişim puan ortalaması ile cinsiyet grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; $t = 0,004$; $p > 0,05$.

Tablo 4.7: Medeni Duruma Göre Sosyal Bütünleşme Düzeyinin Hesaplanması

Değişkenler	Medeni durum	n	$\bar{x}$	Ss±	t	p
Kişisel gelişim	Evli	282	3,8141	1,27158	3,377	0,067
	Bekar	241	4,0172	1,24593		
	Total	523	3,9077	1,26270		
Sosyalleşme	Evli	282	3,8257	1,27435	1,066	0,302
	Bekar	241	3,9407	1,26446		
	Total	523	3,8787	1,26988		
Fiziksel fayda	Evli	282	4,0801	1,33081	1,329	0,250
	Bekar	241	4,2141	1,31781		
	Total	523	4,1419	1,32526		
Bütünleşme	Evli	282	3,8271	1,31682	3,030	0,082

	Bekar	241	4,0249	1,26919		
	Total	523	3,9183	1,29761		
Psikolojik gelişim	Evli	282	3,8050	1,26093		
	Bekar	241	3,9274	1,27452	1,213	0,271
	Total	523	3,8614	1,26746		
Ahlaki gelişim	Evli	282	3,6761	1,32138		
	Bekar	241	3,8313	1,25503	1,876	0,171
	Total	523	3,7476	1,29233		
Duygusal gelişim	Evli	282	3,7961	1,28850		
	Bekar	241	3,9793	1,26639	2,667	0,103
	Total	523	3,8805	1,28040		

Sosyal bütünleşme kişisel gelişim puan ortalaması ile medeni durum grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; $t = 3,377$; $p > 0,05$. Sosyalleşme puan ortalaması ile medeni durum grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; $t = 1,066$; $p > 0,05$. Fiziksel fayda puan ortalaması ile medeni durum grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; $t = 1,329$; $p > 0,05$. Bütünleşme puan ortalaması ile medeni durum grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; $t = 3,030$; $p > 0,05$. Psikolojik gelişim puan ortalaması ile medeni durum grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; $t = 1,213$; $p > 0,05$. Ahlaki gelişim puan ortalaması ile medeni durum grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; $t = 1,876$; $p > 0,05$. Duygusal gelişim puan ortalaması ile medeni durum grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; $t = 2,667$; $p > 0,05$.

Tablo 4.8: Eğitim Durumuna Göre Sosyal Bütünleşme Düzeyinin Hesaplanması

Değişkenler	Eğitim durumu	n	$\bar{x}$	Ss±	F	p	Fark
Kişisel gelişim	İlköğretim	120	3,7083	1,30805	2,273	0,060	
	Lise	135	3,7905	1,34746			
	Önlisans	84	4,1786	1,08000			
	Lisans	167	4,0009	1,23564			
	Lisansüstü Eğitim	17	3,9916	1,13891			
	Total	523	3,9077	1,26270			
Sosyalleşme	İlköğretim	120	3,7440	1,35157	1,863	0,116	
	Lise	135	3,7714	1,32391			
	Önlisans	84	4,1854	1,06968			
	Lisans	167	3,9153	1,26023			

	Lisansüstü Eğitim	17	3,8067	1,08907			
	Total	523	3,8787	1,26988			
Fiziksel fayda	İlköğretim	120	3,9700	1,40913			
	Lise	135	3,9911	1,42155			
	Önlisans	84	4,4595	1,07223	2,352	0,053	
	Lisans	167	4,2287	1,28049			
	Lisansüstü Eğitim	17	4,1294	1,26874			
	Total	523	4,1419	1,32526			
Bütünleşme	İlköğretim	120	3,7104	1,39627			
	Lise	135	3,8333	1,36521			
	Önlisans	84	4,2321	1,07951	2,523	0,040	4>2
	Lisans	167	4,0045	1,23316			
	Lisansüstü Eğitim	17	3,6618	1,39738			
	Total	523	3,9183	1,29761			
Psikolojik gelişim	İlköğretim	120	3,7583	1,31209			
	Lise	135	3,7611	1,33581			
	Önlisans	84	4,0774	1,11126	1,097	0,357	
	Lisans	167	3,9132	1,26822			
	Lisansüstü Eğitim	17	3,8088	1,06261			
	Total	523	3,8614	1,26746			
Ahlaki gelişim	İlköğretim	120	3,6000	1,35045			
	Lise	135	3,6494	1,35022			
	Önlisans	84	4,0079	1,10974	1,526	0,193	
	Lisans	167	3,8044	1,30042			
	Lisansüstü Eğitim	17	3,7255	1,04240			
	Total	523	3,7476	1,29233			
Duygusal gelişim	İlköğretim	120	3,7750	1,31547			
	Lise	135	3,7074	1,33884			
	Önlisans	84	4,1667	1,09030	2,016	0,091	
	Lisans	167	3,9521	1,29437			
	Lisansüstü Eğitim	17	3,8824	1,11144			
	Total	523	3,8805	1,28040			

Sosyal bütünleşme kişisel gelişim puan ortalaması ile eğitim durumu grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık; $F= 2,273$; $p> 0,05$. Sosyalleşme puan ortalaması ile eğitim durumu grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; $F= 1,863$; $p> 0,05$. Fiziksel fayda puan ortalaması ile eğitim durumu grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; $F= 2,352$; $p> 0,05$. Bütünleşme puan ortalaması ile eğitim durumu grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir

farklılık vardır; $F= 2,523$; $p > 0,05$. Post Hoc karşılaştırma sonuçlarına göre lisans mezunları ve lise mezunları arasında anlamlı bir farklılık vardır. Psikolojik gelişim puan ortalaması ile eğitim durumu grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; $F= 1,097$; $p > 0,05$. Ahlaki gelişim puan ortalaması ile eğitim durumu grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; $F= 1,526$; $p > 0,05$. Duygusal gelişim puan ortalaması ile eğitim durumu grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; $F= 2,026$; $p > 0,05$

Tablo 4.9: Mesleğe Göre Sosyal Bütünleşme Düzeyinin Hesaplanması

Değişkenler	Meslek	n	$\bar{x}$	Ss±	F	p
Kişisel gelişim	Ev Hanımı	227	3,8181	1,24188	1,648	0,161
	Kamu Çalışanı	51	4,1681	1,19547		
	Özel Sektör Çalışanı	41	3,7178	1,42338		
	Öğrenci	142	3,9054	1,31316		
	Diğer	62	4,1521	1,12809		
	Total	523	3,9077	1,26270		
Sosyalleşme	Ev Hanımı	227	3,8332	1,25923	1,100	0,356
	Kamu Çalışanı	51	4,1401	1,16145		
	Özel Sektör Çalışanı	41	3,6899	1,44169		
	Öğrenci	142	3,8441	1,31173		
	Diğer	62	4,0346	1,16738		
	Total	523	3,8787	1,26988		
Fiziksel fayda	Ev Hanımı	227	4,0881	1,32678	1,189	0,315
	Kamu Çalışanı	51	4,3216	1,22969		
	Özel Sektör Çalışanı	41	3,8585	1,49415		
	Öğrenci	142	4,1535	1,36411		
	Diğer	62	4,3516	1,16882		
	Total	523	4,1419	1,32526		
Bütünleşme	Ev Hanımı	227	3,8491	1,30290	0,925	0,449
	Kamu Çalışanı	51	4,0931	1,20412		
	Özel Sektör Çalışanı	41	3,7256	1,41951		
	Öğrenci	142	3,9437	1,33701		
	Diğer	62	4,0968	1,17291		
	Total	523	3,9183	1,29761		
Psikolojik gelişim	Ev Hanımı	227	3,8040	1,23558	1,265	0,283
	Kamu Çalışanı	51	4,1078	1,19922		
	Özel Sektör Çalışanı	41	3,6951	1,37445		
	Öğrenci	142	3,8187	1,34584		
	Diğer	62	4,0766	1,16347		

	Total	523	3,8614	1,26746		
Ahlaki gelişim	Ev Hanımı	227	3,6711	1,29118	1,239	0,293
	Kamu Çalışanı	51	4,0327	1,22973		
	Özel Sektör Çalışanı	41	3,5447	1,33491		
	Öğrenci	142	3,7700	1,33521		
	Diğer	62	3,8763	1,20448		
	Total	523	3,7476	1,29233		
Duygusal gelişim	Ev Hanımı	227	3,8018	1,26137	0,972	0,422
	Kamu Çalışanı	51	4,0980	1,22890		
	Özel Sektör Çalışanı	41	3,7317	1,36060		
	Öğrenci	142	3,9014	1,34249		
	Diğer	62	4,0403	1,18839		
	Total	523	3,8805	1,28040		

Sosyal bütünleşme kişisel gelişim puan ortalaması ile meslek grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; $F= 1,648$; $p> 0,05$. Sosyalleşme puan ortalaması ile meslek grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; $F= 1,100$; $p> 0,05$. Fiziksel fayda puan ortalaması ile meslek grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; $F= 1,189$; $p> 0,05$. Bütünleşme puan ortalaması ile meslek grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; $F= 0,925$; $p > 0,05$. Psikolojik gelişim puan ortalaması ile meslek grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; $F= 1,265$; $p > 0,05$. Ahlaki gelişim puan ortalaması ile meslek grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; $F= 1,239$; $p > 0,05$. Duygusal gelişim puan ortalaması ile meslek grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; $F= 0,972$; $p> 0,05$

