

T.C.

KOCAELİ ÜNİVERSİTESİ

SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

**SPOR YAŞAM KOÇLUĞU UYGULAMALARININ LİSE
ÖĞRENCİLERİNİN SOSYAL BECERİ DÜZEYLERİNE VE
LİDERLİK ÖZELLİKLERİNE ETKİLERİNİN İNCELENMESİ**

İbrahim AYDINLI

Kocaeli Üniversitesi

Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yönetmeliğinin

Spor Bilimleri Doktora Programı için Öngördüğü

DOKTORA TEZİ

Olarak Hazırlanmıştır

KOCAELİ

2024

T.C.

KOCAELİ ÜNİVERSİTESİ

SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

**SPOR YAŞAM KOÇLUĞU UYGULAMALARININ LİSE
ÖĞRENCİLERİNİN SOSYAL BECERİ DÜZEYLERİNE VE
LİDERLİK ÖZELLİKLERİNE ETKİLERİNİN İNCELENMESİ**

İbrahim AYDINLI

Kocaeli Üniversitesi

Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yönetmeliğinin

Spor Bilimleri Doktora Programı için Öngördüğü

DOKTORA TEZİ

Olarak Hazırlanmıştır

Danışman: Prof. Dr. Kürşad SERTBAŞ

Etik Kurul Onay No: E-10017888-020-333369

KOCAELİ

2024

SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜ'NE

Tez Adı: Spor Yaşam Koçluğu Uygulamalarının Lise Öğrencilerinin Sosyal Beceri Düzeylerine ve Liderlik Özelliklerine Etkilerinin İncelenmesi

Tez yazarı: İbrahim AYDINLI

Tez savunma tarihi: 01.11.2024

Tez Danışmanı: Prof. Dr. Kürşad SERTBAŞ

Bu çalışma, sınav kurulumuz tarafından Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalında DOKTORA tezi olarak kabul edilmiştir.

SINAV KURULU ÜYELERİ		
ÜNVANI	ADI SOYADI	İMZA
BAŞKAN (ÜYE)		
DANIŞMAN		
ÜYE		
ÜYE		
ÜYE		
ÜYE		

Onay

Bu tez Kocaeli Üniversitesi Lisansüstü Eğitim ve Öğretim Yönetmeliğinin ilgili maddeleri uyarınca yukarıdaki jüri tarafından uygun bulunmuş ve Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yönetim Kurulu kararıyla onaylanmıştır.

.... /.... /2024

Prof. Dr. Sema Aşkın KEÇELİ

KOÜ Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürü

ÖZET

Spor Yaşam Koçluğu Uygulamalarının Lise Öğrencilerinin Sosyal Beceri Düzeylerine ve Liderlik Özelliklerine Etkilerinin İncelenmesi

Amaç: Bu çalışmanın amacı, İstanbul ili, Başakşehir ilçesinde yer alan ve Millî Eğitim Bakanlığı'na bağlı Başakşehir Anadolu Lisesi'nde eğitimlerini sürdüren dokuzuncu sınıf öğrencilerine yönelik bir spor yaşam koçluğu programı geliştirmek ve programın, öğrencilerin sosyal beceri değerlendirme düzeyleri ve gençlik liderlik özelliklerine etkilerinin incelenmesidir.

Yöntem: Araştırmada nicel veri toplama yöntemleri tercih edilmiştir. Çalışma deseni olarak ise ön test-son test kontrol gruplu deneysel desen kullanılmıştır. Çalışma grubu 32 öğrenci kontrol, 32 öğrenci deney olmak üzere toplam 64 öğrenciden oluşmaktadır. Deney grubuna sekiz hafta, haftada iki gün 90 dakikalık spor yaşam koçluğu programı uygulanmıştır. Spor yaşam koçluğu programı uygulanma sürecinde açık sunum yöntemi, gösterip yaptırma yöntemi, gösteri yöntemi, egzersiz ve aktif katılım gibi yöntem ve tekniklerden yararlanılmıştır. Çalışma kapsamında spor yaşam koçluğunun etkililiğinin ortaya konabilmesi amacıyla “Sosyal Beceri Değerlendirme Ölçeği” ile “Gençlik Liderlik Özellikleri Ölçeği” kullanılmıştır.

Bulgular: Deney grubunu oluşturan öğrencilerin sosyal beceri değerlendirme düzeyleri ve gençlik liderlik özellikleri ön test-son test puan ortalamaları arasında son test lehine anlamlı bir farklılık bulunurken ($p<.01$), kontrol grubunu oluşturan öğrencilerin sosyal beceri değerlendirme düzeyleri ve gençlik liderlik özellikleri puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık bulunmadığı sonucuna ulaşılmıştır ($p>.05$). Deney ve kontrol grubu öğrencilerinin sosyal beceri değerlendirme düzeyleri ve gençlik liderlik özellikleri son test puan ortalamalarına bakıldığında deney grubu lehine anlamlı farklılık olduğu belirlenmiştir ($p<.01$).

Sonuç: Spor yaşam koçluğu programı kapsamında gerçekleştirilen çeşitli etkinlikler sonucunda programa dahil edilen öğrencilerin ön test ve son test puanları arasında sosyal beceri düzeyleri ve gençlik liderlik özellikleri bakımından artış sağlandığı görülmektedir. Programın duygusal farkındalık, problem çözme, planlama, grup etkileşimi ve sorumluluk gibi alanlarda etkili olduğu saptanmıştır. Program öğrencilerin hem sosyal hem de kişisel

gelişimlerine önemli katkılar sağlamıştır. Bu nedenle spor yaşam koçluğu programının öğrencilerin sosyal ve kişisel gelişimlerini desteklemek amacıyla eğitim sisteminde yaygınlaştırılmasının faydalı olacağı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Spor Yaşam Koçluğu, Liderlik, Sosyal Beceri



ABSTRACT

Investigation of the Effects of Sports Life Coaching Practices on Social Skill Levels and Leadership Characteristics of High School Students

Purpose: The aim of this study is to develop a sports life coaching program for ninth grade students studying at Başakşehir Anatolian High School, affiliated with the Ministry of National Education, in Başakşehir district of Istanbul province, and to examine the effects of the program on students' social skill evaluation levels and youth leadership characteristics.

Method: Quantitative data collection methods were used in the research. As the study design, an experimental design with a pretest-posttest control group was preferred. The study group consists of a total of 64 students, 32 of whom are control students and 32 of whom are experimental students. A 90-minute sports life coaching program was applied to the experimental group for eight weeks, two days a week. During the implementation of the sports life coaching program, methods and techniques such as open presentation, demonstration, exercise and active participation were used. With in the scope of the study, "Social Skills Evaluation Scale" and "Youth Leadership Characteristics Scale" were used to reveal the effectiveness of sports life coaching.

Findings: A significant difference was determined in favor of the post-test between the social skills evaluation levels and youth leadership characteristics pre-test post-test mean scores of the students in the experimental group ($p < .01$). It was concluded that there was no significant difference between the social skills evaluation levels and youth leadership characteristics mean scores of the students in the control group ($p > .05$). When the social skills evaluation levels and youth leadership characteristics post-test mean scores of the experimental and control group students were examined, it was determined that there was a significant difference in favor of the experimental group ($p < .01$).

Result: As a result of various activities carried out within the scope of the sports life coaching program, it is observed that there is an increase in the pre-test and post-test scores of the students included in the program in terms of social skill levels and youth leadership characteristics. It has been determined that the program is effective in areas such as emotional awareness, problem solving, planning, group interaction and responsibility. In this context, the program has made significant contributions to both the social and personal development of the students. Therefore it is recommended that the sports life coaching

program be widespread in the education system in order to support the social and personal development of the students.

KeyWords: Sports Life Coaching, Leadership, Social Skills



TEŞEKKÜR

Bu çalışmam sürecince tez danışmanım olarak değerli bilgi, görüş ve deneyimleriyle beni yönlendiren, doktora eğitimim boyunca desteğini hissettiğim kıymetli danışmanım Prof. Dr. Kürşad SERTBAŞ'a en içten saygı ve teşekkürlerimi sunarım.

“ İnsanlığın medeniyet mirasına küçük bir katre olmasını temeni ederek başladığım tezime deneyim ve görüşleri ile katkıda bulunan, yönlendirmeleri ile destekleyen, akademik eğitim sürecimde desteklerini hissettiğim tez izleme komitesinde bulunan kıymetli hocalarım Prof. Dr. Betül BAYAZIT ve Doç. Dr. Kenan SİVRİKAYA' ya jüri hocalarım Prof. Dr. Zekiye BAŞARAN, Prof. Dr. Serap ÇOLAK, Doç. Dr. Yakup KILIÇ başta olmak üzere üzerimizde emeği olan hocalarımızın her birine;

Bu çalışmanın yurt dışı sürecinde fikirlerine danıştığım ve çalışmada katkısı olan değerli hocam Dr. Aleksandra BUDZİSZ'e, çalışmam süresince yardımlarını esirgemeyen, her daim desteğini hissettiğim çok kıymetli arkadaşlarım Dr. Müslüm YILDIZ'a, Doç. Dr. Bülent POLAT'a;

Akademik süreç içerisinde beraber yol yürüdüğüm doktora dönem arkadaşlarıma, çalışmayı gerçekleştirdiğim okul idarecilerine, çalışmada çok ciddi katkılarını hissettiğim okul beden eğitimi öğretmenlerine, çalışmanın asıl ögesi konumunda olan öğrencilere;

Tüm hayatım boyunca her zaman arkamda olan desteklerini ve sevgilerini her zaman hissettiren aileme;

Gönülden, samimi ve minnet dolu teşekkür ediyorum.”

İbrahim AYDINLI

ORİJİNALLİK BİLDİRİMİ

Kocaeli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü'ne,

Doktora tezi olarak hazırlayıp sunduğum “Spor Yaşam Koçluğu Uygulamalarının Lise Öğrencilerinin Sosyal Beceri Düzeylerine ve Liderlik Özelliklerine Etkilerinin İncelenmesi” başlıklı tezimde başka kaynaklardan yararlanılarak kullanılan yazı, bilgi, şekil, tablo ve diğer malzemeler kaynakları gösterilerek verilmiştir. Tezimde yer alan deneysel çalışmalar/araştırmalar bilimsel ahlak ve değerlere uygun olarak tarafımdan yapılmıştır. Tezimin fikir/hipotezi tümüyle tez danışmanım ve bana aittir.

Yukarıda belirtilen hususlar bir intihal programı (Turnitin vb.) kullanılarak test edilmiş olup, doğruluğunu beyan ederim.

..... / / 2024

İbrahim AYDINLI

İmza

İÇİNDEKİLER

ABSTRACT	6
ORJİNALLİK BİLDİRİMİ	9
İÇİNDEKİLER	10
SİMGELER ve KISALTMALAR	13
ŞEKİLLER	14
TABLolar	14
1. GİRİŞ	15
1.1. Türkiye’de Ortaöğretim Uygulamaları ve Ortaöğretim Kurumlarında Yürütülen Sportif Faaliyetler	15
1.2. Koçluk Kavramı ve Uygulamaları	16
1.3. Koçluğun Fayda ve Amaçları	19
1.4. Koçluk Türleri	20
1.4.1. Yönetici Koçluğu:	20
1.4.2. Performans Koçluğu	21
1.4.3. Kariyer Koçluğu	21
1.4.4. Akran Koçluğu	21
1.4.5. Öğrenci Koçluğu	21
1.4.6. Takım Koçluğu	22
1.4.7. Eğitim Koçluğu	22
1.4.8. Yaşam Koçluğu	23
1.4.9. Liderlik Koçluğu	23
1.4.10. Spor Koçluğu	23
1.4.11. Spor Yaşam Koçluğu	23
1.5. Koçluğun Tarihsel Gelişimi	24
1.6. Dünyada Yaşam Koçluğu	26
1.7. Türkiye’de Yaşam Koçluğu	28
1.8. Liderlik	28
1.9. Tarihsel Süreçte Liderlik	28
1.10. Liderlik Teorileri ve Modelleri	30
1.10.1. Özellikler Teorisi	30
1.10.2. Davranışsal Liderlik Teorisi	30
1.10.3. Durumsal liderlik teorisi	31
1.10.4. Modern Liderlik Teorisi ve Liderlik Modelleri	31
1.11. Gençlik Liderliği	31
1.12. Liderlik Gelişim Programları ve Yapılan Araştırmalar	32

1.13. Sosyal Beceriler ve Lise Öğrencilerinin Sosyal Beceri Özellikleri	33
1.14. Lise Öğrencilerine Yönelik Koçluk Uygulamaları ile İlgili Yapılmış Çalışmalar	34
1.14.1. Lise Öğrencilerine Yönelik Koçluk Uygulamaları ile İlgili Dünyada Yapılmış Çalışmalar	34
1.14.2. Lise Öğrencilerine Yönelik Koçluk Uygulamaları ile İlgili Türkiye’de Yapılmış Çalışmalar	35
2. AMAÇ	37
3. YÖNTEM	37
3.1. Araştırmanın Modeli	37
3.3. Veri Toplama Araçları	39
3.3.1. Gençlik liderlik özellikleri ölçeği (GLÖ)	39
3.3.2. Sosyal Beceri Değerlendirme Ölçeği (SBDÖ)	40
3.3.3. Kişisel bilgi formu	40
3.4. Spor Yaşam Koçluğu Programı ve Uygulama Süreci	40
3.5.1 Nicel Verilerin Analizi	61
3.6. Etik	62
4. BULGULAR	63
4.1. Öğrenci Sosyal Becerileri Değerlendirme Ortalamalarına İlişkin Bulgu ve Yorumlar	63
4.1.1. Deney grubunun sosyal becerileri değerlendirme ortalaması öntest-sontest puanlarının karşılaştırılması	63
4.1.2. Kontrol grubunun sosyal becerileri değerlendirme ortalaması öntest-sontest puanlarının karşılaştırılması	64
4.1.3. Deney ve kontrol gruplarının sosyal becerileri değerlendirme ortalaması öntest puanlarının karşılaştırılması	65
4.1.4. Deney ve kontrol gruplarının sosyal becerileri değerlendirme ortalaması sontest puanlarının karşılaştırılması	66
4.2. Öğrenci Gençlik Liderlik Özellikleri Ortalamalarına İlişkin Bulgu ve Yorumlar	67
4.2.1. Deney grubunun gençlik liderlik özellikleri ortalaması öntest-sontest puanlarının karşılaştırılması	67
4.2.2. Kontrol grubunun gençlik liderlik özellikleri ortalaması öntest-sontest puanlarının karşılaştırılması	68
4.2.3. Deney ve kontrol gruplarının gençlik liderlik özellikleri ortalaması öntest puanlarının karşılaştırılması	69
4.2.4. Deney ve kontrol gruplarının gençlik liderlik özellikleri ortalaması sontest puanlarının karşılaştırılması	70
5. TARTIŞMA	71
5.1. Sosyal Becerileri Değerlendirme Düzeyleri Üzerindeki Etkinin Tartışılması	72

5.2. Gençlik Liderlik Özellikleri Düzeyleri Üzerindeki Etkinin Tartışılması	75
6. SONUÇ VE ÖNERİLER	78
7. KAYNAKLAR	80
8. ÖZGEÇMİŞ	92
EKLER	95
EK-1: Kişisel Bilgi Formu	95
EK-2: Sosyal Becerileri Değerlendirme Ölçeği	96
EK-3: Gençlik Liderlik Özellikleri Ölçeği	99
EK-4: MEB Anket ve Araştırma İzni	100
EK-5: Veli Onam Formu	101
EK-6: Etik Kurul Onayı	102



ŞİMGELER ve KISALTMALAR

MEB: Millî Eğitim Bakanlığı

MYK: Mesleki Yeterlilik Kurumu

WHO: Dünya Sağlık Teşkilatı

ICF: Uluslararası Koçluk Federasyonu

SS: Standart Sapma



ŞEKİLLER

Şekil 1. Koçluğun Etkilendiği Alanlar.....	17
Şekil 2. Koçluk Çalışma Modeli.....	19
Şekil 3. Araştırmanın Uygulama Sürecinde İzlenen Adımlar.....	47
Şekil 4. Araştırma Kapsamında Planlanan Etkinlikler.....	44

TABLolar

Tablo 3. 1. Çalışma grubunun demografik özellikleri.....	38
Tablo 3. 2. Deney ve kontrol gruplarına uygulanan veri toplama araçları.....	43
Tablo 3. 3. Spor yaşam koçluğu programı çalışma planı.....	49
Tablo 3.4. Normallik Testi Sonuçları: Çarpıklık-basıklık değerleri.....	66
Tablo 4.1. Deney grubunun sosyal becerileri değerlendirme puan ortalamalarının ilişkili örneklem t-testi sonuçları.....	68
Tablo 4. 2. Kontrol grubunun sosyal becerileri değerlendirme puan ortalamalarının ilişkili örneklem t-testi sonuçları.....	69
Tablo 4. 3. Deney ve kontrol grubunun öntest sosyal becerileri değerlendirme puan ortalamalarının bağımsız örneklem t-testi sonuçları.....	70
Tablo 4.4. Deney ve kontrol grubunun son test sosyal becerileri değerlendirme puan ortalamalarının bağımsız örneklem t-testi sonuçları.....	71
Tablo 4.5. Deney grubunun gençlik liderlik özellikleri puan ortalamalarının ilişkili örneklem t-testi sonuçları.....	72
Tablo 4.6. Kontrol grubunun gençlik liderlik özellikleri puan ortalamalarının ilişkili örneklem t-testi sonuçları.....	73
Tablo 4.7. Deney ve kontrol grubunun öntest gençlik liderlik özellikleri puan ortalamalarının bağımsız örneklem t-testi sonuçları.....	74
Tablo 4.8. Deney ve kontrol grubunun son test gençlik liderlik özellikleri puan ortalamalarının bağımsız örneklem t-testi sonuçları.....	75

1. GİRİŞ

Bu bölümde araştırma konusuna dayanak oluşturan kuramsal çerçeve özetlenmiş olup konuyla ilgili ulusal ve uluslararası literatürde yapılmış çalışmalar ele alınmıştır.

1.1. Türkiye’de Ortaöğretim Uygulamaları ve Ortaöğretim Kurumlarında Yürütülen Sportif Faaliyetler

Türkiye’de ortaokul veya imam-hatip ortaokulunu bitiren ve eğitim-öğretim yılının başladığı tarihte on sekiz yaşını doldurmamış olan bireyler ortaöğretim sürecine geçiş yaparlar. Ortaöğretim kurumları izledikleri programın özelliklerine göre; Fen, Sosyal Bilimler, Anadolu, Güzel Sanatlar, Spor, Anadolu İmam-Hatip, Mesleki ve Teknik Anadolu ve Çok Programlı Anadolu Liseleri gibi farklı isimlerle adlandırılmaktadır. Türkiye’deki ortaöğretim kurumlarında ders süreleri 40 dakikadır ve ders aralarındaki dinlenme süreleri okul yönetimleri tarafından belirlenmektedir. Ortaöğretim kurumlarında uygulanan öğretim programları, öğrencilerin ilgi, istek ve becerilerine ek olarak bireysel farklılıkları ve hedefledikleri alanın özelliklerine göre belirlenen seçmeli derslerden oluşmaktadır (MEB, 2014).

Dünya genelinde planlanan beden eğitimi derslerinin içeriğine bakıldığında fiziksel eğitimin yanı sıra bireyin kişisel ve toplumsal gelişiminin de amaçlandığı görülmektedir. Bu doğrultuda, ülkemizde “Beden Eğitimi Dersi Öğretim Programı” oluşturulurken belirlenen öğrenme dalları, bireyin gelişim nitelikleri, gereksinimleri ve bilimsel araştırma bulguları dikkate alınarak “hareket, bilgi ve becerileri” ile “etkin katılım ve sağlıklı yaşam” olmak üzere iki ana öğrenme alanı için ayrı ayrı planlanmış ve uygulanmıştır. Hareket, bilgi ve yetenekleri daha sonra Spor Kültürü ve Ulusal Bilinç olmak üzere iki bölüme ayrılmıştır. Hareket, bilgi ve yetenek alanı, psikomotor becerilere odaklanmakla birlikte bilişsel ve duyuşsal kazanımları da içermektedir. Spor kültürü ve ulusal bilinç öğrenme sürecinde, psikomotor becerilerine ilaveten bilişsel ve duyuşsal beceri alanlarında da önemli kazanımlar sağlanmaktadır. Ancak ilerleyen yıllarda yapılan güncellemelerle birlikte ilköğretim ikinci aşaması ve ortaöğretim öğrenme branşları "Hareket Yetkinliği" ve "Aktif ve Sağlıklı Hayat" olarak yeniden yapılandırılmıştır (MEB, 2009).

Türkiye’de beden eğitimi ve spor dersi, haftalık ders programında iki ders saati olarak düzenlenmiştir. Öğrencilere sunulan seçmeli beden eğitimi ve spor dersinin tercih

edilmesi halinde, öğrencilerin daha aktif bir yaşam sürdüreceği öngörülmektedir. 1927 yılından beri uygulanan beden eğitimi ve spor dersi, ayrı zaman dilimlerinde yürütülmüş olup, 1980’li yıllardan itibaren bu derslere daha fazla önem verilmiş ve ders saatlerinde artış yapılmıştır (İleli, 2007). 2718 sayılı Tebliğler Dergisine uygun olarak öğretim programı güncellenmiş ve bu doğrultuda “Beden Eğitimi” ifadesi yerine “Beden Eğitimi ve Spor” ifadesinin kullanımı tercih edilmiştir (MEB, 2017). Son olarak güncellenen ve günümüzde 2018 yılı öğretim programı çerçevesinde uygulanan beden eğitimi ve spor dersi programında öğrenme alanları olarak Hareket Becerileri”, “Hareket Kavramları, İlkeleri ve İlgili Hayat Becerileri”, “Hareket Strateji ve Taktikleri” belirlenmiştir (MEB, 2018).

1.2. Koçluk Kavramı ve Uygulamaları

“Koç” kelimesi ilk kez 1885 yılında Amerika ve Birleşik Krallık ’ta spor alanında faaliyet gösteren takımları çalıştıran bireyler için kullanılmış ve günümüzde birçok ülke tarafından yönetim, eğitim ve spor alanında bu kavram kullanılmaya başlanmıştır (Karabacak, 2010). Günümüzde insanlar, belirledikleri hedeflere ulaşmak için koçluğa daha çok ihtiyaç duymakta ve koçluk kavramının önemi ve etkisi Kuzey Amerika'dan Avrupa'ya kadar giderek artmaktadır (Whitworth vd., 2008).

Uluslararası Koçluk Federasyonu’na (ICF) göre koçluk, bireylerin ve profesyonellerin potansiyellerini en üst seviyeye çıkarmaları için ilham verici, düşündürücü ve yaratıcı bir süreçte danışanlarla iş birliği yapmaktır. Koçluk süreci genellikle daha önce kullanılmamış hayal gücü, üretkenlik ve liderlik kaynaklarının kilidini açmaktadır (ICF, 2024). Alan yazında koçluk kavramına yönelik farklı tanımlamalar bulunmaktadır. Grant (2006) koçluk kavramının aslında bireylerin amaçlarına ulaşmak amacıyla kişisel ve kişilerarası kaynaklarını düzenlemelerine ve yönlendirmelerine yardımcı olan bir sistemle ilgili olduğunu ileri sürmüştür. Whitmore (2003) ise koçluğu bireylerin performanslarını ve potansiyellerini optimize etmek olarak değerlendirmiştir. Whitmore daha sonra bu tanımlı geliştirerek koçluğu şu şekilde tanımlamıştır: “İnsanların kendi performanslarını en üst düzeye çıkarma potansiyelini ortaya çıkarmak; bunu öğretmekten ziyade öğrenmelerine yardımcı olarak yapmak” (Whitmore, 2009). Farklı araştırmacılar tarafından koçluğa ilişkin benzer açıklamalar yapılmıştır. Bu araştırmacılardan biri olan Rosinski (2003) koçluğu “İnsanların anlamlı, elzem hedeflere varma potansiyellerini ortaya çıkarmalarını kolaylaştırma sanatı” olarak ele alırken

Downey (2003) koçlukla ilgili “Başkasının performansını, öğrenmesini ve ilerlemesini kolaylaştırma sanatıdır.” şeklinde bir tanımlamaya gitmiştir.

Koçluk, farklı türlere ayrılmakta olup çeşitli uygulamalar ve modelleme süreçlerinde birçok disiplinden yararlanır. Koçluğun etkilendiği alanlar şekil 1'de görüldüğü gibi felsefe, psikoloji, sağlık, spor, eğitim, insan gelişimi, insan yönetimi ve uzun süreli bilgelik gibi alanlardan esinlenerek çeşitli kuramsal perspektifler geliştirmiştir (Ulçay, 2019).



Şekil 1: Koçluğun Etkilendiği Alanlar

Yukarıda belirtilen tanımların dışında, koçluk kavramı zaman zaman mentorluk, terapi ve öğretim ile sık sık karıştırılmaktadır. Bu durum, koçluğun bu kavramlarla benzerlikler taşımasından kaynaklanabilir. Fakat koçluk kavramı özü itibariyle bu kavramlardan bazı yönlerden ayrılmaktadır. Genel özellikler açısından bakıldığında koçluk, klinik olmayan bir grupta belirli hedeflere ulaşmaya ve bu hedeflere varmak için gerekli adımlar üzerinde çalışmaya odaklanır. Örneğin bu alanlardan terapi patolojiye, klinik gruplara ve sorunları belirlemeye, teşhis koymaya odaklanmaktadır. Aynı zamanda koç ile danışan arasında eşit bir ilişki kurulurken mentorluk veya öğretimde uzman ile acemi yani öğrenen ilişkisi vardır (Griffiths, 2005). Bu açıdan bakıldığında koçluk uygulamasında daha fazla iş birliği, ortaklık söz konusu olduğu ifade edilebilir. Koçluk uygulamalarının özünde danışanın potansiyelini en üst seviyeye yükseltmek ve danışan ile düşündürücü ve yaratıcı bir gidişatta iş birliği yapmak gibi profesyonel bir yaklaşımın yer aldığını söylemek mümkündür. Bu bakımdan koçluk uygulaması, iş birliği çerçevesinde danışanın güçlü yönlerine odaklanarak danışanın yaşamda ve odaklandığı alanda (kariyer, öğrenci, performans, yönetim gibi) başarılı olmasına yardımcı olmayı amaçlayan profesyonel bir uygulama olduğu ifade edilebilir. Koç ile danışan arasında kurulan, onların yaşamın her alanında iyiliğe ulaşmalarını sağlayan bir bakış açısıdır. Bu tanımdan da anlaşılacağı üzere koçluğun birçok ortamda (yaşam, işyeri ve yüksek öğrenim dahil) farklı günlük uygulamaları vardır (Lefdahl-Davis vd., 2018). Bu nedenle, koçluk uygulamalarının doğrudan bilişsel, duygusal veya kişilik bozukluklarını tedavi eden bir terapi yöntemi olarak kabul edilemeyeceğini söyleyebiliriz. Koçluk sürecinde genel olarak bireyler, yaşam kalitelerini iyileştirmek, eksikliklerini tamamlamak, hayat dengesini sağlamak ve hedeflerini gerçekleştirmenin yollarını öğrenmek için koçluk uygulamalarını tercih etmektedir. Koçluk çalışma modelini aşağıda yer alan şekildeki gibi özetleyebiliriz (Rogers, 2004; Ulcay, 2019).



Şekil 2: Koçluk Çalışma Modeli

1.3. Koçluğun Fayda ve Amaçları

Koçluk, bireylerin davranışlarını iyileştirmeyi ve olumlu değişimler yapmalarını sağlamayı hedefler. Bireylerin davranışları birçok etmenden etkilenebilmektedir. Bunların başında; güdüler, alışkanlıklar, önyargılar ve bilinçsiz tepkiler gelmektedir. Bu nedenle bireyler davranışlarını olumlu yönde değiştirebilmek için kontrol edemedikleri faktörler konusunda destek isteyebilir veya buna ihtiyaç duyabilirler. Bu çerçevede, bireyler koçluk uygulamalarına başvurabilir ve bu uygulamalardan yararlanabilirler. Koçluk faaliyetinden faydalanarak bireyler kendi yaşam tarzlarına uygun gelişim alanları keşfedebilirler. Bu sayede var olan kapasitelerinin tamamının kullanımını dahi sağlayabilirler (Gilley ve Boughton, 1996; Kamphorst vd., 2014).

Koçluk uygulamalarının bireylere sağladığı birçok yarar bulunmaktadır. Bunlar genel olarak aşağıdaki gibi sıralanabilir:

- Koçluk uygulaması bireylerin beşerî ilişkilerle (liderlik, iletişim, ekip çalışması) ilgili becerileri artırmaya yardımcı olmaktadır.
- Koç, danışanların hedeflerini takip edebilmeleri için gerekli iç disiplini kazanmalarına yardımcı olmaktadır.
- Koçluk uygulamaları, ile bireyler hedeflerini gerçekleştirme konusunda teşvik edilmekte ve gerçek potansiyellerinin farkına varabilmektedirler.
- Koçluk uygulamaları bireylerin kendilerine olan güvenlerini kaybetmemelerini ve asla pes etmemelerine fırsat oluşturmaktadır (Toper, 2006).
- Koçluk uygulamaları bireylerin yaptıkları işleri sevmelerine yardımcı olarak motivasyon, yaratıcılık, iş uyumu gibi değişkenleri olumlu yönde etkilemektedir.
- Koçluk sayesinde bireylerin yaşamlarında karşılaştıkları engellerin kaldırılmasına katkı sağlanmakta ve bu sayede özgüvenin artırılması, stresin azalması, az zamanda verimli işler yapılmasına katkı sağlanmaktadır (Uçkun ve Kılıç, 2007).

Koçluk uygulamaları sayesinde sağlanan gelişim ve değişimler açısından koçluğun faydalarını genel olarak aşağıdaki gibi sıralayabiliriz:

- Çalışanlar işlerine daha iyi motive olur ve performanslarında artış görülür.
- Yönetici ve çalışanlar arasında daha sağlıklı bir ilişki oluşur.
- Çalışma ortamı, yöneticiler ve çalışanlar için daha az stresli hale gelir.
- Yöneticilerin iş yükü azalır ve zamandan tasarruf sağlanır (Salisbury, 1998).

1.4. Koçluk Türleri

Koçluk uygulamaları farklı alanlarda ve farklı yollar izlenerek yürütülebilmektedir. Koçluk uygulamaları farklı bileşenler doğrultusunda türlere ayrılmaktadır. Bir sonraki bölümde söz konusu koçluk türleri özetlenmiştir.

1.4.1. Yönetici Koçluğu:

Bu koçluk türü kişisel gelişimi desteklemek ve bireylerin profesyonel amaçlarına ulaşması amacıyla istenen yönetsel davranış değişikliklerini oluşturmayı hedeflemektedir

(Mazzini, 2007). Bu koçluk uygulaması, yöneticilerin davranışları ve sorumlulukları arasında denge kurmayı amaçlamaktadır. Bu doğrultuda yöneticilerin kişisel gelişimleri desteklenerek gereksinim duydukları hedeflere ulaşmaları sağlanmaktadır (Luecke, 2007).

1.4.2. Performans Koçluğu

Performans koçluğu yöneticinin farklı alanlar açısından çalışanları destekleyerek onların performanslarını yükseltmeyi hedefleyen koçluk türlerinden biridir. Bu şekilde hem yöneticilerin hem de çalışanların hedeflerine ulaşmaları mümkün hale gelmektedir. Çalışanlar, bu koçluk türü sayesinde sorunlarını ve gelişim alanlarını objektif bir şekilde belirleme ve tanımlama fırsatı bulabilmektedirler (Kaufman, 2006).

1.4.3. Kariyer Koçluğu

Kariyer Koçluğu uygulamasında kariyer sahibi olan bireylerin kendi kabiliyetlerini görmeleri ve gelecekteki hedeflerine ulaşabilmeleri için gerekli destek sunulmaktadır. Bu destek türü birçok alanda verilebilmektedir. Kariyer seçimi, kariyer değişikliği vb. alanlar arasındadır (Uçkun ve Kılınç, 2007). Kurumsal ya da kişisel seviyede yürütülen kariyer koçluğu, şirket içindeki konumların saptanmasında ve o şirkette çalışan bireylerin kariyer planlamalarında önemli bir işlev görmektedir (Branham, 2000).

1.4.4. Akran Koçluğu

Akran koçluğu, hiyerarşik bir yapıya sahip olmayan eşit düzeyde iş birliği, değerlendirme olmadan da mesleki gelişimi ve yardımlaşmayı hedeflemektedir (Aydın, 2013; Bowers, 1999; Knight, 2011; Sullivan ve Glanz, 2000). Başka bir araştırmacı akran koçluğunu bir öğrenme stratejisi olarak tanımlamış ve aynı zamanda kuramsal bir çerçeveye oturtmuştur (Anderson, 2013). Bu koçluk uygulamasında koçlar öncelikle sorun alanlarını danışanla birlikte ortaya koyarlar. Bu süreçte koçlar yardım isteğine uygun karşılık vererek yaptıkları çalışmalarla farkındalığı yükseltmeyi öncelerler (Anderson, 2013; Rhodes ve Beneicke, 2002).

1.4.5. Öğrenci Koçluğu

Bu koçluk uygulamasında danışanın kendisine dair farkındalığını bulma, geleceğine yönelik planlamalar yapma, duygularını tanıma ve kontrol etmeye yönelik çalışmalar yapılmaktadır. Bu koçluk türünde her zaman sorunların çözümüne odaklanılmaktadır

Bireylerin kendi öğrenmelerini sağlamalarına, motivasyonlarını ve öğrenme performanslarını arttırmalarına yardımcı olarak eğitim-öğretim süreçlerinde başarılı birer birey olmalarını desteklemek bu koçluk türünün önemli işlevleri arasındadır (Sungur, 2019).