Tablo 4.10: Fiziksel Aktiviteye Katılıma Göre Sosyal Bütünleşme Düzeyinin Hesaplanması

Değişkenler	Fiziksel aktiviteye katılım	n	$\bar{x}$	Ss±	F	p
Kişisel gelişim	1	34	3,7773	1,38066	,23678	3,29557
	2-3	316	3,8445	1,25528		
	4-5	152	4,0019	1,27043		
	5 ve Üzeri	21	4,3878	1,03129		
	Total	523	3,9077	1,26270		
Sosyalleşme	1	34	3,6555	1,42124	,24374	3,15957
	2-3	316	3,8296	1,25600		

	4-5	152	3,9558	1,28126		
	5 ve Üzeri	21	4,4218	1,01868		
	Total	523	3,8787	1,26988		
Fiziksel fayda	1	34	3,9941	1,42912		
	2-3	316	4,0918	1,32897		
	4-5	152	4,2158	1,33611	,24509	3,49547
	5 ve Üzeri	21	4,6000	,91433		
	Total	523	4,1419	1,32526		
Bütünleşme	1	34	3,8309	1,40443		
	2-3	316	3,8386	1,30021		
	4-5	152	4,0559	1,27189	,24086	3,34085
	5 ve Üzeri	21	4,2619	1,21315		
	Total	523	3,9183	1,29761		
Psikolojik gelişim	1	34	3,6544	1,39264		
	2-3	316	3,8070	1,25338		
	4-5	152	3,9490	1,28971	,23884	3,16850
	5 ve Üzeri	21	4,3810	,98304		
	Total	523	3,8614	1,26746		
Ahlaki gelişim	1	34	3,4510	1,42343		
	2-3	316	3,7120	1,27258		
	4-5	152	3,8158	1,31935	,24412	2,95432
	5 ve Üzeri	21	4,2698	1,05208		
	Total	523	3,7476	1,29233		
Duygusal gelişim	1	34	3,7500	1,40481		
	2-3	316	3,7991	1,26803		
	4-5	152	4,0033	1,28864	,24092	3,25984
	5 ve Üzeri	21	4,4286	1,05221		
	Total	523	3,8805	1,28040		

Sosyal bütünleşme kişisel gelişim puan ortalaması ile fiziksel aktiviteye katılıma arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; $F= 0,238$; $p> 0,05$. Sosyalleşme puan ortalaması ile fiziksel aktiviteye katılıma arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; $F= 0,243$; $p> 0,05$. Fiziksel fayda puan ortalaması ile fiziksel aktiviteye katılıma arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; $F= 0,245$; $p> 0,05$. Bütünleşme puan ortalaması ile fiziksel aktiviteye katılıma arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; $F= 0,240$; $p > 0,05$. Psikolojik gelişim puan ortalaması ile fiziksel aktiviteye katılıma arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; $F= 0,238$; $p > 0,05$. Ahlaki gelişim puan ortalaması ile fiziksel aktiviteye katılıma arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; $F= 0,244$;

$p > 0,05$. Duygusal gelişim puan ortalaması ile fiziksel aktiviteye katılıma arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; $F= 0,240$; $p> 0,05$

Tablo 4.11: Yaşa Göre Özgüven Düzeyinin Belirlenmesi

Değişkenler	Yaş	n	$\bar{x}$	Ss±	F	p
İç özgüven	18-24	161	4,2879	,78032	1,471	0,210
	25-30	115	4,0563	,91949		
	31-35	81	4,0784	,96916		
	36-40	87	4,1325	,88364		
	40 Ve Üzeri	79	4,2033	,94220		
	Total	523	4,1659	,88620		
Dış özgüven	18-24	161	4,2783	,82555	1,793	0,129
	25-30	115	4,0277	,94667		
	31-35	81	4,0224	,98193		
	36-40	87	4,1286	,87621		
	40 Ve Üzeri	79	4,1946	,94928		
	Total	523	4,1460	,90818		

İç özgüven puan ortalaması ile yaş arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; $F= 1,475$; $p> 0,05$. Dış özgüven puan ortalaması ile yaş arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; $F= 1,793$; $p> 0,05$.

Tablo 4.12: Cinsiyete Göre Özgüven Düzeyinin Belirlenmesi

Değişkenler	Cinsiyet	n	$\bar{x}$	Ss±	t	p
İç özgüven	Erkek	58	4,1024	1,06315	0,334	0,563
	Kadın	465	4,1738	,86261		
	Total	523	4,1659	,88620		
Dış özgüven	Erkek	58	4,0280	1,08020	1,102	0,294
	Kadın	465	4,1608	,88464		
	Total	523	4,1460	,90818		

İç özgüven puan ortalaması ile cinsiyet arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; $t= 0,334$; $p> 0,05$. Dış özgüven puan ortalaması ile cinsiyet arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; $t= 1,102$; $p> 0,05$.

Tablo 4.13: Medeni Duruma Göre Özgüven Düzeyinin Belirlenmesi

Değişkenler	Medeni durum	n	$\bar{x}$	Ss±	t	p
İç özgüven	Evli	282	4,1435	,86850	0,390	0,53
	Bekar	241	4,1921	,90757		
	Total	523	4,1659	,88620		
Dış özgüven	Evli	282	4,1254	,88097	0,310	0,58
	Bekar	241	4,1701	,94029		
	Total	523	4,1460	,90818		

İç öz güven puan ortalaması ile medeni duruma arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; $t = 0,390$; $p > 0,05$. Dış özgüven puan ortalaması ile medeni durum arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; $t = 0,31$; $p > 0,05$.

Tablo 4.14: Eğitim Durumuna Göre Özgüven Düzeyinin Belirlenmesi

Değişkenler	Eğitim durumu	n	$\bar{x}$	Ss±	F	p
İç özgüven	İlköğretim	120	4,1608	,90465	0,527	0,716
	Lise	135	4,1129	,95103		
	Önlisans	84	4,2801	,71932		
	Lisans	167	4,1656	,87406		
	Lisansüstü Eğitim	17	4,0623	1,11619		
	Total	523	4,1659	,88620		
Dış özgüven	İlköğretim	120	4,1589	,91152	0,612	0,654
	Lise	135	4,0713	1,01485		
	Önlisans	84	4,2671	,77045		
	Lisans	167	4,1392	,85673		
	Lisansüstü Eğitim	17	4,1176	1,13254		
	Total	523	4,1460	,90818		

İç özgüven puan ortalaması ile eğitim durumu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; $F = 0,527$; $p > 0,05$. Dış özgüven puan ortalaması ile eğitim durumu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; $F = 0,612$; $p > 0,05$.

Tablo 4.15: Mesleğe Göre Özgüven Düzeyinin Belirlenmesi

Değişkenler	Meslek	n	$\bar{x}$	Ss±	F	p
İç özgüven	Ev Hanımı	227	4,1340	,87110	0,666	0,616
	Kamu Çalışanı	51	4,2376	,87795		

	Özel Sektör Çalışanı	41	4,3443	,85117		
	Öğrenci	142	4,1698	,86680		
	Diğer	62	4,0968	1,01546		
	Total	523	4,1659	,88620		
Dış özgüven	Ev Hanımı	227	4,1184	,89823	0,667	0,615
	Kamu Çalışanı	51	4,1998	,86341		
	Özel Sektör Çalışanı	41	4,3338	,85165		
	Öğrenci	142	4,1532	,91888		
	Diğer	62	4,0625	,99718		
	Total	523	4,1460	,90818		

İç özgüven puan ortalaması ile meslek değişkeni arasında anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir; $F= 0,666$; $p> 0,05$. Aynı şekilde dış özgüven puan ortalaması ile meslek değişkeni arasında anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir; $F= 0,667$; $p> 0,05$.

Tablo 4.16: Fiziksel Aktiviteye Katılıma Göre Özgüven Düzeyinin Belirlenmesi

Değişkenler	Fiziksel aktiviteye katılım	n	$\bar{x}$	Ss±	F	p	Fark
İç özgüven	1	34	4,0190	1,11306	3,412	0,017	3>2
	2-3	316	4,1171	,88948			
	4-5	152	4,2272	,84823			
	5 ve Üzeri	21	4,6947	,40440			
	Total	523	4,1659	,88620			
Dış özgüven	1	34	4,0239	1,14389	3,838	0,010	3>2
	2-3	316	4,0965	,90656			
	4-5	152	4,1924	,87634			
	5 ve Üzeri	21	4,7530	,39798			
	Total	523	4,1460	,90818			

İç özgüven puan ortalaması ile fiziksel aktiviteye katılım arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır; $F= 3,412$; $p> 0,05$. Post Hoc karşılaştırma sonuçlarına göre haftada 2-3 kez fiziksel aktivite yapanlar ve haftada 4-5 kez fiziksel aktivite yapanlar arasında anlamlı bir farklılık vardır. Dış özgüven puan ortalaması ile fiziksel aktiviteye katılım arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır; $F= 3,838$; $p> 0,05$. Post Hoc karşılaştırma sonuçlarına göre haftada 2-3 kez fiziksel aktivite yapanlar ve haftada 4-5 kez fiziksel aktivite yapanlar arasında anlamlı bir farklılık vardır.

Ölçekler Arasındaki İlişki Analizi

Tablo 4.17: Sosyal Bütünleşme ve Özgüven Arasındaki İlişki

		İç Özgüven	Dış Özgüven
Kişisel gelişim	r	,446 ^a	,443 ^a
	p	,000 ^b	,000 ^b
Sosyalleşme	r	,439 ^a	,450 ^a
	p	,000 ^b	,000 ^b
Fiziksel fayda	r	,403 ^a	,404 ^a
	p	,000 ^b	,000 ^b
Bütünleşme	r	,429 ^a	,431 ^a
	p	,000 ^b	,000 ^b
Psikolojik gelişim	r	,435 ^a	,447 ^a
	p	,000 ^b	,000 ^b
Ahlaki gelişim	r	,437 ^a	,437 ^a
	p	,000 ^b	,000 ^b
Duygusal gelişim	r	,424 ^a	,427 ^a
	p	,000 ^b	,000 ^b

a Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

b Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Kişisel gelişim ($r = 0,446$) alt ölçeği ile iç özgüven ($r = 0,446$) alt ölçeği arasında pozitif yönde zayıf bir ilişki saptanmıştır. Kişisel gelişim ($r = 0,446$) alt ölçeği ile dış özgüven ($r = 0,443$) alt ölçeği arasında pozitif yönde zayıf bir ilişki saptanmıştır.

Sosyalleşme ($r = 0,439$) alt ölçeği ile iç özgüven ($r = 0,446$) alt ölçeği arasında pozitif yönde zayıf bir ilişki saptanmıştır. Sosyalleşme ($r = 0,439$) alt ölçeği ile dış özgüven ($r = 0,450$) alt ölçeği arasında pozitif yönde zayıf bir ilişki saptanmıştır.

Fiziksel fayda ($r = 0,403$) alt ölçeği ile iç özgüven ($r = 0,446$) alt ölçeği arasında pozitif yönde zayıf bir ilişki saptanmıştır. Fiziksel fayda ($r = 0,403$) alt ölçeği ile dış özgüven ($r = 0,404$) alt ölçeği arasında pozitif yönde zayıf bir ilişki saptanmıştır.

Bütünleşme ($r = 0,429$) alt ölçeği ile iç özgüven ($r = 0,446$) alt ölçeği arasında pozitif yönde zayıf bir ilişki saptanmıştır. Bütünleşme ($r = 0,429$) alt ölçeği ile dış özgüven ($r = 0,431$) alt ölçeği arasında pozitif yönde zayıf bir ilişki saptanmıştır.

Psikolojik gelişim ($r = 0,435$) alt ölçeği ile iç özgüven ($r = 0,446$) alt ölçeği arasında pozitif yönde zayıf bir ilişki saptanmıştır. Psikolojik gelişim ($r = 0,435$) alt ölçeği ile dış özgüven ($r = 0,447$) alt ölçeği arasında pozitif yönde zayıf bir ilişki saptanmıştır.

Ahlaki gelişim ($r = 0,437$) alt ölçeği ile iç özgüven ($r = 0,446$) alt ölçeği arasında pozitif yönde zayıf bir ilişki saptanmıştır. Ahlaki gelişim ($r = 0,437$) alt ölçeği ile dış özgüven ($r = 0,437$) alt ölçeği arasında pozitif yönde zayıf bir ilişki saptanmıştır.

Duygusal gelişim ($r = 0,424$) alt ölçeği ile iç özgüven ($r = 0,446$) alt ölçeği arasında pozitif yönde zayıf bir ilişki saptanmıştır. Duygusal gelişim ($r = 0,424$) alt ölçeği ile dış özgüven ($r = 0,427$) arasında pozitif zayıf bir ilişki vardır.

Hipotez Testi Sonuçları

Aşağıdaki tablo analiz sonucunda hipotezlerin desteklenip desteklenmediği ile ilgili bilgileri içermektedir.

Tablo 4.18: Hipotez Testi Sonuçları

H ₁ : Yaş ile sporda sosyal bütünleşme arasında anlamlı bir farklılık vardır	Desteklendi
H ₂ : Cinsiyet ile sporda sosyal bütünleşme arasında anlamlı bir farklılık vardır	Desteklenmedi
H ₃ : Medeni durum ile sporda sosyal bütünleşme arasında anlamlı bir farklılık vardır	Desteklenmedi
H ₄ : Eğitim durumu ile sporda sosyal bütünleşme arasında anlamlı bir farklılık vardır	Desteklendi
H ₅ : Meslek ile sporda sosyal bütünleşme arasında anlamlı bir farklılık vardır	Desteklenmedi
H ₆ : Fiziksel aktiviteye katılım ile sporda sosyal bütünleşme arasında anlamlı bir farklılık vardır	Desteklenmedi
H ₇ : Yaş ile özgüven arasında anlamlı bir farklılık vardır	Desteklenmedi
H ₈ : Cinsiyet ile özgüven arasında anlamlı bir farklılık vardır	Desteklenmedi
H ₉ : Medeni durum ile özgüven arasında anlamlı bir farklılık vardır.	Desteklenmedi
H ₁₀ : Eğitim durumu ile özgüven arasında anlamlı bir farklılık vardır	Desteklenmedi
H ₁₁ : Meslek ile özgüven arasında anlamlı bir farklılık vardır	Desteklenmedi
H ₁₂ : Fiziksel aktiviteye katılım ile özgüven arasında anlamlı bir farklılık vardır	Desteklendi
H ₁₃ : Sporda sosyal bütünleşme ile özgüven arasında anlamlı bir ilişki vardır.	Desteklendi

5. TARTIŞMA

Araştırma bulgularına göre demografik özelliklerin sosyal bütünleşme ve özgüveni yordamadıkları görülmüştür. Ancak bu özelliklerden fiziksel aktivitenin özgüven düzeyini yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bununla birlikte sosyal bütünleşme ile özgüven arasında ilişki olduğu saptanmıştır.

Çalışma sonucunda elde edilen verilere göre sosyal bütünleşme düzeyi yaş, cinsiyet, medeni durum, eğitim durumu, meslek ve fiziksel aktiviteye göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir. Buna karşın sosyal bütünleşme alt ölçeğinden bütünleşme yaş ve eğitim durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermektedir. Literatürde bu bulgular ile benzerlik ve farklılık gösteren çalışmalar mevcuttur.

Eser (2011) çalışmasında araştırmaya katılan futbolcuların sporda sosyal bütünleşmeye ilişkin görüşleri cinsiyetlerine ve yaşlarına göre anlamlı bir farklılık göstermemiştir. Bu bulgular çalışmamız ile yaş değişkeni bakımından farklılık cinsiyet değişkeni bakımından benzerlik göstermektedir.

Karacan Doğan (2011) çalışmasında farklı yaş grubu ve eğitim grubundaki bireyler arasında sporda sosyal bütünleşme bakımından anlamlı farklılık bulunmaktadır, ancak cinsiyet bakımından anlamlı farklılık bulunmamaktadır. Bu benzerlik göstermektedir.

Evli (2018) çalışmasında elde ettiği bulgulara göre; katılımcıların sporda bütünleşme düzeylerinin yaş ve cinsiyete göre farklılığı anlamlı olmadığı belirlenmiştir. Bu bulgular çalışmamız ile benzerlik göstermektedir. Ancak yaş değişkeni açısından farklılık göstermektedir.

Sporda sosyal bütünleşmenin cinsiyet değişkeniyle ilgili olarak Yılmaz (2006), çalışmasında fiziksel fayda ve sosyalleşme boyutlarında kız öğrenciler lehine farklılık tespit etmiştir. Ekici ve Kırca (2016) çalışmasında duygusal gelişim alt boyutu ile cinsiyet arasında anlamlı farklılık olduğunu ifade etmiştir. Bu bulgular çalışmamız ile farklılık göstermektedir.

Karadağ (2019) çalışmasında spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin sporda sosyal bütünleşme düzeyinin cinsiyet, yaş ve fiziksel aktivite yapma durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermediğini saptamıştır. Bu bulgular cinsiyet ve fiziksel aktiviteye katılım değişkenleri açısından çalışmamız ile benzerlik yaş değişkeni açısından farklılık göstermektedir.

Bilgin (2020) çalışmasında araştırmaya katılan öğrencilerin sosyal bütünleşme düzeylerinin yaş ve cinsiyet durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermediğini saptamıştır. Bu bulgular çalışmamız ile cinsiyet değişkeni açısından benzerlik, yaş değişkeni açısından farklılık göstermektedir.

Çalışma bulgularına göre, özgüven düzeyi yaş, cinsiyet, medeni durum, eğitim durumu ve meslek değişkenlerine göre farklılaşmamaktadır. Ancak özgüven düzeyi fiziksel aktiviteye göre farklılaşmaktadır. Literatürde yapılan çalışmalarda da benzer ve farklı sonuçlar elde edilmiştir.