1.4.6. Takım Koçluğu

Takım koçluğu uygulamalarında, diğer koçluk türlerindeki uygulamalardan farklı olarak bireylere değil, ekiplerin bir araya toplanarak etkin bir şekilde birlikte çalışmasına odaklanılır. Çok farklı alanlardan birden fazla bireyin bir arada çalışarak ortak noktalara ve hedeflere ulaşmasını ve verimliliklerinin artmasını sağlayan bir koçluk türüdür. Takım koçluğu uygulamalarında mevcut ancak henüz keşfedilmemiş performans engelleri, iletişim kazaları, yönetim ve bilgi hataları gibi birçok önemli veri elde edilmekte ve bu veriler doğrultusunda çözümler üretilmektedir. Bu koçluk uygulamasında hem bireysel potansiyeller ortaya çıkarılır hem de takım olarak neler yapılabileceği değerlendirilir. Çünkü bireysel engeller ortadan kalktıkça takım çalışmasının verimliliği de bu doğrultuda artabilmektedir. Bu açıdan bakıldığında takım koçunun bu süreçte “kolaylaştırıcı” bir role sahip olduğunu ifade edebiliriz. Takım koçu, bireylerin ve takımının başaracağına dair olan inancını sürekli diri tutar (Bugay, 2016).

1.4.7. Eğitim Koçluğu

Eğitim koçluğu, öğrencilerin eğitim süreçlerini konu edinen ve öğrencilerin akademik başarıya ulaşmalarını destekleyen bir koçluk çeşididir. Bu koçluk türü öğrenci koçluğu olarak bilinmektedir. Bu koçluk türünde yapılan uygulamalarla öğrencilerin ezberci yaklaşımdan uzaklaşarak öğretim süreçlerinde sahip oldukları sorumluluklarıyla yüzleşmeleri hedeflenmektedir. Koç, bu koçluk türünde bireysel veya takım çalışması doğrultusunda bireylere:

- Okula uyum,
- Sınav stresi,
- Sosyal aktivitelere katılım,
- Aile iletişimi,
- Mesleki yönelme,
- Zaman yönetimi vb. alanlarında profesyonel olarak destek sunmaktadır (Gynnild vd., 2007).

1.4.8. Yaşam Koçluğu

Yaşam koçluğu uygulamaları bir bireyin performansını, öğrenmesini ve çok yönlü gelişimine yardım etmeyi ve kolaylaştırma uygulamalarını kapsamaktadır. Bu koçluk türünde genel olarak bireylerin; iş ve kariyer hayatları, sosyal ilişkileri, kişisel gelişimleri gibi temel alanlara odaklanılmaktadır (Nixon-Witt, 2008). Bu uygulamaların temel amacı gizlilik ilkesini esas alarak bireylerin hayatındaki enerji kaybının kaynağını koç yardımıyla sonlandırmaktır (Spinack ve Gerald, 2002).

1.4.9. Liderlik Koçluğu

Bu koçluk türü yönetici koçluk türüne oldukça benzemektedir; fakat bu koçluk türünde yöneticilik değil liderlik hedeflenmektedir. Liderlik koçluğu genel olarak "Liderin profesyonel hedeflerini, kurumun vizyonu ve iş amaçlarıyla uyumlu şekilde ilerletmeyi amaçlayan kişisel gelişim süreci" olarak ifade edilmektedir (Larson ve Richburg, 2004). Liderlik koçluğunda, koç ile danışan arasındaki ilişki zemininde kabullenmeler sorgulanmakta, tepkiler canlandırılmakta, seçenekler üretilmekte ve çoğaltılmaktadır. Konulara farklı bir perspektiften bakma alışkanlığı kazandırır (Frankovelgia ve Riddle, 2010).

1.4.10. Spor Koçluğu

Bu koçluk sporcuların kapasitelerini azami düzeyde açığa çıkarmalarını amaçlayan bir koçluk uygulaması türüdür. Bu koçluk türünde ana hedef sporcuların kazanmalarını desteklemektir. Koç ve danışan yani sporcu arasındaki ilişki sporcuların gereksinimlerine göre şekillenmektedir (Biddle, 1997; Carroll ve Austin, 2004; Hayes ve Kalmakis, 2007; Hutton, 2003; Jowett ve Ntoumanis, 2004). Sportif faaliyetlere yönelik koçluk türlerinden biri de spor yaşam koçluğudur. Spor yaşam koçluğuna ilişkin açıklamalar bir sonraki başlık altında yer almaktadır.

1.4.11. Spor Yaşam Koçluğu

Spor yaşam koçluğunun genel işlevi bireylere spor ve sağlıklı yaşam konularında rehberlik sağlamaktır. Spor yaşam koçu genel olarak aşağıda sıralanan alanlarda danışanlara destek verir.

- Sağlık,

- Fitness,
- Beslenme,
- Spor,
- Motivasyon,
- Yaşam tarzı.

Spor yaşam koçları yukarıda sıralanan alanlar çerçevesinde danışanların yaşam / sağlık ve spor hedeflerini belirlemelerine yardımcı olur, egzersiz programları tasarlar ve yaşam tarzı değişiklikleri konusunda danışana destek verir. Koçlar, bireylerin sportif faaliyetlerini planlama ve ilerlemelerini izleme süreçlerine yardımcı olurken sporcuların karşılaştıkları engelleri aşmaları için gerekli desteği verir. Böylece sporcuların sağlıklı bir yaşam şeklini benimsemeleri sağlanmaktadır. Spor yaşam koçları sporculara bu konuda gerekli tavsiyelerde bulunurlar. Spor yaşam koçluğu sürecinde koçlar sporcuların daha aktif, sağlıklı ve dengeli bir yaşam sürmelerine yardımcı olmak için uygun strateji ve rehberlik faaliyetleri sunarlar. Çağın modernleşmesiyle birlikte yaşam şekilleri değişmiş ve değişen toplumsal yapıyla birlikte çeşitli riskler doğmuştur. Geleneksel dönemde aile ve yakın çevre tarafından verilen manevi destek sisteminin yok olması, hareketli ve yoğun yaşam temposu ve özellikle ikincil ilişkilerle şekillenmiş iletişim türü bu risklerin doğmasında ana sebepler olarak görülmektedir. Tüm bu gelişmelerin ışığında bireylerin yaşamı algılayış biçimlerinde de köklü değişiklikler yaşanmıştır. Bu değişime ayak uyduramayan veya değişime yabancılaşan toplumlarda ise gelecek ile ilgili öngörülemez ve tanımlanamayan sorunların oluşabileceği tahmin edilmektedir (Furedi, 2014).

1.5. Koçluğun Tarihsel Gelişimi

Tarihçiler, koç kavramının Budapeşte'nin batı bölgesinde yer alan Macar kasabası Kocs'tan türediğini ileri sürmektedirler. Koç kelimesinin ise bu kasabada 1550'lerde Viyana ile Budapeşte arasında yolcu taşımacılığı yapma amacıyla tasarlanan ve at gücüyle çalışan tekerlekli araçlara ithafen kullanılan Almanca kökenli "kotsche" kelimesinden türediğini düşünmektedirler. Bu kelime daha sonra İngilizceye "koç (coach)" olarak transfer edilmiştir (Sommercamp, 2016).

Koç kelimesinin eğitim anlamında ilk kullanımı 1840'lı yıllara dayanmaktadır. Bu dönemde Oxford Üniversitesi'nde öğrencileri sınava hazırlayan özel öğretmenlere veya üniversite hocalarına toplum içinde "koç" deniyordu. Böylece bu kavram ilk kez eğitim

alanında kullanılmış oldu. Bu kavramın modern spor anlayışı içerisindeki ilk kullanımı ise 1880'lere dayanmaktadır. Bu dönemde özellikle tekne yarışları için çeşitli eğitimler veren kişilere atıfta bulunmak amacıyla koç kavramı kullanılmıştır. Aynı dönemde spor alanında eğitimler veren ve sporcuları yönlendiren kişilere “koç” denmiştir. Bu sürecin ardından sporcuların antrenmanlarıyla ve takım performanslarının iyileştirilmesiyle görevli olan kişileri betimlemek için kullanılmıştır (Evered ve Selman, 1989; Hagen, 2012).

Koçluğun tarihi, bireysel sorumluluk alındığında en iyi öğrenmenin gerçekleşebileceğini ifade eden Sokrates'e kadar uzanmaktadır. Son zamanlarda, koçluk uygulamaları özellikle spor alanında önemli bir rol değişimi ile gelişimini sürdürmüş ve bu süreç 20. yüzyıl ile 21. yüzyıl başlarında belirgin hale gelmiştir (NHS, 2005). Koçluğun bir yönetim işlevi olarak keşfedilmeye başlanmasına yönelik en erken çalışmalar, 1950'lerde Harvard Business School profesörlerinden Myles Mace'in araştırmalarına dayanmaktadır. Myles Mace, koçluğun yönetsel yönünü destekleyerek bunun önemli ve kazanılabilir bir yönetim yeteneği olduğunu ileri sürmüştür. 1960'lar ve 1970'lerde koçluğun liderlik yönü, gelişim ve psikolojinin ortak noktalarından biri olarak iş dünyasında yer almaya başlamıştır. 1974 yılında Tim Gallewey'in “The Inner Game of Tennis” adlı kitabında spor alanında elde edilen başarıların, psikoloji ile daha ilgili olduğu ve bu anlayışın iş dünyasında da uygulanabileceği düşüncesi ortaya konmuş, bu da koçluk olarak adlandırılmıştır. İngiltere ve Amerika'da bireysel ve iş alanında koçluk hizmetleri sunan ilk şirketler kurulmuş ve bu şirketlerde çalışan psikolojik danışmanlar, ilk kez yönetici koçluğu adı verilen bir hizmet sunmaya başlamışlardır. Bu süreçte, spor koçları ile iş dünyası profesyonelleri, disiplinler arası ortak koçluk stratejilerini geliştirmişlerdir. Amerika ve Avrupa'da, insanlara ve iş değişimlerine yönelik koçluk eğitimi sunan koçluk okulları açılmaya başlanmıştır (Bax vd., 2011; Brock, 2012).

1940-1979 yılları arasında koçluk hizmetleri örgüt danışmanları aracılığıyla sağlanmıştır. Bu dönemde koçlar, özellikle psikologlar ve örgütsel gelişim konularında uzmanlaşmış kişiler olarak ortaya çıkmışlardır. 1980'den 1994'e kadar koçluk branşında önemli bir ilerleme kaydedilmiştir. Bu süreçte, yaşam koçluğu ve kariyer koçluğu gibi yeni türler ortaya çıkarak koçluğun birçok yeni hizmet alanına yayılmasını sağlamıştır. 20. yüzyılda liderler, rol belirsizlikleri ve küresel ölçekte artan performans baskısı ile başa çıkma ihtiyacı hissetmişlerdir. Üst düzey yöneticiler, hem stratejik kararlar almak hem de bireyleri etkin bir şekilde yönetmek için gerekli iletişim becerilerinde ustalaşmayı hedeflemişlerdir. Bu ihtiyaç, 1980'li ve 1990'lı yıllarda koçluğun bir kavram olarak bir

dizi teknikle yönetim uygulamalarına dâhil edilmesine yol açmıştır. 1981 yılında, bireysel değişim ve gelişimi hızlandırmayı amaçlayan yapılandırılmış ve kişisel olarak hazırlanmış bir koçluk programı sunan ilk yönetim danışmanlığı firması olan Personnel Decisions International (PDI) kurulmuştur (McLean vd., 2005; Peterson, 1996; Thompson vd., 2008). 1995 yılından itibaren koçluk, iş dünyasında yaygınlaşmaya ve gelişmeye devam etmiştir. Koçluk alanında yapılan yayınların, koçluk eğitimi veren kuruluşların, koçluk organizasyonlarının ve koçluk araştırmalarına odaklanan akademisyenlerin sayısında büyük bir artış gözlenmiştir (Thompson vd., 2008).

Türkiye'deki koçluk uygulamalarına yönelik gelişmelere bakıldığında, Mesleki Yeterlilik Kurumu (MYK) tarafından görevlendirilen Koçluk Platformu Derneği ve Uluslararası Profesyonel Koçluk Derneği iş birliğiyle hazırlanan "Koç Ulusal Meslek Standardı"nın 29 Haziran 2013 tarihinde 28692 sayılı Resmî Gazete'de yayımlanmasıyla birlikte koçluk, bir meslek olarak kabul edilmeye başlanmıştır (Resmî Gazete, 2017). Mesleki Yeterlilik Kurumu, 22 Temmuz 2015 tarihinde koçluğun mesleki yeterliliklerine ilişkin "Koç Ulusal Yeterliliği"ni onaylayarak yürürlüğe koymuştur (MYK, 2015). Millî Eğitim Bakanlığı Öğretmen Yetiştirme ve Geliştirme Genel Müdürlüğü'nün hizmet içi eğitim planlamalarında ise 2016 yılından itibaren "Eğitim Koçluğu Kursu" ve 2017 yılından itibaren "Yaşam Koçluğu Farkındalık Kursu" yer almaya başlamıştır (MEB, 2017).

1.6. Dünyada Yaşam Koçluğu

Son yıllarda koçluk, kişisel gelişim alanında bir fenomen haline gelmiştir. Ancak, koçluğun gelişim sürecinin henüz başlangıç aşamasında olduğu ve kendisini, faydalandığı disiplinlerden ayrı ve özgün bir alan olarak ispat etmeye çalıştığı belirtilmektedir. Koçluk kavramının tanımı ve alandaki yeri konusunda farklı görüşler bulunmaktadır ve en uygun koçluk yaklaşımının belirlenmesi konusunda da tartışmalar sürmektedir. Koçluk ve unsurlarına ilişkin dışarıdaki görüşler ise alandaki fikirlere kıyasla daha karmaşıktır. Örneğin; ICF, "koçların danışanlara tavsiyede bulunmadığını" ve "cevapların danışanlarda olduğunu" savunmaktadır. Buna karşılık, bazı koçlar ise danışanların özel bilgi ve tecrübe için kısa süreli ücretli danışmanlık hizmeti aldıklarını yani "tavsiye satın aldıklarını" öne sürmektedirler. 1990 yılından itibaren koçluk eğitimi veren okulların sayısında önemli bir artış görülmüştür. Bu okulların sayısı üçten 273'e yükselmiş ve 2008 yılına gelindiğinde ise 11 koçluk dergisi yayımlanmaya başlamıştır (Carr vd., 2005; Akt. Brock, 2008).

Amerika Birleşik Devletleri'nde yer alan Harvard Üniversitesi'nde faaliyete geçen Koçluk Enstitüsü ile beraber en az yedi üniversitede koçluk programları sunulmaktadır. Amerika Birleşik Devletleri'ndeki bu yapılanmanın benzerini dünyanın farklı yerlerinde görmek mümkündür. Bu anlamda koçluğun akademik alanda da giderek artan bir ivmeyle kabul edildiği söylenmektedir. Bu gelişmeye paralel olarak koçluk literatürünün genişlemesi de son zamanlarda hız kazanmıştır. Bugüne kadar koçluk üzerine yapılan çalışmalar genellikle, uygulamalı pozitif psikoloji için bireysel, örgütsel ve sosyal dönüşümü kolaylaştırıcı bir perspektif sunmaktadır (Grant ve Cavanagh, 2007).

Dünya genelinde koçluk mesleğini yürüten bireylerin sayısında ciddi bir yükseliş yaşanmaktadır (Criddle, 2007; Poepsel, 2011; Stober ve Grant, 2006). Bu alana yönelik ilginin artması koç olmak isteyen bireylerin sayısının artmasına da neden olmaktadır. Ayrıca bir koçun yardımına ihtiyaç duyan danışanların artması da bu durumun ortaya çıkmasına neden olmaktadır (Griffiths ve Campbell, 2008). John Whitmore günümüzde yaşanan çevresel ve ahlaki yozlaşmanın üstesinden gelebilmek için insancıl koçluk ilkelerinin tüm toplumsal alanlara nüfuz etmesi gerektiğini bildirmiştir (Grant ve Cavanagh, 2007).

1990'lı yıllarda büyük ilgi gören koçluk (Kristal, 2010), kişisel gelişim odaklı yaşam koçluğu alanında da ilerlemesini sürdürmektedir (Disbennett-Lee, 2005). Bu yüzden, birçok kişi yaşamlarını planlamak ve denge sağlamak amacıyla koçlardan destek almaktadır (O'Connor ve Lages, 2004). Koçluk, danışanın hedeflerini belirlemesine ve bu hedeflere ulaşmasına yönelik eylem planları oluşturmaya yardımcı olur (Kimsey-House vd., 2011). Özetle, bireyin bu hedeflere ulaşma yeteneği yani yaşam koçunun başarısı, koç ile danışan arasındaki iş birliğine bağlıdır.