Aksoy (2019) çalışmasında futbol hakemleri özgüven düzeyleri ile demografik değişkenler arasındaki farklılığı analiz etmiştir. Buna göre, yaş, eğitim, meslek ve medeni durumları ile özgüven arasında farklılık olduğunu tespit etmiştir. Benzer şekilde Bilgin (2011) çalışmasında ergenlerin özgüven düzeyleri ile yaş arasında farklılık olduğunu ifade etmiştir.

Şahin (2016) araştırmasında genç sporcuların yaşları ile özgüven düzeylerini karşılaştırmış ve 15-19 yaş arası engelli sporcuların, büyük sporculara göre özgüven düzeylerinin düşük olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Gündoğdu (2018) çalışmasında spor yapan ortaokul öğrencilerinde yaş ile özgüven düzeyi arasında anlamlı bir farklılık olmadığını ifade etmiştir. Benzer şekilde Yaylacı (2019) çalışmasında özgüven düzeyinin cinsiyete göre farklılaşmadığı sonucuna ulaşmıştır.

Yıldız ve ark (2016) ve Özen ve ark (2014) çalışmalarında cinsiyet ile özgüven arasında farklılık olmadığı sonucuna ulaşmışlardır. Benzer şekilde Başoğlu (2007),

Çelik (2014), Patır (2016), Acuner'in (2012) ve Sun (2015) aynı sonuçları elde etmişlerdir. Bu bulgular çalışma sonuçları ile benzerlik göstermektedir.

Ancak Öztürk (2017) çalışmasında, özgüven ve cinsiyet değişkenleri arasında farklılık olduğu sonucuna ulaşmıştır. Can ve Kaçar (2016) çalışmalarında kadın sporcuların özgüven düzeylerinin erkek sporculardan daha yüksek olduğunu tespit etmiştir. Toktaş'ın (2017) çalışmasında katılımcıların iç özgüven puanları ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir fark bulunmuştur. Erkeklerin puanlarının kızların puanlarından yüksek olduğu bulunmuştur. Bu sonuçlar çalışmamız ile farklılık göstermektedir.

Çalışmada elde edilen bulgulara göre sporda sosyal bütünleşme ile özgüven arasında anlamlı bir ilişki vardır. Bu durum spor yapan bireylerin özgüven düzeylerinin yüksek olduğu anlamına gelmekte ve sporun bireysel gelişmede önemini ortaya koymaktadır. Literatürde bizim çalışmamız ile benzer sonuçlar elde edilen diğer çalışmalar aşağıda verilmiştir.

Yılmaz (2006) çalışmasında doğa sporlarının öğrencilerin kişilik gelişimine, sosyalleşmesine ve sosyal bütünleşmelerine katkısı olduğunu ortaya koymuş ve bu nedenden ötürü doğa sporlarına öğrencilerin katılımının teşvik edici danışmanlık hizmetleri verilerek, bu tip aktivitelere katılımın artması için özendirici olanaklar sağlanması sonucuna varılmıştır.

Talimciler (2008), futbolun, farklı sosyal kimliklerin karşılaşmasına ve birbirlerinden etkilenmesine vesile olduğunu belirtmiştir. Bu bakımdan farklı ülkelerin birbirleri ile oynadıkları milli maçların ve diğer kulüp takımlarının kupa mücadelelerinin küresel bir dünya kültürünün yaratılmasına ve yaşatılmasına da aracı olduğunu eklemiştir.

Ramazanoğlu ve ark (2005) insan yaşamı ile bütünleşmiş olan spor, insanların sağlıklı, başarılı, mutlu ve yüksek moral gücüne sahip olmasında çok önemli rol oynadığını, sporun, toplumda diğer insanlara ulaşmada bir unsur olduğunu, yine insanların spor sayesinde aynı amaçlara yönelmeye, birlikte hareket etme duygusunu

yaşamaya başladığını ve sporun; fiziksel, ruhsal ve toplumsal gelişime de fayda sağladığını bildirmişlerdir.

Blume (2003), çalışmasında beden eğitimi kapsamında verilen dans eğitiminin ergenlerin sosyal rollerini geliştirildiği sonucuna ulaşmıştır. Benzer şekilde Özdiç (2005) çalışmasında spor ve sosyalleşmeyle ilişkisini incelemiş ve spora katılımın sosyalleşmeye olumlu etki yaptığını tespit etmiştir. Şahan (2008) ve Küçük (2004) çalışmalarında spor ve kültürel faaliyetlerin sosyalleşmeye etkisi olduğunu ifade etmiştir. Böylece birey sosyal gruplarda yer alma, kazanma ve kaybetme duygusunu edinme, yardımlaşma, saygı duyma ve kendine güvenme gibi toplumsal birliktelik nitelikleri kazanmaktadır.

Sosyal becerilerin gelişimi ile ilgili olarak Dalkıran ve ark (2015), yaptıkları çalışmada ilköğretim öğrencilerinde spor yapan öğrencilerin yapmayanlara göre daha yüksek sosyal beceri düzeyini sahip olduklarını ifade etmiştir.

Yıldırım ve Sunay (2009), tenis sporu yapan sporcuların bu sporu tercih etme nedenlerini araştırmışlardır. Araştırma bulgularına göre sporcuların başarılı olmaktan zevk aldıkları ve bu duygunun onları motive ettiği yönünde sonuçlar elde etmişlerdir.

Zorba (2012) çalışmasında kişilerin öz saygıları ve özgüvenleri ile yapılan düzenli sporun arasında anlamlı ilişki olduğunu tespit etmişlerdir. Benzer şekilde Bostancı ve ark (2016) araştırmalarında spor bölümlerinde eğitim alan üniversite öğrencilerinden aktif spor yapanların özgüven düzeylerinin diğerlerine göre daha yüksek olduğunu tespit etmişlerdir.

Özbek ve ark (2017) spor yapan ve yapmayan lise öğrencilerinin özgüven düzeylerini karşılaştırmış ve spor yapanların yapmayanlara göre özgüven düzeylerinin yüksek olduğunu tespit etmiştir.

Literatürde yapılan çalışmalar ve bu çalışmada elde edilen sonuçlara göre demografik değişkenlerin sporda sosyal bütünleşme ve özgüven düzeyini yordamadığı sonuçlarına ulaşılmıştır. Ancak sporun bireylerin sosyal bütünleşme ve özgüven düzeylerini olumlu yönde etkilediğini ifade etmek mümkündür.

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

Uzaktan eğitim ile spor yapan bireylerin sosyal bütünleşme ve özgüven düzeylerinin incelendiği bu çalışmada demografik özelliklerin bu iki değişkeni etkilemediği, ancak fiziksel aktiviteye katılım düzeyinin özgüven düzeyini yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bununla birlikte sporun bireylerin sosyalleşmesi ve özgüven düzeyleri üzerinde olumlu etkisi olduğu yapılan diğer çalışmalarda verilmiştir.

Literatür çalışmaları sonucuna göre sosyalleşme bireylerin yaşadığı topluma uyum sağlamasını ve kültürel anlamda bütünleşmesini sağlayan bir olgudur. Bununla birlikte sportif ve kültürel faaliyetler bireyin sosyalleşmesine katkı sağlayan önemli aktivitelerdir. Bireyler yalnızlık, monotonluk, amaçsızlık, kötümserlik, bunalım gibi duygularını sportif ve kültürel faaliyetlere katılım ile giderebilirler. Ayrıca insan ilişkileri anlamında da sorumluluk, iş birliği, düzenli hayat gibi alanlarda da sportif ve kültürel faaliyetler önemli rol oynar. Bu faaliyetleri n bireylere kazandırdığı olumlu etkiler sonucunda toplumsal gelişmeyi de desteklemektedir.

Diğer yandan tartışma kısmında da belirtildiği gibi sporun özgüveni artırdığı düşünülmektedir. Bireyleri hem psikolojik açıdan rahatlatmak hem de sosyal bakımdan aktif birer birey haline getirmenin en kolay yolunun spor yapmak olduğu ifade edilebilir. Sosyal açıdan da sporun kendini anlatma ve kendine güveni arttırdığı, başarı, sosyal iletişim, dayanışma ve centilmenlik ruhunu geliştirdiği, zihin yorgunluğu ve gerginliği azaltmada yardımcı olduğu bilinmektedir.

Sonuç itibariyle, değişen ve gelişen yaşam koşulları sonucunda önemi günden güne artan ve modern yaşamın vazgeçilmez bir parçası olan sporun sosyal gelişmeye ve özgüvene olan katkısı göz ardı edilemez.

Araştırmamız sırasında Türkiye’de sporun sosyal bütünleşme ve özgüvene olan katkısı ile ilgili fazla sayıda çalışmanın olmadığı, yapılan bu çalışma bu konudaki eksikliği gidermek bakımından önemlidir. Bundan sonra yapılacak konu ile ilgili çalışmalarda Sporda Sosyal Bütünleşme Ölçeğinin ve Özgüven ölçeğinin diğer farklı örneklem gruplara uygulanması yararlı olacaktır.