Dünya genelinde koçluk hizmeti sunan bireylerin cinsiyet dağılımlarına bakıldığında kadınların oranının erkeklere oranla daha fazla olduğu gözlenmektedir. 2009 yılında ICF aracılığıyla yapılan araştırma bulguları; dünya genelinde koçluk hizmeti veren bireylerin %65'ini kadınların %35'ini ise erkeklerin oluşturduğunu ortaya koymuştur. 2012 yılında ICF tarafından yapılan anket sonuçlarına göre Amerika Birleşik Devletleri ve Türkiye'de yaşam koçlarının cinsiyet değişkenine göre dağılımı benzerlik göstermiş olup söz konusu oran %25 erkek ve %75 bayan şeklinde bir dağılım göstermektedir. Anket sonuçlarına göre Türkiye ve Amerika Birleşik Devletleri'ndeki koçların büyük çoğunluğunu kadınlar oluşturmaktadır (McComb, 2012).

1.7. Türkiye’de Yaşam Koçluğu

Koçluk, 1990’lı yıllarda ABD’de gündeme gelmeye başladıktan yaklaşık 10 yıl sonra Türkiye’de adını birçok sektörde duyurmuştur. Bazı yazarlara göre Türk tarihinde koçluğun; hükümdar olması beklenen şehzadenin eğitiminden sorumlu kişilerle başladığı ve “şehzade hocalığı”, “hace-i sultanilik”, “atabeylik” gibi farklı alanlarda uygulandığı ve farklı isimlerle anıldığı belirtilmektedir (Çetin, 2015). Türkiye’de koçluğun kurumsallaşma ve meslek haline gelmesinin temelleri ise üç koçun ICF şubesini kurmasıyla başlamıştır. Bu şube 2009 yılında derneğe dönüştürülmüştür. Koçluğun tarihi çok eski zamanlara uzansa da bu kavramla ilgili eksiklikler 2012 yılında yapılan koçluk konferansıyla giderilmeye çalışılmıştır. Bu gelişmeler sonucunda koçluk, 22.05.2013 tarihinde, KPD ve UPKD vasıtasıyla hazırlanan tasarı ile Mesleki Yeterlilik Kurumu yönetim kurulunca 5544 SK ile ulusal düzeyde resmi bir meslek olarak onay almıştır. Yurtdışında koçluk üzerine yazılmış eserlerin Türkçeye çevirisinin yapılmasıyla toplumun bu alana ilgisinin arttığı görülmektedir (Eryılmaz, 2014).

1.8. Liderlik

Liderlik kavramı, neredeyse bu kavramı tanımlama çabasını gösteren bireyler kadar farklı şekillerde tanımlanmaya çalışılmıştır (Yukl, 2006). İngilizce “leadership” sözcüğünden dilimize “liderlik” şeklinde geçen bu terime Türkçede “önderlik” sözcüğü de önerilmişse de liderlik sözcüğü daha çok kullanılmış ve kabul görmüştür (Şişman, 2004). Liderlikle yapılan tanımlara bakıldığında bir bireyin bir grubu ortak bir amaç doğrultusunda yönlendirmesine vurgu yapıldığı görülmektedir (Hemphill ve Coons, 1957). Bazı tanımlarda ise liderlik, grubu oluşturan kişiler arasında karşılıklı etkileşimler ile organizasyonun ana yapısının ve örgütsel amaçlarının oluşturulması ve bu sisteminin örgüt amaçları doğrultusunda sürdürülmesi şeklinde ifade edildiği görülmektedir (Stogdill, 1974).

1.9. Tarihsel Süreçte Liderlik

İnsanlık kadar eski geçmişi bulunan liderlik tarih boyunca insan gruplarının olduğu tüm toplumlarda görülmüştür. Bu toplumlarda bir lider olduğu gibi bu liderden etkilenen ve liderlerini takip eden insan grubu da olmuştur. Bu anlamda kavramsal olarak bakıldığında liderlik, yöneten ve yönetilenler arasındaki ilişkiyi ifade etmektedir. Lider ise bir grubun ya da bu grubun oluşumunda etkili olan organizasyonun amaçlarına ulaşmayı

gerçekleştirmek için üyeleri üzerinde belli bir etki gücüne sahip olan bireyi tanımlamaktadır (Arıkboğa, 2007).

Liderliğin bireysel veya grup davranışları üzerinde kuvvetli bir etkiye sahip olduğu bilinmektedir. Bu açıdan bakıldığında liderlik bir özellik olarak algılansa da aynı zamanda bir süreç olarak da değerlendirilmektedir. Süreç açısından liderlik ise üyelerinin faaliyetleri üzerinde yönlendirici ve koordine edici aynı zamanda zorlayıcı olmayan bir etki olarak tanımlanmaktadır (Yıldırım ve Elbaş, 2014). Yukarıda liderlikle ilgili tanımlara bakıldığında genel olarak “etkileme”, “ikna etme”, “yönlendirme” ve “güdöleme” gibi niteliklerin ön plana çıktığı görölmektedir. Bu nedenle liderlik, grubun amacına ulaşmasını sağlamak için grup üyelerini etkileme ve yönlendirme süreci; lider ise bu süreci geliştiren birey olarak ifade edilebilmektedir (Bakan ve Bulut, 2004).

Yirminci yüzyılda ortaya atılan kişilik özellikleri yaklaşımı, liderlikle ilgili çalışmaların ilk sistemli girişimlerinin temellerinin atılmasına neden olmuştur. Özellikle hangi özelliklerin belirli kişileri büyük bir lider haline getirdiği üzerine çalışmalar yoğunlaşarak liderlik özellikleri araştırılmaya başlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda şekillenen teoriler; “büyük adam” teorileri olarak adlandırıldı; çünkü bu teoriler Gandhi, Abraham Lincoln ve Napolyon gibi büyük sosyal, politik ve askeri liderlerin doğuştan gelen kişilik niteliklerini tespit etmeye odaklandı. Bu teorilerde liderlik karakterine sahip bireylerin bu kişilik nitelikleriyle doğdukları ve yalnızca önemli insanların bu özelliklere sahip olduğu fikri ortaya çıkmaktaydı. Bu teoriler etrafında şekillenen liderlik ile ilgili yapılan araştırmalar, liderleri bağı bulunduğ grubun üyeleriyle kesin hatlarla ayıran belirli kişilik özellikleri olduğuna yönelik olgulara odaklanmaktaydı (Northouse, 2021).

Liderlik özelliklerinin evrenselliğini sorgulayan araştırmalar, 20. yüzyılın ortalarında kişilik özelliklerine odaklanan yaklaşımlara meydan okumaya başladı. Stogdill (1948), lider özellikli kişileri belirli durumlarda lider olmayan kişilerden ayıran birtakım karakter özelliklerinin tanımlanamayacağını ileri sürdü; çünkü liderlik özelliğı olan bir kişi bir durumda lider olabiliyorken farklı bir durumda ise lider özellikleri sergilemeyebilirdi. Bu noktadan hareketle Stogdill (1948) liderliğı, sosyal bir durumda, kişiler arasında olan bir ilişki olarak kavramsallaştırmıştır. Bununla beraber kişisel faktörler de önemli olmaya devam ederken bu faktörler artık kişilerin içinde bulunduğ duruma göre değerlendirilmeye başlandı. Araştırmacılar bazı karakter özelliklerinin liderlik özelliklerini yansıttığı konusunda ortak görüş bildirmeye başladılar. Araştırmacıların üzerinde hemfikir

oldukları liderlik özellikleri aşağıdaki gibi maddeler halinde sıralanabilmektedir (Northouse, 2021):

- Zekâ,
- Kendine güven,
- Kararlılık,
- Bütünlük,
- Sosyallik.

1.10. Liderlik Teorileri ve Modelleri

1.10.1. Özellikler Teorisi

Bu teoriye göre belli bir grup içerisinde bir bireyin lider olarak kabul edilmesi ve bu grubu yönetmesinin başlıca sebebi edindiği kişilik özellikleridir (Koçel, 1999, s.426). Özellikler teorisi liderlik özelliklerine sahip bireylerin bu özelliklere sahip olarak olduklarını savunmaktadır. Bu teori kapsamında yapılan birçok araştırmaya göre liderliğin olgunluk, başkasına güven verme, dürüstlük, samimiyet vb. özellikleri bulunmaktadır (Toprakçı, 2008).

1.10.2. Davranışsal Liderlik Teorisi

Bu liderlik teorisinin gelişmesine, yönetim bilimcilerinin gerçekleştirdiği çeşitli uygulamalı ve teorik çalışmalar büyük fayda sağlamıştır. Bu alandaki araştırmaların ortak noktası, liderlerin liderlik davranışlarını sergilerken iki temel unsura dikkat etmeleri gerektiğidir: a) işe veya göreve odaklanma, b) kişiye odaklanma (Paksoy, 2002). Bu alanda yapılan çalışmalar sonucunda çeşitli liderlik/önderlik tarzları belirlenmiş ve bunların etkinlikleri incelenmiştir. Ancak, bu kuram çerçevesinde yapılan çalışmalar, önerilen fikirlerin çevre ve koşulları yeterince dikkate almaması nedeniyle eleştirilmiştir (Tengilimoğlu, 2005).

Davranışsal liderlik teorisi, özellikler yaklaşımının yetersiz olduğu anlaşıldığında, gözlemlenebilir davranışların liderlikte etkili olduğu düşüncesinin ortaya çıkmasıyla gelişmeye başlamıştır. Çünkü bu kuram liderlik özelliklerinin doğuştan geldiğini öne süren özellikler teorisinin aksine liderliğin doğuştan değil de sonradan öğrenilen davranışların geliştirilerek lider olunabildiğini öne sürmüştür (Yıldız, 2013).

1.10.3. Durumsal liderlik teorisi

Bu liderlik teorisi, farklı koşulların farklı liderlik tarzları gerektirdiğini öne sürmektedir (Sabuncuoğlu ve Tüz, 2001). Bu sebeple, çeşitli durumlarda etkili olabilecek liderlik davranışlarını önceden tahmin etmenin mümkün olmadığını ileri sürmektedir. Bu doğrultudan hareketle durumsal liderlik teorisi tüm ortamlarda geçerli olabilecek en etkili liderlik biçiminin olamayacağını savunmaktadır (Çelik, 2000).

1.10.4. Modern Liderlik Teorisi ve Liderlik Modelleri

Bu teori kapsamında etkileşimci liderlik, organizasyonu hedeflerine ulaşma sürecinde çalışanların gereksinim duyduğu materyali kullanabilecekleri formda sunan geleneksel liderlikten farklı olarak izleyenlere odaklanan, hem üst örgütle hem de iş görenlerle ilişkileri gerektiren, izleyenlerine güvenmekte ve onlarla çift yönlü iletişim kuran bir yöntem izler (Tokmak ve Yavuz, 2009). Dönüşümcü liderlik (Şimşek, 2006); sözde liderliğin olduğu ve astların serbest bırakıldığı bir yöntemken serbest bırakıcı liderlik (Karip, 1998); astlarını etkilemeye yönelik olarak moral güce dayanan bir liderlik tarzı olarak görülür (Çelik, 2000). Birçok liderlik türü ve özellikleri tanımlanmış ve günümüzde de bu liderlik modellerine ilişkin çalışma ve uygulamalar devam etmektedir. Mevcut tez kapsamında spor yaşam koçluğu programının uygulanmasında genel hatları itibarıyla gençlik liderlik modeli üzerinde yoğunlaşıldığından dolayı bir sonraki başlık altında bu modele ilişkin açıklamalara yer verilmiştir.

1.11. Gençlik Liderliği

Liderlik, birçok araştırmacıya göre sanat olarak nitelendirilmektedir. Fakat, liderliği diğer sanat dallarından ayıran bazı farklılıklar bulunmaktadır. Bu farklılıklardan en önemlisi ise kurallarının ve kullanılan tekniklerin farklı olduğu ve bireyden bireye değişebildiğidir. Her ne kadar diğer sanat dallarıyla ortak özelliklere sahip olsa da liderlik için kullanılan bazı teknikler bir bireyde başarılı olabilirken başka bir bireyde aynı etkiyi göstermeyebilmektedir. Bu nedenle evrensel bazı kuralları olsa da liderlik, bireysel ölçekte değerlendirilmesi gereken alanlardan biridir (Osmay,1985).

“Lider” kavramı bilim, sanat, iş veya spor dallarında başarılı olan kişilerle özdeşleşmiş bir kelimedir. Bireylerin kapasite ve kabiliyetleri açısından başlı başına bir alan olarak değerlendirilmekle birlikte bu alanda yapılan çalışma oldukça fazladır. Buna

rağmen gençleri konu edinen liderlik çalışmalarının oldukça sınırlı olduğu görülmektedir (Ricketts ve Rudd, 2002).

Alan yazında yer alan liderlik çalışmaları incelendiğinde bu çalışmaların daha çok yetişkinlere yönelik gerçekleştirildiği görülmektedir (Bass ve Stogdill, 1990). Yetişkin liderlik alanına yönelik çalışmalarda ise daha çok yetki, konuşma hakkı, fikir, etkili karar verme gücü gibi konulara odaklanılmaktadır. Daha sınırlı sayıda yapılan gençlik liderliği çalışmalarında ise beceri, bilgi, yetenek gibi konulara odaklanıldığı görülmektedir (MacNeil, 2006).

Gençlik liderliği araştırmalarında, gençlik liderliği ve gençlik gelişimi kavramları alan yazında birbirinin yerine kullanılabilmektedir. Fakat birbirinden oldukça farklı iki kavramdır (MacNeil, 2000). Gençlik gelişimi, gençlik liderliği yeterlilik alanlarını da kapsamakla beraber ergenlik dönemini daha bütüncül bir şekilde ele alır (Edelman vd., 2004). Bu tanım ve açıklamalar göz önünde bulundurulduğunda gençlik gelişiminin farklı alanları ile liderlik alanının ilişkili olduğu anlaşılmaktadır. Böylece iki kavramın amaçlarının da kesiştiğini ifade edebiliriz (Kress, 2006).

1.12. Liderlik Gelişim Programları ve Yapılan Araştırmalar

Özel yetenekli öğrencilerin liderlik becerilerine yönelik yapılan bir araştırmada ders dışı etkinliklere katılan öğrencilerin liderlik becerisinin katılmayanlara göre daha yüksek olduğu bulgusuna ulaşılmıştır (Demirçelik vd., 2017). Bu araştırma bulgusundan hareketle liderliğin yalnızca öğrencilere kazandırılması gereken bir olgu olarak ele alınmaması gerektiğini vurgulamak gerekmektedir. Liderliğin öğrencilere sunacağı katkı açısından da değerlendirilmelidir; çünkü her öğrenci aynı zamanda gelecekteki potansiyel liderlerden biridir. Geleceğin liderlerini yetiştirmek ise her ebeveynin bildiği rutin kuralları ve prosedürleri uygulamaktan ibaret bir uğraştan çok daha önemli bir iştir (Swan, 2014).

Genç bireylerin potansiyel liderlik özelliklerinin tanımlanması ve değerlendirilmesi, bu özelliklerin sürdürülmesini sağlayacaktır (Kress, 2006). Liderlik gelişiminde, yalnızca bireysel gelişime değil, takım çalışmasına yönelik alanlara da önem verilmelidir. Bu alanlarda onlarla birlikte vizyon oluşturma, ortak liderlik etme, kolektif öğrenme, koordineli hareket etme ve toplum inşa etme gibi beceriler örnek olarak verilebilir. Bu bağlamda, liderlik gelişiminde bireysel liderlik tarzından ziyade ortak

hareket edilen liderlik özellikleri ön planda olmalıdır (Sandmann ve Vandenberg, 1995). Bu nedenle bireylerin, özellikle gençlerin, sosyal beceriler kazanmaları liderlik gelişimleri açısından büyük bir öneme sahiptir.

1.13. Sosyal Beceriler ve Lise Öğrencilerinin Sosyal Beceri Özellikleri

Sosyal beceriler, bireyin bulunduğu sosyal çevreye uygun davranma becerisi olarak tanımlanır. Bu yetenekler, doyurucu kişilerarası ilişkiler kurmada ve sosyal hedeflere ulaşmada kilit rol oynar (Sorias, 1986). Bu beceriler bireylerin diğer bireylerle etkileşime girmesini sağlayan davranışlardır. Sosyal davranışları sergileyen bireyler sosyal ortamlarda pekiştirme davranışı elde ederek ilişkilerden doyum sağlarlar ve hâlihazırdaki ilişkilerini devam ettirirler. Sosyal becerilerin kişilerarası bir özelliği vardır ve tekrarlanabilir özelliktedir (Bacanlı, 2000).

Sosyal beceriler, bireylerin yaşam kalitelerini artırmakta ve kendilerini gerçekleştirme süreçlerini desteklemektedir. Sosyal beceriye sahip bireyler, Maslow'un belirttiği kendini gerçekleştiren bireylerin özelliklerinin çoğuna sahiptirler (Kepçeoğlu, 1994). Lise döneminde bireylerin benlik gelişimi ile sosyal beceriler arasında yakın bir ilişki vardır. Bu becerileri destekleyen en önemli unsurların başında ise lise dönemindeki bireylerin faaliyetlere katılımıdır. Bireyler faaliyetlere katılım sağladıkça kişilik bütünlüklerini kazanmaları kolaylaşacaktır. Bu noktadan hareketle, farklı gruptaki insanlar için sporun; bireylerin boş zamanlarını sosyal olarak doldurabilecekleri ve birçok etkinlik çeşidi ve özelliğiyle önemli bir faaliyet konumunda olduğunu söyleyebiliriz (Kayıkçı, 2007). Bu çalışmada da sporun bu işlevinden yararlanmak hedeflenmiştir.