7. KAYNAKLAR

- Ağkurt E, 2018. Üniversite öğrencilerinde spora katılımın sosyalleşmeye etkisi. Yüksek Lisans Tezi. Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Elâzığ.
- Acuner A, 2012. Farklı dansları yapan bireylerin çeşitli değişkenlere göre Özgüven ve öz-yeterliliklerinin karşılaştırılması. Yüksek Lisans Tezi. Karadeniz Teknik Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.
- Akarsu A, 2015. Sosyal bütünleşme bağlamında kutlu doğum faaliyetleri. Siirt Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi, 2, 101-126.
- Aksoy U, 2019. Farklı klasmanlarda görev yapan futbol hakemlerinin iletişim becerileri ve özgüven düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi (Aydın İli örneği). Yüksek Lisans Tezi, Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Aydın.
- Aksu L, 2016. Türkiye’de beşerî sermayenin önemi: iktisadi büyüme ile ilişkisi, sosyal ve stratejik analizi. İktisat Politikası Araştırmaları Dergisi, 3, 68-129.
- Akın A, 2007. Öz-Güven Ölçeğinin Geliştirilmesi ve Psikometrik Özellikleri. Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 7(2), 167-176.
- Ardahan F, Lapa TY, 2011. Açık alan rekreasyonu: bisiklet kullanıcıları ve yürüyüşçülerin doğa sporu yapma nedenleri ve elde ettikleri faydalar. Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi, 8, 1327-1341.
- Arslan C, Güllü M, Tural V, 2011. Spor yapan ve yapmayan ilköğretim öğrencilerinin depresyon durumlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi. Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 5, 120-132.
- Aydın A, 2000. Zorunlu temel eğitim uygulaması ve çözüm bekleyen sorunlar. Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 8, 98-103.
- Aydın G, 2006. Sosyal bütünleşmenin sağlanması sürecinde Ziya Gökalp ve Orhan Türkdoğan’da dilin fonksiyonları. Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.
- Aydınalp H, (17-19 Nisan 2015). Birlikte yaşama hukukunun sosyolojik temelleri. Kutlu doğum haftası Hz. Peygamber ve birlikte yaşama hukuku sempozyumu. DİB Yayınları. Mardin, 91-107.
- Baciu C, Baciu A, 2015. Quality of life and students’ socialization through sport. Procedia - Social And Behavioral Sciences, 209, 78-83.
- Balcı A, Baltacı A, Fidan T, Cereci, C, Acar U, 2012. Örgütsel sosyalleşmenin örgütsel özdeşleşme ve örgütsel vatandaşlıkla ilişkisi. Eğitim Bilimleri Araştırmaları Dergisi, 2, 47-74.
- Başoğlu ST, 2007. Sınav kaygısı ile özgüven arasındaki ilişkinin erinlik döneminde incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.
- Bayar P, 2003. Spor yapan ve yapmayan bayanların kişilik özelliklerinin karşılaştırılması. Spor Bilimleri Dergisi, 14, 133-143.
- Bayraktar C, 2003. Sosyal yapı özelliklerinin spora etkisi. Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 27, 19-36.
- Biçer B, Yüktaşır B, Yalçın HB, Kaya F, 2009. Yetişkin bayanlarda 8 haftalık aerobik dans egzersizlerinin bazı fizyolojik parametreler üzerine etkisi. Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 11, 1-14.
- Bilgin O, 2011. Ergenlerde Özgüven düzeyinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Bilgin KE, 2020. Halk Oyunları Oynayan Üniversite Öğrencilerinin İletişim Becerileri ve Sosyal Bütünleşme Düzeyleri Arasındaki İlişki, Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversite, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Bilgiseven AK, 1993. Sağlıklı sanayileşmenin sosyal temelleri. Sosyoloji Konferansları 24, 1.

- Blume LB, 2003. Embodied [By] Dance: Adolescent de / Constructions of Body, Sex and Gender in Physical Education. Sex Education Sexuality, Society and Learning 2003: 3(2); 95-103.
- Bostancı TG, Özen G, Yıldız NO, Üzüm H, 2016. November). Studying Self-Confidence Perception Of School Of Education And Sports Students In Terms Of Different Variables. In *The 10th International Conference In Physical Education, Sports And Physical Therapy*.
- Bozkurt A, 2017. Türkiye’de uzaktan eğitimin dünü, bugünü ve yarını. Açıköğretim Uygulamaları ve Araştırmaları Dergisi, 85-124.
- Can Y, Kaçar, Z. 2016. Sporcu Kimlik Algısı ile Cesaret ve Özgüven Duyguları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi . Journal of Human Sciences. 13(3), 6176-6184.
- Ceylan A, 2017. Ergenlerde mükemmeliyetçi benlik sunumunun özgüven ile ilişkisi. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Çakmak Ö, 2008. Eğitimin ekonomiye ve kalkınmaya etkisi. Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi, 11, 33-41.
- Çalcalı Ö, 2019. Türkiye’de kamu eğitim harcamalarının gelişimi ve OECD ülkeleri ile PISA etkinlik karşılaştırması. Çankırı Karatekin Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi, 9, 449-474.
- Çelik İ, 2014. Ortaokul öğrencilerinin özgüven düzeyinin bazı değişkenler açısından değerlendirilmesi. Yüksek Lisans Tezi. Türk Hava Kurumu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.
- Çınar S, 2007. Talcott Parsons ve işlevselci kuram. Sosyoloji Notları, 3, 35-43.
- Dalkıran O, Aslan CS, Gezer ED, Vardar T, 2015. Sporcu ve sedanter öğrencilerin sosyal beceri düzeylerinin karşılaştırılması. Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 7(3), 224-230.
- Demir E, 2014. Uzaktan eğitime genel bir bakış. Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 39, 203-212.
- Demir M, Filiz K, 2004. Spor egzersizlerinin insan organizması üzerindeki etkileri. Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi, 5, 109-114.
- Demirtaş Z, 2019. Uluslararası antlaşmalar çerçevesinde engellilerin eğitim hakkı. Türkiye İnsan Hakları ve Eşitlik Kurumu Akademik Dergisi, 2, 39-59.
- Diñer ÖGS, 2016. Bilgisayar destekli eğitim ve uzaktan eğitime genel bir bakış. Adana, Seyhan, Türkiye. 1-8. <https://www.researchgate.net/>
- Doğru Z, 2017. Beden eğitimi ve spor eğitimi bölümü öğrencilerinin özgüven ve özyeterlik algıları arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi. Beden Eğitimi ve Spor Araştırmaları Dergisi 9, 13-23.
- Dönmezer S, 1982. Sosyoloji. 8. Baskı. Ankara, Savaş Yayınları.
- Duman B, Alacahan O, 2010. Sosyal kaynaşma. Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi, 15, 103-128.
- Ekici S, Kırçan T, 2016. Gençlik ve spor bakanlığı gençlik kamplarına katılan bireylerin sosyal uyumlarının bazı değişkenlere göre araştırılması. Journal of Human Sciences. 13(3), 4906-4916.
- Eldeleklioğlu J, 2004. Çocuklarda özgüven gelişimi. Gazi Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 24, 111-121.
- Erkal EM, Güven Ö, Ayan D, 2000. Sosyolojik açıdan spor. İstanbul, Der Yayınları.
- Ersoy E, 2018. Sosyolojide değerler ve değer araştırmaları. Journal of International Social Research, 11, 357-366.
- Ertuğ C, 2020. Coronavirüs (Covid-19)n pandemisi ve pedagojik yansımaları: Türkiye’de açık ve uzaktan eğitim uygulamaları. Açıköğretim Uygulamaları ve Araştırmaları Dergisi, 6, 11-53.