Benlik saygısı; algısal, kavramsal ve tutumsal olmak üzere üç bileşenden oluşmaktadır. Bu bileşenlerden biri olan algısal bileşen bireylerin kendilerini nasıl algıladıklarıyla ilgilidir. Kişisel değer algısı, beden algısı ve diğer bireylerin kendilerini nasıl gördüklerine dair algılar bu bileşen ile ilgilidir. Kavramsal bileşen ise bireyin yeteneklerini, sınırlamalarını ve özelliklerini kavramalarını sağlayan bileşendir (Bayazıt, 2014). Bu nedenden dolayı ergenlik dönemindeki bireylerin, benlik saygısı düzeylerinin rekreatif faaliyetler ile artırılabilirliği düşünülmektedir.

İnsanlar sosyal hayatlarında çevreleriyle devamlı olarak bir etkileşim içindedirler. Bu etkileşim kapsamında duygu ve düşüncelerini aktararak iletişimde bulunurlar. Bireylerin çevreleriyle kurdukları bu iletişimin kalitesi ise sosyal çevrelerine uygun bir

şekilde hareket etme yeteneği olarak ifade edilen sosyal becerilere bağlı olarak değişebilmektedir. Başarılı ve sürdürülebilir bir sosyal etkileşim için de birtakım bilişsel ve davranışsal becerilere ihtiyaç duyulmaktadır (Efe vd., 2008). Bu becerileri aşağıdaki gibi sıralamak mümkündür (Dikmeer, 1997):

- Rol yapma,
- Durum tanımlama,
- Problem çözme,
- Sorumluluk bilinci,
- Kendini ifade etme.

Günümüz formal eğitim sisteminde sosyal yeteneklerin gelişimsel bir proses olduğu kabul edilmekte ve bu becerilerin daha iyi bir noktaya getirilmesi konusunda çalışmalar yapılmaktadır. Bu beceriler bireylerin sadece sosyal ortamlarını düzenlemekle kalmamakta aynı zamanda bireylere sağlıklı öğrenme ortamı oluşturulmasını sağlayacak yararların da elde edilmesini desteklemektedir. Bu alanda yapılmış araştırmalara bakıldığında ise sosyal beceriler bakımından düşük performans sergileyen öğrencilerin akademik başarılarının da düşük olduğu gözlemlenmektedir. Buna ek olarak sosyal becerilerin aynı zamanda sosyal ve psikolojik işlevlerinin de dikkate değer belirleyiciler olduğunu belirten birçok çalışma bulgusu da bulunmaktadır. Sosyal beceriler bakımından düşük performans sergileyen bireylerde birçok olumsuz durumun geliştiği ifade edilmektedir (Ogilvy, 1994).

1.14. Lise Öğrencilerine Yönelik Koçluk Uygulamaları ile İlgili Yapılmış Çalışmalar

Bu başlık altında, alan yazında spor yaşam koçluğu uygulamalarına yönelik oldukça sınırlı çalışma bulunduğundan dolayı dünyada ve Türkiye’de lise öğrencilerini konu alan koçluk uygulamaları ile ilgili yapılmış çalışmalara yer verilmiştir.

1.14.1. Lise Öğrencilerine Yönelik Koçluk Uygulamaları ile İlgili Dünyada Yapılmış Çalışmalar

Lise öğrencilerine yönelik gerçekleştirilen koçluk uygulamalarını konu edinen bir çalışmada, eğitim-öğretim süreci içerisinde güçlük yaşayan lise öğrencilerinin öğretmenleri için koçluğun yararlılığını değerlendirmek üzere kümelenmiş rastgele bir tasarım kullanılarak araştırma gerçekleştirilmiştir. Üç yıllık bir araştırmayı içeren bu çalışmaya

130 dokuzuncu sınıf öğretmeni ve 3.160, dokuzuncu sınıf öğrencisi katılmıştır. Araştırma kapsamında elde edilen bulgular, koçluğun bir yıl boyunca öğretmenlerin tavsiye edilen okuryazarlık uygulamalarını kullanımını ve kalitesini geliştirdiğini ve öğrencilerin okuma başarısını arttırdığını göstermiştir (Davis vd., 2018).

Başka bir çalışmada, koçluğun hedefe ulaşma, zihinsel sağlık, işyeri refahı ve dayanıklılık üzerindeki etkilerini araştırmak amacıyla hem deneysel hem de yarı deneysel (ön-son) bir çalışma deseni kullanılmıştır. Rastgele kontrollü bir tasarım koçluğun bu faktörler üzerindeki etkisini incelerken yarı deneysel (ön-son) tasarım ise koçluğun liderlik stilleri üzerindeki etkisini araştırmak için kullanılmıştır. Çalışmada, kırk dört lise öğretmeni rastgele olarak koçluk ya da bekleme listesi kontrol grubuna atanmıştır. Koçluk sürecinde bilişsel-davranışsal ve çözüm odaklı bir yaklaşım benimsenmiş ve öz liderlik ile dönüşümsel liderlik teorileri temel alınmıştır. Koçluk grubundaki katılımcılar, liderlik tarzları hakkında çok boyutlu geri bildirim almış ve 20 haftalık bir sürede profesyonel koçlar vasıtasıyla yürütülen 10 koçluk oturumuna katılmışlardır. Rastgele atama ile oluşturulan kontrol grubundaki bireylerle karşılaştırıldığında koçluğa katılım, artan hedeflere ulaşma, azalan stres ve gelişmiş işyeri refahı ve dayanıklılık ile ilişkilendirilmiştir. Koçluk grubu için ön-son analizler, koçluğun yapıcı liderlik stillerinin öz-bildirimli başarıyı ve hümanist-cesaretlendirici bileşenlerini arttırdığını ve öz-bildirimli agresif/savunucu ve pasif/savunucu liderlik stillerini azalttığını göstermiştir. Bulgular, bir mesleki gelişim metodolojisi olarak koçluğun, liderlik koçluğu ve yönetici koçluğunun normalde ilişkilendirildiği kurumsal ve organizasyonel ortamların ötesinde toplumun gelişimine ve refahına katkıda bulunma konusunda büyük bir potansiyele sahip olduğunu göstermektedir (Grant vd., 2010).

1.14.2. Lise Öğrencilerine Yönelik Koçluk Uygulamaları ile İlgili Türkiye’de Yapılmış Çalışmalar

Ortaokul ve ortaöğretim kurumlarında uygulanan öğrenci koçluğu ile ilgili olarak öğretmen ve öğrencilerin görüşlerini ortaya çıkarmak amacıyla gerçekleştirilen bir çalışmanın verilerine göre, öğretmenler öğrenci koçluğunu yararlı bulmakta ve her seviyede uygulanabilir olduğunu düşünmekte ancak bunun kendilerine ek iş yükü oluşturduğunu ifade etmektedirler. Öğrenciler ise, öğrenci koçluğu uygulamalarını olumlu bulmakla birlikte yetersiz değerlendirmişlerdir (Çam-Tosun ve Bayram, 2017).

Lise öğrencilerine yönelik gerçekleştirilen koçluk uygulamalarını inceleyen bir araştırmada, ön test-son test kontrol gruplu deneysel desen kullanılarak nicel bir araştırma yöntemi benimsenmiştir. Katılımcılar, uygun örnekleme yöntemi ile bir devlet okulundan seçilmiştir. Çalışmanın sonucunda, deney grubunda 16 öğrenci ve kontrol grubunda 30 öğrenci yer almıştır. Deney grubuna bilişsel koçluk yöntemi ve bilişsel farkındalık stratejileri kullanılarak matematikte fonksiyon konusu hakkında eğitim verilmiştir; kontrol grubuna ise aynı konuda geleneksel müfredata dayalı eğitim sağlanmıştır. Araştırma bulgularına göre, deney ve kontrol grupları arasında bilişsel farkındalık düzeylerinde önemli farklılıklar tespit edilmiştir. Bu sonuçlar, bilişsel koçluk yöntemi ve bilişsel farkındalık stratejilerinin öğrencilerin bilişsel farkındalık düzeylerini artırmada olumlu bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir (Çay, 2023).

12. sınıf rehber öğretmenlerinin koçluk yetenek düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelendiği başka bir çalışmada, öğretmenlerin kıdemlerine göre koçluk becerileri değerlendirilmiştir. Araştırma bulguları, 11-19 yıl kıdem aralığındaki öğretmenlerin ve 20 yıl ve üzeri kıdemli öğretmenlerin koçluk yeteneklerinin, 0-10 yıl aralığında görev yapan öğretmenlere göre daha ileri düzeyde olduğunu göstermektedir. Öğrenciler, öğretmenlerin en çok iletişim becerilerine sahip olduklarını düşünmektedir (Çetin, 2015).

2. AMAÇ

Bu çalışmanın amacı, Millî Eğitim Bakanlığına bağlı İstanbul ili, Başakşehir ilçesinde bulunan Başakşehir Anadolu Lisesinde eğitimini sürdüren dokuzuncu sınıf öğrencilere uygulanacak spor yaşam koçluğu programının öğrencilerin sosyal beceri düzeylerine ve liderlik özelliklerine etkilerinin araştırılmasıdır.

3. YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Modeli

Spor yaşam koçluğu uygulamalarının dokuzuncu sınıf lise öğrencilerinin sosyal beceri düzeylerine ve liderlik özelliklerine etkilerini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen bu araştırmada nicel veri toplama yöntemi kullanılmıştır. Araştırma; ön test, son test, deney ve kontrol gruplarını içeren deneysel bir modelle desenlenmiştir. Bu araştırma modelinde gruplar, deney ve kontrol grubu olarak ayrılmıştır. Çalışma süresince, etkisi ölçülmek istenen uygulama deney grubuna uygulanırken kontrol grubuna uygulanmamıştır (Büyüköztürk vd., 2008).

Bu araştırma, araştırmacının gözetiminde gerçekleştirilmiş ve iki grubun gözlemlenmesi ile sonuçların karşılaştırılması amaçlanmış ön test-son test kontrol gruplu deneysel desen kullanılmıştır. Mevcut çalışmada, deneysel desen türlerinden gerçek deneysel desen tercih edilmiştir. Gerçek deneysel desende, çok sayıda grubun kullanılması ve örneklem seçiminin tarafsız olması önemlidir. Ayrıca, uygulama sürecinde en az bir deney ve bir kontrol grubunun bulunması gerekmektedir (Karasar, 2007). Mevcut araştırmada, uygulama sürecine bir deney grubu ve bir kontrol grubu dahil edilmiştir.

3.2. Çalışma Grubu

Araştırma, İstanbul ili Başakşehir ilçesinde bulunan Başakşehir Anadolu Lisesinde dokuzuncu sınıfta eğitime devam eden ve araştırmaya gönüllü olarak katılım sağlayan 32 kişilik kontrol grubu, 32 kişilik deney grubu olmak üzere toplam 64 kişiden oluşmaktadır.

Mevcut araştırmanın katılımcılarının seçilmesinde kullanılan kriterler şu şekildedir:

- Düzenli bir etkinliğe gitmiyor olmak,
- Etkinliğe katılmaya bir engelin bulunmaması,
- Etkinliğe katılma konusunda veli onayının bulunması,

Araştırmaya katılacak deney grubunun belirlenmesi aşamasında öğrencilere çalışmanın içeriği hakkında bilgi verilmiştir. Çalışmanın uygulama sürecinin ayrıntılı bir şekilde açıklandığı onam formunu okuyarak katılmayı kabul eden kişiler çalışmaya dâhil edilmiştir. Deney grubuna katılan kişiler, spor yaşam koçluğu programı dışında herhangi bir etkinliğe katılmayacak şekilde araştırma sürecine dâhil edilmiştir. Araştırmaya katılacak olan kontrol grubunun belirlenme sürecinde öğrencilere çalışma hakkında bilgi verilmiş ve onam formunu okuyarak kabul eden kişiler çalışmaya dahil edilmiştir. Kontrol grubuna katılan kişiler, günlük rutin hareketleri dışında başka bir etkinliğe katılmadan uygulama sürecine dahil olmuşlardır. Deney ve kontrol grubunda bulunan öğrenciler uygulama süresi boyunca istedikleri zaman çalışmadan ayrılacakları konusunda bilgilendirilmiş, çalışma ilk başlayan öğrenci grubuyla bitirilmiştir.

Başakşehir Anadolu Lisesinde dokuzuncu sınıfta eğitime devam eden toplam 157 öğrenciye çalışmayla ilgili bilgi verilmiş, 100 öğrenci araştırmaya gönüllü katılım gösterebileceklerine dair geri dönüş vermiştir. Geri bildirimler doğrultusunda, araştırmaya katılım kriterlerini karşılayan ve hesaplanan örneklem sayısına göre 32 kontrol grubu ve 32 deney grubu olmak üzere toplamda 64 kişilik çalışma grubu olarak belirlenmiştir. Araştırmanın deney grubu düzenli bir etkinliğe gitmeyen 15 yaşında Başakşehir Anadolu Lisesinde dokuzuncu sınıfta eğitim öğretime devam eden öğrencilerden oluşmaktadır. Ayrıca deney grubunda bulunan öğrenciler spor yaşam koçluğu programı dışında başka bir aktiviteye katılım göstermemişlerdir.

Araştırmanın kontrol grubu, düzenli bir kursa gitmeyen Başakşehir Anadolu Lisesi'nde dokuzuncu sınıfta eğitime devam eden 15 yaşındaki öğrencilerden oluşmaktadır. Kontrol grubundaki katılımcılar, çalışma süresince günlük rutin yaşamlarını sürdürmüş ve düzenli bir aktivite programına katılmamışlardır. Random olarak ayrılmış 32 kişiden oluşan deney grubu spor yaşam koçluğu programına yüz-yüze katılım sağlarken 32 kişiden oluşan kontrol grubu spor yaşam koçluğu programına katılım sağlamamıştır. Deney grubuna sekiz hafta, haftada iki gün 90 dakikalık spor yaşam koçluğu programı uygulanmıştır. Spor yaşam koçluğu programı uygulanma sürecinde açık sunum yöntemi,

gösterip yaptırma yöntemi, gösteri yöntemi, egzersiz ve aktif katılım gibi yöntem ve tekniklerden yararlanılmıştır.

Çalışma grubunun demografik özelliklerine ilişkin veriler şu şekildedir:

Tablo 3. 3. Çalışma grubunun demografik özellikleri

Özellikler		Deney Grubu (n)	%	Kontrol Grubu (n)	%
Yaş		15 Yaş	100	15 Yaş	100
	Toplam	32	100	32	100
Cinsiyet		16 Kız/16 Erkek	50	16 Kız/16 Erkek	50
	Toplam	32	100	32	100

Tablo 3.1.'de çalışmaya katılan deney ve kontrol gruplarının farklı değişkenlere göre sayı ve yüzdeleri verilmiştir. Deney grubundaki katılımcıların tamamı (n=32) 15 yaşında; katılımcıların (n=16) erkek; (n=16) ise kız öğrenci olduğu görülmektedir. Kontrol grubundaki katılımcıların tamamı (n=32) 15 yaşında; katılımcıların (n=16) erkek; (n=16) ise kız öğrenci olduğu görülmektedir.

3.3. Veri Toplama Araçları

Deneysel yöntemler araştırma yönteminin kullanıldığı çalışmanın uygulama boyunca nicel veri toplama araçlarından faydalanılmıştır. Araştırmanın nicel bölümünde “Sosyal becerileri değerlendirme ölçeği” ile “Gençlik liderlik özellikleri ölçeği” kullanılmıştır. Aşağıda nicel veri toplama araçları açıklanmıştır.

3.3.1. Gençlik liderlik özellikleri ölçeği (GLÖ)

Gençlik liderlik özellikleri ölçeği (GLÖ) Cansoy ve arkadaşları (2016) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek üzerinde açımlayıcı faktör analizi ve doğrulayıcı faktör analizleri yapılarak yapı geçerliliği test edilmiştir. Bu analizler sonucunda, ölçek 40 madde ve yedi faktörlü bir yapı olarak belirlenmiştir: mücadele isteği ve hedef koyma, iletişim kurabilme, grup yetenekleri, güven duyabilme ve güvenilir olma, karar verme becerileri, sorun çözme yetenekleri ve sorumluluk. Ölçeğin güvenirlik çalışmaları kapsamında ise Cronbach's Alpha tutarlık katsayısı hesaplanmış ve 0. 92 olarak bulunmuştur. Faktörlere ilişkin yapılan Cronbach's Alpha iç tutarlık katsayıları ise 70 ile 80 arasında değişen değerler bulunmuştur. Ölçeğin yedi faktörlü yapısı doğrulayıcı faktör analizi ile doğrulanmıştır.

GLÖ üzerinde yapılan geçerlik ve güvenirlik analizleri sonucunda bu ölçeğin geçerli ve güvenilir bir ölçek olduğu anlaşılmıştır.

3.3.2. Sosyal Beceri Değerlendirme Ölçeği (SBDÖ)

Sosyal Beceri Değerlendirme Ölçeği (SBDÖ), Ataş ve arkadaşları (2016) tarafından geliştirilmiş olup, ebeveynler ve çocukların diğer yakınları tarafından doldurularak çocuğun sosyal becerilerini değerlendirmeyi amaçlamaktadır. Beşli likert tipi ile hazırlanan ölçek, 76 madde ve yedi alt boyuttan oluşmaktadır. 4-15 yaş aralığındaki çocukların sosyal becerilerini yetişkinler aracılığıyla değerlendirme imkanı sunmaktadır. Geçerlik ve güvenirlik çalışmaları, 727 kişi üzerinde yapılmıştır. Analizler sonucunda, ölçeğin test-tekrar test katsayısı 0.63 ve ölçüt bağımlı geçerlik katsayısı 0.75 olarak bulunmuştur. İç tutarlık katsayısı analizleri, ölçeğin tamamı için 0.97, alt boyutlar için ise 0.84 ile 0.92 arasında değişen değerler göstermiştir. Bu sonuçlar, SBDÖ'nün geçerli ve güvenilir bir ölçek olduğunu ortaya koymuştur.

3.3.3. Kişisel bilgi formu

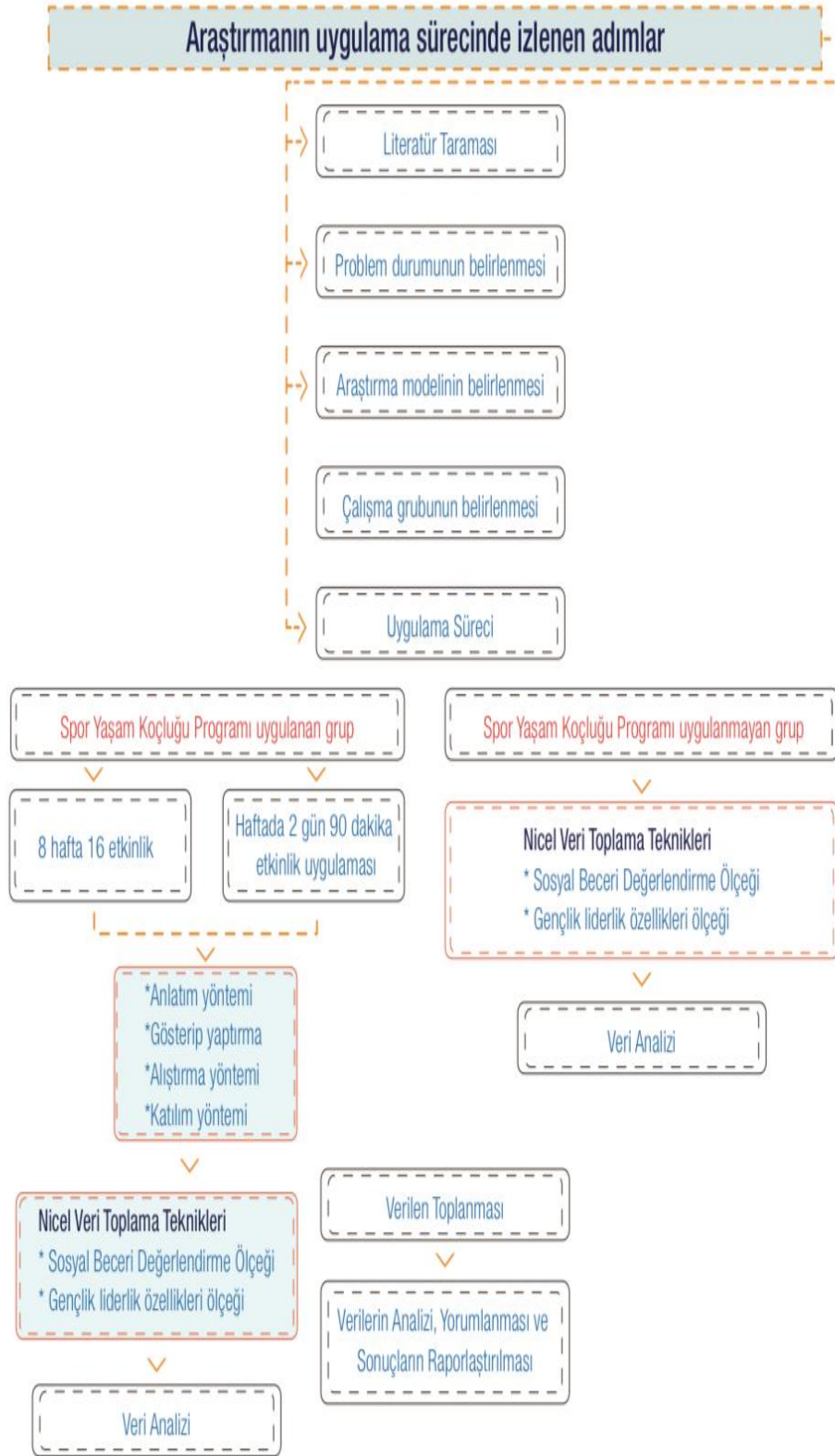
Kişisel bilgi formu araştırmacı tarafından hazırlanmıştır. Form'da katılımcıların yaş, cinsiyet, durumuna ilişkin sorular yer almaktadır.

3.4. Spor Yaşam Koçluğu Programı ve Uygulama Süreci

Alanyazın araştırıldığında, ön test-son test kontrol gruplu deneysel araştırmalarda uygulanan programların genellikle 8 ila 12 hafta süresince devam ettiği ve haftalık gerçekleştirilen faaliyetlerin sürelerinin değişkenlik gösterdiği anlaşılmaktadır (Kravitz vd., 1993; Aşçı vd., 1998; Velasquez ve Wilmore, 1991). Bu doğrultuda, 8 hafta boyunca haftada 2 gün, günde 90 dakikadan oluşan program, okul ders programı sonrası bireyin serbest zaman etkinlikleri için ayırdığı süre içerisinde uygulanmıştır. Mevcut çalışmada uygulanan spor yaşam koçluğu eğitim programı; spor bilgisi, genel antrenman bilgisi, egzersiz ve beslenme, sağlık bilgisi ve ilk yardım, yönetim ve organizasyon, ekip çalışması ve liderlik, eğlenceli atletizm, okçuluk, sporcu söyleşi, eğitsel oyun (kaleli yakan top), yaparak yaşayarak öğrenme parkuru, spor temalı film izleme, izcilik ve kamp eğitimi, takım sporları (voleybol), müsabaka izleme, yaşam boyu spor faaliyetler bütünü kapsamaktadır. Her bir etkinlik programında 5 dakikalık genel bilgilendirmenin ardından 80 dakikalık bir etkinlik programı ve 5 dakikalık genel değerlendirme ve bir sonraki

etkinlik ile ilgili bilgilendirme yapılmıştır. Programın hazırlanması sürecinde, etkinlikler, oyunlar ve fiziksel aktiviteler aracılığıyla eğitim alanında uzmanların görüşleri alınmıştır. Bu görüşler göz önünde bulundurularak hazırlanan program; dikkat, denge, koordinasyon, çabukluk, dayanıklılık ve kuvvet gibi becerilerin gelişimini destekleyen aktif uygulamalar ile spor bilgisi, genel antrenman bilgisi, egzersiz, beslenme, sosyal aktivite ve kendini ifade etme gibi teorik uygulamaları içermektedir. Bu bağlamda, deney grubundaki bireylere her hafta düzenli olarak grup oyunları ve uygulamalı öğrenme etkinlikleri gerçekleştirilmiştir.

Haftalık programın ilk bölümünde teorik spor bilgileri ve eğitsel oyunlar yer alırken ikinci bölümde uygulamalı spor eğitim programı gerçekleştirilmiştir. Uygulanan programın her iki bölümü de çalışma sonunda ulaşılmak istenen sonuçlara hizmet eden çıktılar dikkate alınarak hazırlanmıştır. Başka bir deyişle, bireylerin ikili ve grup içi sosyal becerilerini güçlendiren ve liderlik özelliklerini artıran faaliyetler seçilmiştir. Yarışma içeren aktif etkinlikler, çocukların faaliyetlerden keyif almalarını sağlarken, aynı zamanda bireylerin sosyal iletişimlerini ve liderlik özelliklerini de pekiştirmektedir. Bu amaçlar doğrultusunda hazırlanan program, teorik bilgi ve ısınma ile başlayıp planlanan ana programın uygulanmasıyla devam etmiş ve son olarak soğuma ve günün genel değerlendirmesi ile sonlandırılmıştır. Tez kapsamında geliştirilen spor yaşam koçluğu programı'nın uygulama sürecine ve genel hatlarına aşağıdaki tablolarda yer verilmiştir.



Şekil 3. Araştırmanın Uygulama Sürecinde İzlenen Adımlar

Araştırma kapsamında deney ve kontrol gruplarına uygulama sürecinde uygulanan porogram ve veri toplama araçları Tablo 3.2.'de yer almaktadır.

Tablo 3. 4. Deney ve kontrol gruplarına uygulanan veri toplama araçları

Süreçteki işlemler ve veri toplama araçları	Deney Grubu	Kontrol Grubu
Gençlik liderlik özellikleri ölçeği ön testi	X	X
Sosyal beceri değerlendirme ölçeği ön testi	X	X
Spor yaşam koçluğu programı	X	
Etkinliklere katılma durumu	X	
Gençlik liderlik özellikleri ölçeği son testi	X	X
Sosyal beceri değerlendirme Ölçeği son testi	X	X

Planlanan Etkinlik Adı	Planlanan Uygulama Sayısı	Uygulanan Etkinlik Sayısı	Uygulamada yerine konulan etkinlik adı ve sayısı	Planda yapılan değişim nedeni
Spor Bilgisi	1	1	--	--
Genel Antrenman Bilgisi	1	1	--	--
Egzersiz ve Beslenme	1	1	--	--
Sağlık Bilgisi ve İlk Yardım	1	1	--	--
Yönetim ve Organizasyon	1	1	--	--
Ekip Çalışması ve Liderlik	1	1	--	--
Eğlenceli Atletizm	1	1	--	--
Okçuluk	1	1	--	--
Sporcu Söyleşisi	1	1	--	--
Eğitsel Oyun (Kaleli Yakan Top)	1	1	--	--
Yaparak Yaşayarak Öğrenme Parkuru	1	1	--	--
Spor Temalı Film İzleme	1	1	--	--
İzcilik ve Kamp Eğitimi	1	1	--	--
Takım Sporları (Voleybol)	1	1	--	--
Müsabaka İzleme	1	1	--	--
Yaşam Boyu Spor	1	1	--	--

Şekil 4. Araştırma Kapsamında Planlanan Etkinlikler

Hazırlanan etkinlik programında, planlanan etkinlikler, uygulama sayıları, uygulama sırasında değiştirilen etkinlikler, değişim nedenleri ve kaç kez uygulandıklarına dair bilgiler Şekil 4’te sunulmuştur.

SPOR YAŞAM KOÇLUĞU PROGRAMI ÇALIŞMA PLANI

Tablo 3. 3. Spor yaşam koçluğu programı çalışma planı

	TEORİK	UYGULAMA
1-Spor bilgisi		
2- Genel antrenman bilgisi		
3- Egzersiz ve beslenme		
4- Sağlık bilgisi ve ilk yardım		
5- Yönetim ve organizasyon		
6- Ekip çalışması ve liderlik		
7- Eğlenceli atletizm		
8- Okçuluk		
9- Sporcu söyleşi		
10- Eğitsel oyun (kaleli yakan top)		
11- Yapararak yaşayarak öğrenme parkuru		
12- Spor temalı film izleme		
13- İzcilik ve kamp eğitimi		
14- Takım sporları (voleybol)		
15- Müsabaka izleme		
16- Yaşam boyu spor		

Spor yaşam koçluğu programı çalışma planı: 8 hafta ve 16 etkinlikten oluşmaktadır. Etkinlik 28/02/2023 ile 28/04/2023 tarihlerinde salı ve cuma günleri ders bitiminden sonra 16:00-17:30 arasında bir dönemi kapsayacak şekilde yapılmıştır. 6 ders teorik 10 ders uygulama olacak şekilde planlanmıştır.

1.Etkiliğin;	
Adı:	Spor bilgisi
Tarih:	28/02/2023
Zaman Aralığı:	16:00-17:30
Amacı:	Eğitim, beden eğitimi, spor, fiziksel aktivite, Oyun, egzersiz kavramları hakkında genel bilgi vermek
Öğrenme Kazanımları:	Eğiti, spor, fiziksel aktivite ve egzersizi ayırt eder, beden eğitiminin temel prensiplerini bilir.
Öğretim Sistemi:	Yüz Yüze / Çevrim içi, Uygulama
Öğretim Yöntemi:	Anlatım, Gösteri, Uygulama Yoluyla Öğretim
Kullanılan Araçlar:	Standart sınıf teknolojileri, multimedya araçları, projeksiyon cihazı ve bilgisayar, akıllı tahta, çok kullanımlı saha, spor salonu
Tanım / Uygulama içeriği:	Etkinliğin ilk bölümünde 16:00-16:45: Eğitim, beden eğitimi, spor, fiziksel aktivite, oyun, egzersiz kavramları anlatılır, aralarında ilişki ve farklar, rastlantısal veya organize katılım yoluyla gerçekleşen herhangi bir fiziksel aktivite türünün nasıl olması gerektiği hakkında bilgi verilir. Etkinliğin ikinci bölümünde 16:45-17:30: Kim daha çabuk isimli eğitsel oyun oynatılır. Kim daha çabuk oyunu: Öğrenciler dairenin etrafında dizilirler. Bir öğrenci dairenin ortasına geçer ve eline topu alır. Daha sonra bu öğrenci diğer öğrencilerden birinin adını yüksek sesle söyleyerek topu yukarı atar. Diğer öğrenciler de farklı yönlerde koşmaya başlarlar. Adı söylenen öğrenci hızla topu almaya çabalar ve topu tuttuğunda “dur” diye bağırır. Daha sonra kendisine en yakın öğrenciyi topla vurmaya çalışır. Oyun bu şekilde sürdürülür.

2. Etkinliğin;	
Adı:	Genel antrenman bilgisi
Tarih:	03/03 / 2023
Zaman Aralığı:	16:00-17:30
Amacı:	Antrenman bilimi, anatomi ve fizyoloji hakkında genel bilgi vermek
Öğrenme Kazanımları:	İnsan vücudunun yapı ve organizasyonunu bilir, İnsan anatomisi ve fizyolojisi ile ilgili temel bilgileri açıklayabilir. Bilimsel kurallara dayandırılarak yürütülecek bir antrenman programının içeriğini bilir.
Öğretim Sistemi:	Yüz Yüze / Çevrim içi, Uygulama
Öğretim Yöntemi:	Anlatım, Gösteri, Uygulama Yoluyla Öğretim
Kullanılan Araçlar:	Standart sınıf teknolojileri, multimedya araçları, projeksiyon cihazı, bilgisayar, akıllı tahta, çok amaçlı saha ve spor salonu
Tanım / Uygulama içeriği:	Etkinliğin ilk bölümünde 16:00-16:45: Temel anatomi ve temel fizyoloji ile ilgili bilgiler verilir, hareket ve kas sistemleri anlatılır. Fiziksel Kondisyon, Spor tekniği ve koordinasyonu, taktik antrenman, (vb.) konularda genel bilgiler anlatılır. Genel antrenman bilgisi verilir. Etkinliğin ikinci bölümünde 16:45-17:30: Öğrencilerden bildikleri ve öğrendikleri arasında farkı anlatmaları istenir, örnek bir bireysel haftalık antrenman programı ile etkinlik sonlandırılır. Etkinlik ile ilgili değerlendirmede bulunulur ve sıradaki etkinlik ile ilgili kısa bir bilgilendirme yapılır.

3. Etkinliğin;	
Adı:	Egzersiz ve beslenme
Tarih:	07/03/2023
Zaman Aralığı:	16:00-17:30
Amacı:	Egzersizin, sistemlerin yapı ve fonksiyonları üzerindeki etkilerini kavraması, Egzersizde kullanılan enerji metabolizmalarının işleyişi hakkında bilgi sahibi olmasını sağlamak
Öğrenme Kazanımları:	Egzersiz planlaması öncesi, sonrası toparlanma ve yenilenme süreçleri hakkında neler yapması gerektiğini bilir
Öğretim Sistemi:	Yüz Yüze / Çevrim içi, Uygulama
Öğretim Yöntemi:	Anlatım, Gösteri, Uygulama Yoluyla Öğretim
Kullanılan Araçlar:	Standart sınıf teknolojileri, multimedya araçları, projeksiyon cihazı, bilgisayar, akıllı tahta, çok amaçlı saha ve spor salonu.
Tanım / Uygulama içeriği:	Etkinliğin ilk bölümünde, 16:00-16:45 saatleri arasında beslenmenin tanımı ve önemi, besin öğeleri ve fonksiyonları, sporda beslenme, besin gereksinimleri ve sporcu besinleri gibi konular ele alınır. Ayrıca, egzersiz ve sporun insan sağlığı üzerindeki olumlu etkilerini göstermek, esneklik ve vücut postürünü geliştirmeyi hedefleyen etkinliklerin planlama ve uygulama sürecinde hedefe yönelik neler yapılması gerektiği bilgisi paylaşılır. Etkinliğin ikinci bölümünde 16:45-17:30: Öğrencilerden kendilerinin uygulayacağı bir egzersiz plan örneği yapmaları istenir. Etkinlik değerlendirilir. Bir sonraki etkinlik hakkında öğrencilere bilgi verilir.