- Eser MM, 2011. Futbolun sosyal bütünleşmedeki rolü. Yüksek Lisans Tezi. Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Elâzığ.
- Evlı F, 2018. Üniversite Takımlarında Farklı Branşlardaki Sporcuların Ahlaki Olgunluk ve Sosyal Bütünleşme Düzeyleri, Yüksek Lisans Tezi, Hititi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Çorum.
- Fichter J, 2009. Sosyoloji nedir. 7. Baskı, Ankara, Anı Yayıncılık.
- Gökçe AT, 2008. Küreselleşme sürecinde uzaktan eğitim. Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi, 11, 1-12.
- Göknaç Ö, 2015. Öz güven kazanmak, Ankara, Arkadaş Yayınevi.
- Gök Y, Sunay H, 2010. Türkiye ve Fransa’da uygulanan spor yönetiminin kamu yönetimi açısından karşılaştırılması. Spormetre, 8, 7-16.
- Gölpek F, 2012. Eğitim getirilerinin özel ve sosyal açıdan incelenmesi. Afyon Kocatepe Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi, 14, 43-53.
- Güçlü M, Yentür J, 2008. Milli takım düzeyindeki elit bayan sporcuların kişisel ve sosyal uyum düzeyleri ile bedenlerini algılama düzeylerinin karşılaştırılması. Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 6, 183-192.
- Güngör G, Göksu A, 2013. Türkiye’de eğitimin finansmanı ve ülkelerarası bir karşılaştırma. Yönetim ve Ekonomi: Celal Bayar Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi, 20, 59-72.
- Gündoğdu H, 2019. Okul spor takımlarında olan ve olmayan 12-14 yaş arası kız çocuklarının özgüven ve benlik saygısı değerlerinin incelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Gürsel M, 2011. Eğitime ilişkin çeşitlenmeler. Konya, Eğitim Yayınevi.
- Güven A, Dülger B, 2017. Siyasal şiddet nedeniyle kente göç eden ailelerde sosyal yapısı ve kentsel bütünleşme sorunsalı. Enderun 1, 17-26.
- Güven B, Demirhan G, 2006. Beden eğitimi öğretmenlerinin sınıf yönetiminin öğretmen davranışı boyutuna ilişkin görüşleri. Spor Bilimleri Dergisi, 17, 158-172.
- Hacıkeleşoğlu H, 2016. Of-Çaykara bölgesi İslâm âlimlerinin din anlayışı: Mehmet Rüştü Âşıkutlu, Hasan Râmi Yavuz ve Mustafa Cansız Örneği. Gümüşhane Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi, 5, 64-81.
- Hanton S, Mellalieu SD, Hall R, 2004. Self-confidence and anxiety interpretation: A qualitative investigation. Psychology Of Sport And Exercise, 5, 477-495.
- Hazar Z, Demir GT, Can B, 2018. Lise öğrencilerinin spora katılım güdülerinin farklı değişkenler açısından incelenmesi. Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 16, 225-235.
- İnsan Hakları Evrensel Beyannamesi, 2015. İnsan&İnsan, 61, 795-808.
- İşman A, 2008. Uzaktan eğitim. İstanbul, Pegem Akademi.
- Kaplan A, Ardahan F, 2013. Doğa sporları yapan bireylerin profilleri, doğa sporu yapma nedenleri ve elde ettikleri faydalar: Antalya örneği. Karadeniz Sosyal Bilimler Dergisi, 5, 93-114.
- Karaca M, 2012. Farklılaşma, bütünleşme ve birlikte yaşama üzerine. Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi, 18, 226-238.
- Karaca S, Beyhan B, 2017. Türkiye’deki çoklu spor organizasyonlarının kentlerin gelişimine etkileri: Erzurum, Trabzon ve Mersin örnekleri. Planning, 27, 38-56.
- Karacan Doğan P, 2011. Halk Oyunlarının Sosyal Bütünleşmeye Etkisi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara
- Karadağ A, 2019. Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinde Yaşam Becerileri ve Sosyal Bütünleşme İlişkisinin İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Celal Bayar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Manisa

- Kaya N, Taştan N, 2020. Özgüven üzerine bir derleme. Kırıkkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 10, 297-312.
- Karademir N, 2015. Fen edebiyat fakültesi coğrafya bölümü öğrencilerinin özgüven algıları. Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 12, 53-77.
- Kasatura İ, 1998. Kişilik ve öz güven. İstanbul, Evrim Yayınevi.
- Kaya Z, 2002. Uzaktan eğitim İstanbul, Pegem A Yayıncılık.
- Keskin M, Özer D, 2020. COVID-19 sürecinde öğrencilerin web tabanlı uzaktan eğitime yönelik geri bildirimlerinin değerlendirilmesi. İzmir Kâtip Çelebi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi, 5, 59-67.
- Koçak Ç, Güven Ö, 2018. Voleybol antrenörü mesleki öz yeterlik ölçeği geçerlik ve güvenirlik çalışması. Spormetre, 16,162-177.
- Koçak F, Tuncel F, Tuncel S, 2013. Sporda sürdürülebilirliğin boyutlarının belirlenmesi. Spormetre, 11, 113-129.
- Korlu Ö, 2020. Eğitimin yönetişimi ve finansmanı eğitim izleme raporu 2020. <https://dspace.ceid.org.tr/>
- Kuru E, 2000. Spor psikolojisi. Ankara, Gazi Basımevi.
- Küçük V, Koç H, 2004. Psiko-sosyal gelişim süreci içerisinde insan ve spor ilişkisi. Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 9, 1-11.
- Lindenfield G, 1997. Kendine güvenen çocuk yetiştirme. Ankara HYB Yayıncılık.
- Mammadov R, 2018. Eğitim standardı, eğitim finansmanı ve ekonomik büyümenin panel ekonometrisi ile analizi. Doktora Tezi, Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Matteucci I, 2017. Sport and integration in Italian elementary school: the sports class project. Ovidius university annals, series physical education and sport / science, Movement And Health, 17, 336-343.
- Mckay M, Fanning P, 2016. Özgüven I, Ankara, Arkadaş Yayınevi.
- Meydanlıoğlu A, 2015. Çocuklarda fiziksel aktivitenin biyopsikososyal yararları. Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar, 7, 125-135.
- Mumcu HE, 2017. Bazı AB ülkelerinde uygulanan engelli spor politikalarının ekonomik, sosyal ve proje bazlı olarak Türkiye ile karşılaştırması. Doktora Tezi, Dumlupınar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kütahya.
- Mutluer K, Öner E, Kesik A, 2010. Teori ve uygulamada kamu maliyesi, İstanbul, Bilgi Üniversitesi Yayınları.
- Özbek S, Yoncalık MT, Alıncak F, 2017. Sporcu ve sedanter lise öğrencilerinin özgüven düzeylerinin karşılaştırılması (Kırşehir ili örneği). Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi 2, 46-56.
- Özdağ S, Kürkcü R, Kartal R, Aytekin U, 2006. Engellilerde beden eğitimi spor. Ankara, Saray Kağıtçılık ve Matbaacılık.
- Özdil M, 2017. Kolektif ve bireysel kimlikler bağlamında sosyal bütünleşme. Journal of Süleyman Demirel University Institute of Social Sciences 28, 384-400.
- Özdiñç Ö, 2005. Çukurova Üniversitesi Öğrencilerinin Sporun ve Spora Katılımın Sosyalleşmeyle İlişkisi Üzerine Görüşleri. Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 3(2); 77-84.
- Özen G, Özen Ş, Sönmez GTS, 2014. Kamp yaşantısı ve engel aktiviterin katılımcıların öz-etkililik algılarına etkisi. Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi, 5 (2),5-12.
- Öztürk N, 2017. Üniversite öğrencilerinin algıladıkları aile iklimi ve anne-babaya bağlanma biçimleri ile özgüven düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. The Journal of International Lingual Social and Educational Sciences, 3 (1), 9-22.

- Patır Erkek N, 2016. Yatılı ve gündüzlü eğitim alan ortaöğretim öğrencilerinin şiddet eğilimleri ile özgüvenleri arasındaki ilişkinin incelenmesi (Yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Ankara.
- Perception Of School Of Education And Sports Students In Terms Of Different Variables, The 10th International Conference In Physical Education, Sports And Physical Therapy, November 18-20, 2016, Firat University, Elazig.
- Pepe K, Türkay İK, 2017. Genç bireylerde spora katılım ve bu bireylerde katılımı etkileyen faktörlerin incelenmesi. The Journal of Academic Social Science, 5, 60-71.
- Pomohacı M, Sopa IS, 2017. Extracurricular sport activities and their importance in children socialization and integration process. Scientific Bulletin, 1, 46-59.
- Ramazanoğlu F, Karahüseyinoğlu MF, Demirel ET, Ramazanoğlu MO Altungül O, 2005. Sporun Toplumsal Boyutlarının Değerlendirilmesi. Doğu Anadolu Bölgesi Araştırmaları.
- Rusu O, Rusu D, 2017. Social integration through sport to hearing impaired students. Sp Soc Int J Ph Ed Sp, 17, 41-52.
- Sağat H, 2016. Bireylerin anne baba tutumlarının özgüven ve sosyal fobiye olan ilişkisinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Bilim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü İstanbul.
- Sancaktar C, 2013. Bütünleşme ve bütünleşme teorileri. İçinde: Uluslararası ilişkilerde teorik tartışmalar. Edt: Hasret Çomak Caner Sancaktar, İstanbul, Beta Yayınları.
- Sarıçam H, Güven M, 2012. Özgüven ve Dini Tutum. The Journal of Academic Social Science Studies 5, 573-586.
- Seippel Ø, 2005. Sport, civil society and social integration: the case of Norwegian voluntary sport organizations. Journal of Civil Society, 1, 247-265.
- Sever S, 2002. Çocuk kitaplarına yansıtılan şiddet (milli eğitim temel yasası ve çocuk haklarına dair sözleşme bağlamında bir değerlendirme). Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi, 35, 25-37.
- Soner O, 2000. Aile uyumu, öğrenci özgüveni ve akademik başarı arasındaki ilişkiler. Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi, 12, 249-260.
- Söyler İ, 2008. Eğitim hizmetleri bağlamında vakıf üniversitelerinin finansal ve vergisel sorunları. Maliye Dergisi, 154, 52-76.
- Sun E, 2015. Sporun Lise Öğrencilerinin Özgüven Düzeylerine Etkisi. Yüksek Lisans Tezi. Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kahramanmaraş.
- Şahan H, 2008. Üniversite Öğrencilerinin Sosyalleşme Sürecinde Spor Aktivitelerinin Rolü. KMU İİBF Dergisi, 10(15); 260-278.
- Şahin MK, 2015. Okul Öncesi Öğretmenlerinin Öz Güvenleri ve Meslek Tutumlarının İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Afyonkarahisar.
- Şahin MC, Tekdal M, 2005. İnternet tabanlı uzaktan eğitimin etkililiği: Bir meta-analiz çalışması. Akademik Bilişim, 2, 1-11.
- Şahin T, Coşkun S, 2009. Sosyal dışlanma ve yoksulluk ilişkisi. Ankara, Başbakanlık Sosyal Yardımlaşma ve Dayanışma Genel Müdürlüğü.
- Şimşek H, Şimşek AS, 2013. Güneydoğu Anadolu Bölgesindeki lise öğrencilerinde sosyal bütünleşme düzeyi. Milli Eğitim Dergisi 43, 73-96.
- Talimciler A, 2008. Futbol değil iş: endüstriyel futbol, İletişim kuram ve araştırma dergisi, 26, 89-114.
- Terekli MS, Çobanoğlu HO, 2018. Mega spor organizasyonlarının ekonomik etkilerinin Türkiye açısından avantaj ve dezavantajları. The Journal of Social Science, 2, 95-107.
- Tezcan M, 1997. Eğitim sosyolojisi. Ankara, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Yayınları.