4. Etkinliğin;	
Adı:	Sağlık bilgisi ve ilk yardım
Tarih:	10/03/2023
Zaman Aralığı:	16:00-17:30
Amacı:	Sağlık bilgisi tanımı, sporcu sağlığıyla ilgili genel konular ve anatomik bölgelere göre spor yaralanmaları hakkında genel bilgiler sunmak.
Öğrenme Kazanımları:	Genel sağlık ile spor ve egzersiz yapanlarda yapmayanlara nazaran sık karşılaşılan sağlık sorunları ve ilkyardım konularının genel çerçevesini bilir
Öğretim Sistemi:	Yüz Yüze / Çevrim içi, Uygulama
Öğretim Yöntemi:	Anlatım, Gösteri, Uygulama Yoluyla Öğretim
Kullanılan Araçlar:	Standart sınıf teknolojileri, multimedya araçları, projeksiyon cihazı, bilgisayar, akıllı tahta, çok amaçlı saha ve spor salonu.
Tanım / Uygulama içeriği:	Etkinliğin ilk bölümünde 16:00-16:45: Sağlık ile ilgili genel bilgiler verilir, spor kaynaklı sakatlıklarını hazırlayan faktörler anlatılır. Ayrıca spor ve egzersiz yapan kişilerde buna bağlı sağlık riskleri, sık görülen spor yaralanmaları, spor yaralanmalarında ve diğer ani sağlık sorunlarında ilk yardım ve yeniden canlandırma dersin içeriğini oluşturur. Etkinliğin ikinci bölümünde 16:45-17:30: ilk yardım ile ilgili konular anlatıldıktan sonra cansız bir manken üzerinde ilk yardım uygulamaları gösterilir. Etkinlik değerlendirilir. Bir sonraki etkinlik hakkında öğrencilere bilgi verilir.

5. Etkinliğin;	
Adı:	Yönetim ve organizasyon
Tarih:	14/03/2023
Zaman Aralığı:	16:00-17:30
Amacı:	Öğrencilere yönetimin amacı ve özellikleri anlatılarak yönetim işlevlerinin birbirleriyle olan ilişkilerini belirlemek
Öğrenme Kazanımları:	Organizasyonda davranışların nasıl yönetilmesi gerektiğini bilir, organizasyonlarda yönetim ve organizasyona ilişkin gelişme ve sorunları analiz eder
Öğretim Sistemi:	Yüz Yüze / Çevrim içi, Uygulama
Öğretim Yöntemi:	Anlatım, Gösteri, Uygulama Yoluyla Öğretim
Kullanılan Araçlar:	Standart sınıf teknolojileri, multimedya araçları, projeksiyon cihazı, bilgisayar, akıllı tahta, çok amaçlı saha ve spor salonu.
Tanım / Uygulama içeriği:	Etkinliğin ilk bölümünde 16:00-16:45: Spor Yönetimine ilişkin kavram ve özellikler. Spor yönetiminin felsefesi, ve Türkiye'de spor organizasyonları, uluslararası ve ulusal organizasyonlar hakkında genel bilgiler verilir. Etkinliğin ikinci bölümünde 16:45-17:30: İstanbul'da gerçekleştirilen Avrasya maratonu organizasyonu bütün yönleri ile ele alınır. Etkinlik değerlendirilir. Bir sonraki etkinlik hakkında öğrencilere bilgi verilir.

6. Etkinliğin;	
Adı:	Ekip çalışması ve liderlik
Tarih:	17/03/2023
Zaman Aralığı:	16:00-17:30
Amacı:	Öğrencilere liderlik becerilerinin spordaki önemi hakkında genel bilgiler vermek, grup oluşum evrelerini irdelemek
Öğrenme Kazanımları:	Liderlik kavramının tanımını, lider ve yönetici arasındaki ilişkiyi, etkin liderin özelliklerini ve takım lideri gibi kavramları bilir.
Öğretim Sistemi:	Yüz Yüze / Çevrim içi, Uygulama
Öğretim Yöntemi:	Açık sunum yöntemi, gösterip yaptırma yöntemi, gösteri yöntemi, egzersiz ve aktif katılım
Kullanılan Araçlar:	Standart sınıf teknolojileri, multimedya araçları, projeksiyon cihazı, bilgisayar, akıllı tahta, çok amaçlı saha ve spor salonu.
Tanım / Uygulama içeriği:	Etkinliğin ilk bölümünde 16:00-16:45: Alanda yer alan genel yönetim, yöneticilik ve liderlik kavramlarının ile ilgili sunum yapılır. Ayrıca liderlik ile ilgili farklı yaklaşımlar irdelenir. Etkinliğin ikinci bölümünde 16:45-17:30: Öğrenciler kendilerine uygun liderlik modelini benimseyip, liderlik becerilerini uygulamalı alanlarda geliştirmesi beklenir. Etkinlik değerlendirilir. Bir sonraki etkinlik hakkında öğrencilere bilgi verilir.

7. Etkinliğin;	
Adı:	Eğlenceli atletizm
Tarih:	21/03/2023
Zaman Aralığı:	16:00-17:30
Amacı:	Öğrencilere, atletizm branşına ait temel teknikleri uygulayabilecek becerileri kazandırmak, öğrencilere genel ısınma ve soğuma becerilerini kazandırmak
Öğrenme Kazanımları:	Atletizm branşına ile ilgili yarışma kurallarını açıklar ve uygular, branşa ait temel teknik becerileri uygular.
Öğretim Sistemi:	Yüz Yüze / Çevrim içi, Uygulama
Öğretim Yöntemi:	Açık sunum yöntemi, gösterip yaptırma yöntemi, gösteri yöntemi, egzersiz ve aktif katılım
Kullanılan Araçlar:	Standart sınıf teknolojileri, multimedya araçları, projeksiyon cihazı, bilgisayar, akıllı tahta, çok amaçlı saha ve spor salonu.
Tanım / Uygulama içeriği:	Etkinliğin ilk bölümünde 16:00-16:15: Literatürde yer alan genel atletizm kavramlarının anlamlarından ve çeşitlerinden bahsedilir. Etkinliğin ikinci bölümünde 16:15-17:30: Koşu, reaksiyon, engeli koşu, ritim çalışmaları (vb.) etkinliklerin içerisinde bulunduğu çeşitle parkurlar kurulur. Öğrencilerin bunu deneyimleme imkanı sağlanır. Etkinlik değerlendirilir. Bir sonraki etkinlik hakkında öğrencilere bilgi verilir.

8. Etkinliğin;	
Adı:	Okçuluk
Tarih:	24/03/2023
Zaman Aralığı:	16:00-17:30
Amacı:	Öğrencilere okçulukla ilgili genel bilgi paylaşmak, okçulukta ön ısınma ve soğuma becerilerini kazandırmak
Öğrenme Kazanımları:	Okçuluk yarışma kurallarını açıklar ve uygular, branşa ait temel teknik becerileri uygular.
Öğretim Sistemi:	Yüz Yüze / Çevrim içi, Uygulama
Öğretim Yöntemi:	Açık sunum yöntemi, gösterip yaptırma yöntemi, gösteri yöntemi, egzersiz ve aktif katılım
Kullanılan Araçlar:	Standart sınıf teknolojileri, multimedya araçları, projeksiyon cihazı, bilgisayar, akıllı tahta, çok amaçlı saha ve spor salonu.
Tanım / Uygulama içeriği:	Etkinliğin ilk bölümünde 16:00-16:15: Literatürde yer alan genel okçulukla ilgili kavramsal bilgi paylaşılır. Ayrıca okçu aksesuarlarıyla ilgili bilgi (parmaklık dürbün göğüslük vb.) kavramlarının anlamlarından ve çeşitlerinden bahsedilir. Etkinliğin ikinci bölümünde 16:15-17:30: Geleneksel ve çağdaş ok atma etkinliklerinin bulunduğu ortam kurulur. Öğrencilerin bunu deneyimlemesi sağlanır. Etkinlik değerlendirilir. Bir sonraki etkinlik hakkında öğrencilere bilgi verilir.

9. Etkinliğin;	
Adı:	Sporcu söyleşisi
Tarih:	28/03/2023
Zaman Aralığı:	16:00-17:30
Amacı:	Öğrencilerin sporu ve olimpik değerleri bir hayat tarzı olarak benimsemesini sağlamak, milli birlik ve beraberliğin önemini bilinmesini sağlamak
Öğrenme Kazanımları:	Sporun birleştirici gücüne inanır, olimpik değerlerin anlamını bilir.
Öğretim Sistemi:	Yüz Yüze / Çevrim içi, Uygulama
Öğretim Yöntemi:	Anlatım, Gösteri, Uygulama Yoluyla Öğretim
Kullanılan Araçlar:	Standart sınıf teknolojileri, multimedya araçları, projeksiyon cihazı, bilgisayar, akıllı tahta, çok amaçlı saha ve spor salonu.
Tanım / Uygulama içeriği:	Etkinliğin ilk bölümünde 16:00-16:15: Olimpiyat, dünya ve avrupa şampiyonu (vb.) müsabakalarda derece elde etmiş sporcularla ilgili kısa bilgilendirme yapılır. Etkinliğin ikinci bölümünde 16:15-17:30: Olimpiyat, dünya ve avrupa şampiyonu (vb.) derece elde etmiş sporcularla söyleşi gerçekleştirilir. Etkinlik değerlendirilir. Bir sonraki etkinlik hakkında öğrencilere bilgi verilir.

10. Etkinliğin;	
Adı:	Eğitsel oyun (kaleli yakan top)
Tarih:	31/03/2023
Zaman Aralığı:	16:00-17:30
Amacı:	Oyunun önemi, insan gelişimine etkisi, oyun ortamı ve araçları, oyun seçimi, bireysel ve grup oyunları, spor branşlarına yönelik oyunlar gibi konuların bilinmesi amaçlanmaktadır.
Öğrenme Kazanımları:	Oyunun insan gelişimi üzerine olumlu etkilerini bilir
Öğretim Sistemi:	Yüz Yüze / Çevrim içi, Uygulama
Öğretim Yöntemi:	Açık sunum yöntemi, gösterip yaptırma yöntemi, gösteri yöntemi, egzersiz ve aktif katılım
Kullanılan Araçlar:	Standart sınıf teknolojileri, multimedya araçları, projeksiyon cihazı, bilgisayar, akıllı tahta, çok amaçlı saha ve spor salonu.
Tanım / Uygulama içeriği:	Etkinliğin ilk bölümünde 16:00-16:15: İnsan hayatında oyunun yeri ve önemi anlatılır. Ayrıca Oyun seçimi ve planlanması. Eğitsel oyunun yönetilmesi, eğitsel oyunlarda ödül ve ceza kavramları anlatılır. Etkinliğin ikinci bölümünde 16:15-17:30: Geleneksel çocuk oyunlarımızdan “Yakan Top Oyunu” oynatılır. Yakan Top Oyunu: 9m x18m ölçülerindeki voleybol sahasında oynanan bu oyunda karşılıklı sayma sonrasında saha seçimi gerçekleştirilir. Takımlar 7'şer oyuncudan oluşur. Oyunda pasif oyuncu yoktur. Kale dip çizgilerinde bulunan oyuncular aradaki oyuncuları topla vurarak oyun dışı bırakmak istemektedirler. Oyun içerisinde ödül ve ceza kavramları yaparak yaşayarak öğretilir. Ayrıca öğrencilere çocukluklarında oynadıkları oyunları sunmaları istenerek iletişim becerilerini uygulamalı olarak geliştirilmesi hedeflenir. Etkinlik değerlendirilir. Bir sonraki etkinlik hakkında öğrencilere bilgi verilir.

11. Etkinliğin;	
Adı:	Yaparak yaşayarak öğrenme parkuru
Tarih:	04/04/2023
Zaman Aralığı:	16:00-17:30
Amacı:	Öğrencilere trekking, kampçılık ve benzeri çeşitli doğa sporları, yaparak yaşayarak öğrenme parkuru üzerine genel bilgi vermek
Öğrenme Kazanımları:	Öğrenciler trekking, kampçılık (vb.) sporlardaki ana kavramları ve ana güvenlik önlemlerini bilir
Öğretim Sistemi:	Yüz Yüze / Çevrim içi, Uygulama
Öğretim Yöntemi:	Anlatım, Gösteri, Uygulama Yoluyla Öğretim
Kullanılan Araçlar:	Standart sınıf teknolojileri, multimedya araçları, projeksiyon cihazı, bilgisayar, akıllı tahta, çok amaçlı saha ve spor salonu.
Tanım / Uygulama içeriği:	Etkinliğin ilk bölümünde 16:00-16:15: Öğrencilere doğayı tanıma, güvenle hareket etme bilgisi kazandırılır. Doğada malzeme, teknik ve taktik özellikleri uygulama özelliklerini geliştirmeyele ilgili bilgiler verilir. Etkinliğin ikinci bölümünde 16:15-17:30: Öğrencilerin halatlı köprü, tırmanma kulesi, yüksek ip parkuru, yüksek atlayış, ip kaydırağı, güven duvarı, tırmanma kulesi, ağaç yolu, çoklu yürüme parkuru, dev merdiven ve ağaç basamak gibi parkurlarda deneyim kazanmaları sağlanır. Etkinlik değerlendirilir. Bir sonraki etkinlik hakkında öğrencilere bilgi verilir.

12. Etkinliğin;	
Adı:	Film izleme
Tarih:	07/04/2023
Zaman Aralığı:	16:00-17:30
Amacı:	Spor konulu film izletilerek, filmin analizinin yapılmasını sağlamak
Öğrenme Kazanımları:	İzleme ve değerlendirme ile ilgili kendi düşüncelerini açıklar
Öğretim Sistemi:	Yüz Yüze / Çevrim içi, Uygulama
Öğretim Yöntemi:	Anlatım, Gösteri, Uygulama Yoluyla Öğretim
Kullanılan Araçlar:	Standart sınıf teknolojileri, multimedya araçları, projeksiyon cihazı, bilgisayar, akıllı tahta, çok amaçlı saha ve spor salonu.
Tanım / Uygulama içeriği:	Etkinliğin ilk bölümünde 16:00-17:15: Öğrencilere spor ile ilgili filmi izletilir. Etkinliğin ikinci bölümünde 17:15-17:30: Her bireyden filmin analizinin yapılması istenir. Etkinlik değerlendirilir. Bir sonraki etkinlik hakkında öğrencilere bilgi verilir.

13. Etkinliğin;	
Adı:	İzcilik ve kamp eğitimi
Tarih:	11/04/2023
Zaman Aralığı:	16:00-17:30
Amacı:	Doğa ve macera eğitimi ile birlikte doğa ve çevre eğitiminin önemini kavramak, dağ ortamında kamp yapabilmek
Öğrenme Kazanımları:	İzcilikte arma, işaretler ve malzemeleri kullanır, Gençlik kamplarının çeşitlerini, ilgili personelleri ve kamp talimatlarını irdeleyebilir
Öğretim Sistemi:	Yüz Yüze / Çevrim içi, Uygulama
Öğretim Yöntemi:	Anlatım, Gösteri, Uygulama Yoluyla Öğretim
Kullanılan Araçlar:	Standart sınıf teknolojileri, multimedya araçları, projeksiyon cihazı, bilgisayar, akıllı tahta, çok amaçlı saha ve spor salonu.
Tanım / Uygulama içeriği:	Etkinliğin ilk bölümünde 16:00-16:15: Doğa sporları etkinlikleri hakkında bilgi verilir. Etkinliğin ikinci bölümünde 16:15-17:30:Öğrencilerin izcilik ve kamp eğitim merkezi alanında uygulamalı olarak deneyim kazanmaları sağlanır. Etkinlik değerlendirilir. Bir sonraki etkinlik hakkında öğrencilere bilgi verilir.

14. Etkinliğin;	
Adı:	Takım sporları (voleybol)
Tarih:	14/04/2023
Zaman Aralığı:	16:00-17:30
Amacı:	Voleybolu oluşturan temel teknikleri artan bir doğrulukta yapmasını sağlamak, düzenli olarak fiziksel etkinlik yapmayı alışkanlık haline getirmek
Öğrenme Kazanımları:	Voleybol oyun kurallarını söyler, voleybolda kullanılan basit oyun ve taktikleri uygular
Öğretim Sistemi:	Yüz Yüze / Çevrim içi, Uygulama
Öğretim Yöntemi:	Anlatım, Gösteri, Uygulama Yoluyla Öğretim
Kullanılan Araçlar:	Standart sınıf teknolojileri, multimedya araçları, projeksiyon cihazı, bilgisayar, akıllı tahta, çok amaçlı saha ve spor salonu.
Tanım / Uygulama içeriği:	Etkinliğin ilk bölümünde 16:00-16:15: Voleybol sporu hakkında bilgi verilir. Etkinliğin ikinci bölümünde 16:15-17:30: Öğrencilere, voleybolun temel tekniklerini ve voleybola özgü oyun sistemlerini müsabaka içerisinde uygulayabilecekleri mini voleybol maçları oynatılır. Etkinlik değerlendirilir. Bir sonraki etkinlik hakkında öğrencilere bilgi verilir.