- Toktaş S, 2017. Okul Spor müsabakalarına katılan lise öğrencilerinin kaygı, özgüven ve güdülenmeleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi. Doktora Tezi Karadeniz Teknik Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.
- Türkahraman M, Fidan S, 2005. Türk dünyası ve mana etrafında bütünleşme. HÜTAD, 2, 75-90.
- Türksoy B, 2019. Spor tesislerinde hizmet kalitesinin değerlendirilmesi. Yüksek Lisans Tezi, Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bolu.
- Ulseth ALB, 2004. Social integration in modern sport: commercial fitness centres and voluntary sports clubs. European Sport Management Quarterly, 4, 95-115.
- Uzun M, Hazar M, Döş Yılmaz E, Kaplan M, 2013. Kahramanmaraş ilinde yapılan folklorik güreşler ve sosyal hayata etkileri. Kahramanmaraş Sempozyumu, 1053-1063.
- Vealey RS, 2009. Confidence in sport: handbook of sports medicine and science sport psychology, USA, Miami University, OH Publishers.
- Voigt D, 1998. Spor sosyolojisi. İstanbul, Alkım Yayınları.
- Woodman T, Hardy L, 2003. The relative impact of cognitive anxiety and self-confidence upon sport performance: A meta-analysis. Journal of Sports Sciences, 21, 443-457.
- Yamaner F, 2018. Spor ilimlerine giriş ve beden eğitimi ve sporun temelleri. İzmir, Ergun Yayınevi.
- Yaylacı ST, 2019. Sportif faaliyetlerin 13-14 yaşındaki bireylerin özgüven düzeylerine etkisi. Yüksek lisans tezi. Hitit Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Çorum
- Yavuzer H, 2002. Çocuk psikolojisi. İstanbul, Remzi Kitabevi.
- Yazıcı AG, 2014. Toplumsal dinamizm ve spor. Uluslararası Türkçe Edebiyat Kültür Eğitim Dergisi, 3, 394-405.
- Yetim AA, 2000. Sosyoloji ve spor. Trabzon, Topkar Matbaacılık.
- Yıldırım A, 2020. Örgüt teorisinde Parsons'cu işlevselcilik ve gerilim yönetimi. Süleyman Demirel Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi, 51, 153-167.
- Yıldırım Y, Sunay H, 2009. Türkiye'de Performans Tenisi Yapan Sporcuların Tenise Başlama Nedenleri ve Beklentileri. Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 7 1(3); 103-109.
- Yıldız N, Özen G, Bostancı TG, 2016. The effects of one-day outdoor Education on self-efficacy, Journal of Human Sciences, 13(3), 6098- 6103.
- Yıldız SM, 2009. Spor ve fiziksel etkinlik hizmetleri: geniş bir sınıflama. Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 12, 1-10.
- Yılmaz B, Karlı Ü, Yetim AA, 2006. Sporda sosyal bütünleşme ölçeği geçerlik ve güvenirlik çalışması. Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 11(3), 3-18.
- Yılmaz B, 2006. Doğa sporlarına katılımın sosyal bütünleşmeye etkisi. Doktora Tezi. Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Ankara.
- Yolcu H, 2011. Hanehalkının eğitim harcamalarını etkileyen etmenler: kuramsal bir çalışma. Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 3, 12-35.
- Zengin E, Öztaş C, 2008. Yerel yönetimler ve spor. Journal Of Social Policy Conferences, 55, 49-78.
- Zorba E, 2012. Herkes İçin Yaşam Boyu Spor. Ankara: Eyir Yayınları.

8. EKLER

Ek A Kişisel Bilgi formu

1. Yaş

☐ 18-24 ☐ 25-30 ☐ 31-35 ☐ 36-40 ☐ 40 üzeri

2. Cinsiyet

☐ Erkek ☐ Kadın

3. Medeni durum

☐ Evli ☐ bekar

4. Eğitim durumu

☐ İlköğretim ☐ Lise ☐ Önlisans ☐ Lisans ☐ Lisansüstü eğitim

5. Meslek

☐ Ev Hanımı ☐ Kamu çalışanı ☐ Özel sektör çalışanı ☐ Öğrenci ☐ Diğer

6. Haftada kaç kez fiziksel aktivitelere katılım gösterirsiniz?

☐ 1 ☐ 2-3 ☐ 3-5 ☐ +7

EK B SPORDA SOSYAL BÜTÜNLEŞME ÖLÇEĞİ

Uğraştığınız spor branşına katılmanın sizdeki etkileri açısından aşağıdaki ifadelerden size uygun olan seçeneği (X) koyarak belirtiniz.		Hiç Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
1	Özgüvenimin gelişmesine katkı sağlar.					
2	Fiziksel olarak kendimi çok sağlıklı hissetmemi sağlar.					
3	Başarma duygusuyla aldığım haz doruğa ulaşır.					
4	Grup işbirliği becerimi geliştirir.					
5	Macera duygumu artırır.					
6	Diğer insanlara saygımı artırır.					
7	Bir gruba aitlik duygumu geliştirir.					
8	Liderlik becerilerimi geliştirmeye yardımcı olur.					
9	Problemleri tespit etme yeteneğimi geliştirir.					
10	Problem çözme becerimi geliştirir.					
11	Çalışma alışkanlığı kazandırır.					
12	Kilo kontrolümü sağlar.					
13	Spor becerimi geliştirir.					
14	Vücut şeklimi korur ve zindelik sağlar.					
15	Fiziksel gücümü artırır.					
16	Stresten uzaklaşmama yardımcı olur.					
17	Denge ve koordinasyonumu geliştirir.					
18	Zamanı iyi kullanma becerimi artırır.					
19	Güçlü arkadaşlık bağları kurmamı sağlar.					
20	Birçok görevin üstesinden gelebilme becerimi artırır.					
21	Grupla iş bölümü yapmamda fayda sağlar.					
22	Arkadaşlarımla dayanışma içinde olmamı sağlar.					
23	Bilgili, ahlaklı ve yardımsever olmama katkı sağlar.					
24	Orf, adet ve hukuk kurallarına uymam yönünde katkı					
25	Arkadaşlarımla birlikte olmamı ve iyi zaman geçirmemi					
26	Yeni insanlarla tanışmamı sağlar.					
27	Birey olarak gelişmeme yardımcı olur.					
28	Diğer insanlarla ortak bir şeyleri paylaşmamı sağlar.					
29	Farklı siyasi görüşteki insanların bir araya gelmesini					
30	Farklı kültürlerden gelen insanların bir araya gelmesini					
31	Farklı ekonomik yapıya sahip insanların bir araya					
32	Farklı inançtaki insanların bir araya gelmesini sağlar.					

EK C ÖZGÜVEN ÖLÇEĞİ

Her sorunun karşısında bulunan; (1) Hiç bir zaman (2) Nadiren (3) Sık sık (4) Genellikle ve (5) Her zaman anlamına gelmektedir.

1	Kendimi başarılı bir insan olarak görürüm.	1	2	3	4	5
2	Başkalarının yanında heyecanımı kontrol edebilirim.	1	2	3	4	5
3	Seçimlerimde başkalarına bağımlı değilimdir.	1	2	3	4	5
4	Yaşamdaki zorluklarla baş edebilirim.	1	2	3	4	5
5	Benim için aşılamayacak sorun yoktur.	1	2	3	4	5
6	Başkalarının görüşlerine saygı gösteririm.	1	2	3	4	5
7	Problemlerimin üstesinden gelebileceğime inanırım.	1	2	3	4	5
8	Sosyal etkinliklere katılmaktan çekinmem.	1	2	3	4	5
9	Verdiğim kararların arkasında dururum.	1	2	3	4	5
10	Kendi kendime yetebileceğime inanırım.	1	2	3	4	5
11	Aktif birisi olduğumu düşünürüm	1	2	3	4	5
12	Öz-eleştiri yapabilirim.	1	2	3	4	5
13	Anlamadığım konularda başkalarına soru sorabilirim	1	2	3	4	5
14	Yeni girdiğim ortamlara uyum sağlarım.	1	2	3	4	5
15	Kendimle barışık bir insanım.	1	2	3	4	5
16	Gerektiğinde sonuna kadar hakkımı savunurum.	1	2	3	4	5
17	İstediğim şeyleri elde etmek için mücadele edebilirim	1	2	3	4	5
18	Kendimi rahat bir şekilde ifade edebilirim	1	2	3	4	5
19	Kendimi ve başkalarını olduğu gibi kabul ederim.	1	2	3	4	5
20	Çevremde yeteri kadar güvенеbileceğim insan vardır.	1	2	3	4	5
21	Sorumluluk almaktan çekinmem.	1	2	3	4	5
22	Diğer insanların eleştirilerini anlayışla karşılayabilirim.	1	2	3	4	5
23	Sıkıntılı anlarımda bile olumlu düşünmeye çalışırım.	1	2	3	4	5
24	Ön plana çıkmaktan korkmam.	1	2	3	4	5
25	Başarısız olduğumda hemen pes etmem.	1	2	3	4	5
26	Başka insanlarla kolaylıkla iletişim kurabilirim	1	2	3	4	5
27	Değerli birisi olduğuma inanırım.	1	2	3	4	5
28	Kolay arkadaş edinebilirim.	1	2	3	4	5
29	Düşüncelerimi ifade ederken başkalarından çekinmem.	1	2	3	4	5
30	Kolay karar verebilirim.	1	2	3	4	5
31	Sosyal bir insan olduğuma inanırım.	1	2	3	4	5
32	Kendimi severim.	1	2	3	4	5
33	Başka insanların övgülerini hak ettiğime inanırım.	1	2	3	4	5

UZAKTAN EĞİTİM İLE SPOR YAPAN BİREYLERİN SOSYAL BÜTÜNLEŞME VE ÖZGÜVEN DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

Yazar İrem Nur Şanlıtürk

Gönderim Tarihi: 27-Ara-2021 08:51PM (UTC+0300)

Gönderim Numarası: 1735947360

Dosya adı: rem_anl_t_rk_Turnitin.docx (165.15K)

Kelime sayısı: 16298

Karakter sayısı: 108000

UZAKTAN EĞİTİM İLE SPOR YAPAN BİREYLERİN SOSYAL BÜTÜNLEŞME VE ÖZGÜVEN DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

ORJİNALLIK RAPORU

% 19	% 18	% 8	% 11
BENZERLİK ENDEKSİ	İNTERNET KAYNAKLARI	YAYINLAR	ÖĞRENCİ ÖDEVLERİ

BİRİNCİL KAYNAKLAR

1	acikerisim.kku.edu.tr	% 1
2	tariksoydan.blogspot.com	% 1
3	www.ijla.net	% 1
4	akuiibf.aku.edu.tr	% 1
5	www.odemiskentgazetesi.net	% 1
6	library.neu.edu.tr	% 1
7	kinikaihl.meb.k12.tr	% 1
8	sempozyumlar.amasya.edu.tr	% 1
9	higheredu-sci.beun.edu.tr	% 1

10	www.emissc.org İnternet Kaynağı	% 1
11	avys.omu.edu.tr İnternet Kaynağı	% 1
12	www.hku.edu.tr İnternet Kaynağı	<% 1
13	Submitted to Istanbul Ticaret Üniversitesi Öğrenci Ödevi	<% 1
14	Submitted to Fırat Üniversitesi Öğrenci Ödevi	<% 1
15	Submitted to Sakarya University Öğrenci Ödevi	<% 1
16	www.acarindex.com İnternet Kaynağı	<% 1
17	www.hurriyet.com.tr İnternet Kaynağı	<% 1
18	Submitted to Kirikkale University Öğrenci Ödevi	<% 1
19	paperzz.com İnternet Kaynağı	<% 1
20	isfaw2018.isfaw.org İnternet Kaynağı	<% 1
21	Submitted to Aksaray Aniversitesi Öğrenci Ödevi	<% 1

22	kkefbiyoloji.wordpress.com İnternet Kaynağı	<% 1
23	www.zgefdergi.com İnternet Kaynağı	<% 1
24	okul.selyam.net İnternet Kaynağı	<% 1
25	www.jasstudies.com İnternet Kaynağı	<% 1
26	rekcad2019.org İnternet Kaynağı	<% 1
27	www.sonandson.com.tr İnternet Kaynağı	<% 1
28	dergi.kmu.edu.tr İnternet Kaynağı	<% 1
29	193.255.206.126 İnternet Kaynağı	<% 1
30	Submitted to Inonu University Öğrenci Ödevi	<% 1
31	acikerisim.akdeniz.edu.tr İnternet Kaynağı	<% 1
32	TALİMCİLER, Ahmet. "Futbol Değil İş: Endüstriyel Futbol", Gazi Üniversitesi İletişim Fakültesi, 2008. Yayın	<% 1

33	acikders.ankara.edu.tr İnternet Kaynağı	<%1
34	Submitted to Türkiye ve Orta Dogu Amme İdaresi Enstit Öğrenci Ödevi	<%1
35	Submitted to Canakkale Onsekiz Mart University Öğrenci Ödevi	<%1
36	Submitted to European University of Lefke Öğrenci Ödevi	<%1
37	www.angelfire.com İnternet Kaynağı	<%1
38	www.e-sciencecentral.org İnternet Kaynağı	<%1
39	www.sefdiyet.com İnternet Kaynağı	<%1
40	www.j-humansciences.com İnternet Kaynağı	<%1
41	dergi.fead.org.tr İnternet Kaynağı	<%1
42	dspace.akdeniz.edu.tr İnternet Kaynağı	<%1
43	eyk12.eyedder.org.tr İnternet Kaynağı	<%1

44	www.jotags.org İnternet Kaynağı	<% 1
45	a67936ff-16a7-4cf0-8088-1a0014e72ef7.filesusr.com İnternet Kaynağı	<% 1
46	Submitted to Ege Üniversitesi Öğrenci Ödevi	<% 1
47	Submitted to Okan Üniversitesi Öğrenci Ödevi	<% 1
48	dspace.ankara.edu.tr İnternet Kaynağı	<% 1
49	journals.iku.edu.tr İnternet Kaynağı	<% 1
50	Submitted to Ataturk Üniversitesi Öğrenci Ödevi	<% 1
51	EROL, Metin. "Toplumun Tabakalı ve Olasılıklı Yapısı", TUBİTAK, 2003. Yayın	<% 1
52	Submitted to Yeditepe University Öğrenci Ödevi	<% 1
53	openaccess.hku.edu.tr İnternet Kaynağı	<% 1
54	Keser, Ulvi. "Belçika'ya Türkiyeden Göç Etmiş Olan Türkler ile Belçikalılar Arasındaki Kültürel Uyumuna KESİTSEL Bir Bakış: Anvers ve Mol	<% 1

Örneklemelesi", Atılım Üniversitesi Açık Erişim Sistemi, 2010.

Yayın

55	Submitted to Trakya University Öğrenci Ödevi	<% 1
56	dhgm.meb.gov.tr İnternet Kaynağı	<% 1
57	earsiv.anadolu.edu.tr İnternet Kaynağı	<% 1
58	tez.yok.gov.tr İnternet Kaynağı	<% 1
59	www.haberler.com İnternet Kaynağı	<% 1
60	pazarlama.org.tr İnternet Kaynağı	<% 1
61	www.sssjournal.com İnternet Kaynağı	<% 1
62	BİLGİN, Okan. "Ergenlerin Özgüven Düzeyi ile Yaşam Amacı ve Diğerleriyle Olumlu İlişkiler Arasındaki İlişki", İstanbul Kültür Üniversitesi, 2017. Yayın	<% 1
63	www.akademikbakis.org İnternet Kaynağı	<% 1
64	www.iscs-a.org İnternet Kaynağı	

65	Submitted to Balıkesir Üniversitesi Öğrenci Ödevi	<%1
66	acikerisim.bartın.edu.tr İnternet Kaynağı	<%1
67	akgunmehmet.blogspot.com İnternet Kaynağı	<%1
68	anatoliasr.org İnternet Kaynağı	<%1
69	b3b7dd1a-d8cb-4579-8cfc-f21897e0f1ee.filesusr.com İnternet Kaynağı	<%1
70	nek.istanbul.edu.tr:4444 İnternet Kaynağı	<%1
71	www.ekevakademi.org İnternet Kaynağı	<%1
72	www.scribd.com İnternet Kaynağı	<%1
73	DEMİR, Metin and FİLİZ, Kemal. "Spor Egzersizlerinin İnsan Organizması Üzerindeki Etkileri", TUBİTAK, 2004. Yayın	<%1
74	DEMİRKASIMOĞLU, Nihan. "The legal basis of students' rights and responsibilities in Turkish	<%1

education system", Ankara Üniversitesi, 2012.

Yayın

75

www.orduolay.com

İnternet Kaynağı

<%1

76

IŞIK, Nihat and DEMİR, Filiz. "Kamu harcamalarında etkinlik ve verimlilik: Karaman Belediyesi hizmetleri üzerine bir uygulama", Maliye Bakanlığı, Strateji Geliştirme Başkanlığı, 2012.

Yayın

<%1

77

KARADEMİR, Nadire. "Students Perception of Self-Confidence in Department Of Geography in Faculty of Science and Letters", Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 2015.

Yayın

<%1

78

fzyosaglikblog.wordpress.com

İnternet Kaynağı

<%1

Alıntıları çıkart

Kapat

Eşleşmeleri çıkar

< 5 words

Bibliyografyayı Çıkart

Üzerinde