15. Etkinliğin;	
Adı:	Müşabaka izleme (canlı)
Tarih:	25/04/2023
Zaman Aralığı:	16:00-17:30
Amacı:	Bir spor müşabakasına giderek müşabaka analizi konusunda teorik ve pratik ve uygulamalar yapmak
Öğrenme Kazanımları:	Bireysel gelişimin önemini bilir ve gereğini uygular
Öğretim Sistemi:	Yüz Yüze / Çevrim içi, Uygulama
Öğretim Yöntemi:	Anlatım, Gösteri, Uygulama Yoluyla Öğretim
Kullanılan Araçlar:	Standart sınıf teknolojileri, multimedya araçları, projeksiyon cihazı, bilgisayar, akıllı tahta, çok amaçlı saha ve spor salonu.
Tanım / Uygulama içeriği:	Etkinlikte 16:00-17:30: Bir spor müşabakasına gidilerek bu müşabakada favori takımın ya da diğer takımın performansını etkileyen tüm faktörlerin görülmesi sağlanır. Taraftar olma bilinci, maç analizi, pratik uygulamalar yoluyla bilgi ve beceri kazandırma, spor müşabakasına gelen kişilerle ilişkiler kurma, bilgi ve iletişim paylaşımı hedeflenir. Öğrencilere ilgi ve yetenekleri doğrultusunda bilimsel, sosyal, kültürel alanlarda öğrenme gereksinimlerini belirleyerek kendini sürekli geliştirmeleri sağlanır. Etkinlik değerlendirilir. Bir sonraki etkinlik hakkında öğrencilere bilgi verilir.

16. Etkinliğin;	
Adı:	Yaşam boyu spor
Tarih:	28/04/2023
Zaman Aralığı:	16:00-17:30
Amacı:	Yaşam boyu sporun günümüzdeki öneminin kavratılmasını sağlamak
Öğrenme Kazanımları:	Yaşam boyu sporun anlam ve önemini bilir, sporda ahlak ve değer yargılarını bilir.
Öğretim Sistemi:	Yüz Yüze / Çevrim içi, Uygulama
Öğretim Yöntemi:	Anlatım, Gösteri, Uygulama Yoluyla Öğretim
Kullanılan Araçlar:	Standart sınıf teknolojileri, multimedya araçları, projeksiyon cihazı, bilgisayar, akıllı tahta, çok amaçlı saha ve spor salonu.
Tanım / Uygulama içeriği:	Etkinlikte 16:00-17:30: yaşam boyu sporun tanımı yapılarak spor yapılacak branşa uygun malzeme seçimi ve organizmaya etkileri, sporu yaşam biçimi haline getirilmesini sağlayacak bilgi ve uygulamalar hakkında bilgi sunulur. Etkinliğin ikinci bölümünde 16:15-17:30: Sağlıklı yaşam boyu spor uygulamaları için çeşitli aktivite örnekleri verilerek öğrencilerin bu etkinlikleri yaşamlarına dahil etmesi amaçlanır.

3.5.1 Nicel Verilerin Analizi

Bu çalışmanın nicel verilerinin analizinde SPSS 22.0 istatistik paket programında faydalanılmıştır. Verilerin analizinde her ölçüm için öncelikle normallik katsayısına ve histogram grafiklerine bakılmıştır. Gruplara ait verilerin normal dağılım gösterip göstermediğinin belirlenmesinde Çarpıklık (Skewness) ve Basıklık (Kurtosis) değerleri araştırılmıştır. Yapılan analizlerde veriler incelendiğinde gruplara ait verilerin normal dağılım gösterdiği belirlenmiştir (Bkz. Tablo 3.4.). İlgili değerler aşağıdaki Tablo 3.4'te sunulmuştur.

Tablo 3.4. Normallik Testi Sonuçları: Çarpıklık-basıklık değerleri

	Deney Grubu				Kontrol Grubu			
	Öntest		Sontest		Öntest		Sontest	
	Çarpıklık	Basıklık	Çarpıklık	Basıklık	Çarpıklık	Basıklık	Çarpıklık	Basıklık
Sosyal Becerileri Değerlendirme								
İlişki Başlatma ve Sürdürme	-,327	-,069	-,361	-1,269	-,843	,463	,237	-,677
Atılganlık Becerileri	-,594	-,810	-,742	,094	-1,193	1,325	-,372	-,234
Duyulara Yönelik Becerileri	-,627	-,759	-1,356	2,316	-1,122	1,113	-,650	,710
Saldırgan Davranış ve Dürtülerle Başa Çıkma	-,423	-,792	-,375	-,855	-,078	-,453	,130	-,747
Soru Çözme Becerileri	-,426	-1,775	-,173	-,772	-,456	-,959	-,596	-,719
Plan Yapma	-,061	-1,125	-,454	,821	,281	-,751	,246	-,340
Grupla Etkileşim ve Bir İş Yürütme Becerileri	-,561	-1,496	-,453	-,859	-,999	,645	,447	-,686
Gençlik Liderlik Özellikleri								
Mücadele İsteği ve Hedef Koyma	-,500	-,851	-,163	-,968	-,781	,391	-,126	-,154
İletişim Kurabilmek	-,472	,253	-,726	,401	-,033	-,647	-,073	-,307
Grup becerileri	-,454	-1,240	-1,433	1,663	-,830	,234	-,844	,313
Güven Duyma ve Güvenilir Olma	-1,011	,716	-1,123	1,493	-,401	-,885	-,624	-,003
Karar Verme Becerileri	-,600	-,796	-1,154	,760	-,865	,629	-,112	-,798
Problem Çözme Becerileri	-,971	,277	-,957	,506	-1,225	1,334	-,667	,160
Mesuliyet ve Sorumluluk	-,803	,390	-1,225	1,801	-,654	-,089	-,634	-,264

Çarpıklık (Skewness) ve basıklık (Kurtosis) değerleri -3 ile +3 arasında ise verilerin normal dağılım gösterdiği ifade edilmektedir (Groeneveld ve Meeden, 1984; Moors, 1986; Hopkins ve Weeks, 1990; De Carlo, 1997). Deney grubunun öntest çarpıklık değerleri -1,011 ile -0,61 arasında, basıklık katsayıları -1,775 ile -0,069 arasındadır. Deney grubunun sontest çarpıklık değerleri -1,433 ile -0,163 arasında, basıklık katsayıları -1,269 ile 2.316 arasındadır. Kontrol grubunun öntest çarpıklık değerleri -1,225 ile 0,281 arasında, basıklık katsayıları -,959 ile 1,334 arasındadır. Kontrol grubunun sontest çarpıklık değerleri -0,844 ile 0,447 arasında, basıklık katsayıları -0,798 ile 0,710 arasındadır.

Basıklık ve çarpıklık katsayıları normallik varsayımını sağlamıştır. Bu nedenle verilerin analizinde parametrik istatistikler kullanılmıştır. Bu kapsamda deney ve kontrol gruplarının öntest puanları ve sontest puanları arasında anlamlı fark olup olmadığını tespit etmek için bağımsız örneklemelerde t testi kullanılmıştır. Bununla birlikte her bir grubu birbirinden bağımsız olarak öntest sontest puanları arasında anlamlı fark olup olmadığını tespit etmek için ilişkili örneklemelerde t testinden yararlanılmıştır. Ayrıca araştırmada deney grubu ve deney ile kontrol grubu karşılaştırmasında sonuçların etki değerinin belirlenmesi amacıyla Cohen d etki büyüklüğü katsayısı hesaplanmıştır. Etki büyüklüğü 0,04 düzeyinde küçük, 0,06 düzeyinde orta ve 0,14 düzeyinde ise geniş etki şeklinde ifade edilebilir (Büyüköztürk, 2010).

3.6. Etik

Bu araştırmada, araştırmacı süreç başında katılımcılarla görüşerek nasıl bir çalışma yürütüleceği, ne kadar süreceği ve süreçte kendilerinden neler beklendiğine dair açıklamalarda bulunmuştur. Katılımcılara, rızaları olmadan kişisel bilgilerinin kesinlikle başka kişilerle paylaşılmayacağı bilgisi verilmiştir. Ayrıca, katılımlarının tamamen gönüllülük esasına dayalı olduğu belirtilmiş ve gönüllü katılım gösteren katılımcılarla uygulama süreci başarıyla tamamlanmıştır. Kocaeli Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu'nun 08.12.2022 tarih ve Onay No: E-10017888-020-333369 etik kurul kararı alınmıştır.

4. BULGULAR

4.1. Öğrenci Sosyal Becerileri Değerlendirme Ortalamalarına İlişkin Bulgu ve Yorumlar

Deney ve kontrol gruplarının sosyal becerileri değerlendirme ortalamalarına ilişkin bulgular sırası ile aşağıda sunulmuştur.

4.1.1. Deney grubunun sosyal becerileri değerlendirme ortalaması öntest-sontest puanlarının karşılaştırılması

Uygulama sürecinde etkin olan deney grubunda öğrencilerin sosyal becerileri değerlendirme ortalaması ön test-son test puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığının belirlenmesine yönelik ilişkili örneklem t-testi analiz sonuçları Tablo 4.1.'de sunulmuştur.

Tablo 4.1. Deney grubunun sosyal becerileri değerlendirme puan ortalamalarının ilişkili örneklem t-testi sonuçları

Değişken	Test	N	X	SS	Sd	t	p	Cohen's d
İlişki Başlatma ve Sürdürme	Ön test	32	2,22	0,85	31	-6,294	0,000***	1,11
	Son test	32	3,30	0,57				
Atılganlık Becerileri	Ön test	32	2,16	0,97	31	-5,228	0,000***	,92
	Son test	32	3,08	0,70				
Duyulara Yönelik Becerileri	Ön test	32	2,19	1,18	31	-3,685	0,001**	,65
	Son test	32	3,14	0,80				
Saldırgan Davranış ve Dürtülerle Başa Çıkma	Ön test	32	2,05	0,98	31	-5,285	0,000***	,93
	Son test	32	3,13	0,60				
Soru Çözme Becerileri	Ön test	32	1,84	1,41	31	-6,022	0,000***	1,07
	Son test	32	3,38	0,55				
Plan Yapma	Ön test	32	2,03	1,02	31	-6,609	0,000***	1,17
	Son test	32	3,35	0,42				
Grupla Etkileşim ve Bir İş Yürütme Becerileri	Ön test	32	2,08	1,37	31	-6,340	0,000***	1,12
	Son test	32	3,53	0,39				

p<.01 *p<.001

Tablo 4.1.'de deney grubundaki öğrencilerin sosyal becerileri değerlendirme ortalaması ön test-son test puan ortalamaları arasında İlişki Başlatma ve Sürdürme ($t_{(31)}=-6,294$, $p<0,01$), Atılganlık Becerileri ($t_{(31)}=-5,228$, $p<0,01$), Duyulara Yönelik Becerileri ($t_{(31)}=-3,685$, $p<0,01$), Saldırgan Davranış ve Dürtülerle Başa Çıkma ($t_{(31)}=-5,285$, $p<0,01$),

Soru Çözme Becerileri ($t_{(31)}=-6,022$, $p<0,01$), Plan Yapma ($t_{(31)}=-6,609$, $p<0,01$) ve Grupla Etkileşim ve Bir İş Yürütme Becerileri ($t_{(31)}=-6,340$, $p<0,01$) puanlarında son test lehine anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Uygulanan programın deney grubundaki öğrencilerin sosyal becerileri değerlendirme ortalamasına etki büyüklüğü geniştir (Cohen's d değerleri 0,65 ve üzerinde).

4.1.2. Kontrol grubunun sosyal becerileri değerlendirme ortalaması öntest-son test puanlarının karşılaştırılması

Uygulama sürecine katılmayan kontrol grubunda öğrencilerin sosyal becerileri değerlendirme ortalaması ön test-son test puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığının belirlenmesine yönelik ilişkili örneklem t-testi analiz sonuçları Tablo 4.2.'de sunulmuştur.

Tablo 4. 2. Kontrol grubunun sosyal becerileri değerlendirme puan ortalamalarının ilişkili örneklem t-testi sonuçları

Değişken	Test	N	X	SS	Sd	t	p	Cohen's d
İlişki Başlatma ve Sürdürme	Ön test	32	2,43	0,92	31	-1,447	0,158	,26
	Son test	32	2,72	0,72				
Atılganlık Becerileri	Ön test	32	2,67	1,05	31	0,288	0,775	,05
	Son test	32	2,60	0,93				
Duyulara Yönelik Becerileri	Ön test	32	2,50	0,96	31	-0,583	0,564	,10
	Son test	32	2,61	0,77				
Saldırgan Davranış ve Dürtülerle Başa Çıkma	Ön test	32	2,06	0,97	31	-0,940	0,354	,17
	Son test	32	2,27	0,74				
Soru Çözme Becerileri	Ön test	32	2,28	1,34	31	-0,475	0,638	,08
	Son test	32	2,43	1,23				
Plan Yapma	Ön test	32	2,11	1,04	31	-0,519	0,607	,09
	Son test	32	2,25	0,95				
Grupla Etkileşim ve Bir İş Yürütme Becerileri	Ön test	32	2,51	1,07	31	-0,862	0,395	,15
	Son test	32	2,71	0,72				

Tablo 4.2. incelendiğinde, kontrol grubu öğrencilerinin sosyal becerileri değerlendirme puanlarından İlişki Başlatma ve Sürdürme ($t_{(31)}=-1,447$, $p>0,05$), Atılganlık Becerileri ($t_{(31)}=0,228$, $p>0,05$), Duyulara Yönelik Becerileri ($t_{(31)}=-0,583$, $p>0,05$), Saldırgan Davranış ve Dürtülerle Başa Çıkma ($t_{(31)}=-0,940$, $p>0,05$), Soru Çözme Becerileri ($t_{(31)}=-0,475$, $p>0,05$), Plan Yapma ($t_{(31)}=-0,519$, $p>0,05$) ve Grupla Etkileşim ve Bir İş Yürütme Becerileri ($t_{(31)}=-0,862$, $p>0,05$) puanlarında ön test son test ölçümleri arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir.

4.1.3. Deney ve kontrol gruplarının sosyal becerileri değerlendirme ortalaması öntest puanlarının karşılaştırılması

Deney ve kontrol grubunda yer alan öğrencilerin sosyal becerileri değerlendirme ortalaması ön test puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığının belirlenmesine yönelik bağımsız örneklem t-testi analiz sonuçları Tablo 4.3.'te sunulmuştur.

Tablo 4. 3. Deney ve kontrol grubunun öntest sosyal becerileri değerlendirme puan ortalamalarının bağımsız örneklem t-testi sonuçları

Değişken	Test	N	X	SS	Sd	t	p	Cohen's d
İlişki Başlatma ve Sürdürme	Deney	32	2,22	0,85	62	-0,925	0,359	,23
	Kontrol	32	2,43	0,92				
Atılganlık Becerileri	Deney	32	2,16	0,97	62	-2,016	0,048*	,50
	Kontrol	32	2,67	1,05				
Duyulara Yönelik Becerileri	Deney	32	2,19	1,18	62	-1,131	0,262	,28
	Kontrol	32	2,50	0,96				
Saldırgan Davranış ve Dürtülerle Başa Çıkma	Deney	32	2,05	0,98	62	-0,071	0,943	,02
	Kontrol	32	2,06	0,97				
Soru Çözme Becerileri	Deney	32	1,84	1,41	62	-1,255	0,214	,31
	Kontrol	32	2,28	1,34				
Plan Yapma	Deney	32	2,03	1,02	62	-0,303	0,763	,08
	Kontrol	32	2,11	1,04				
Grupla Etkileşim ve Bir İş Yürütme Becerileri	Deney	32	2,08	1,37	62	-1,399	0,167	,35
	Kontrol	32	2,51	1,07				

*p<.05

Tablo 4.3. incelendiğinde, deney ve kontrol grubu öğrencilerinin sosyal becerileri değerlendirme puanlarından Atılganlık becerilerinde kontrol grubu lehine anlamlı fark vardır ($t_{(62)}=-2,016$, $p<0,05$). Bununla birlikte deney ve kontrol gruplarının öntest puanlarından İlişki Başlatma ve Sürdürme ($t_{(62)}=-0,925$, $p>0,05$), Duyulara Yönelik Becerileri ($t_{(62)}=-1,131$, $p>0,05$), Saldırgan Davranış ve Dürtülerle Başa Çıkma ($t_{(62)}=-0,071$, $p>0,05$), Soru Çözme Becerileri ($t_{(62)}=-1,255$, $p>0,05$), Plan Yapma ($t_{(62)}=-0,303$, $p>0,05$) ve Grupla Etkileşim ve Bir İş Yürütme Becerileri ($t_{(62)}=-1,399$, $p>0,05$) puanlarında anlamlı fark yoktur. Bu durumda deney ve kontrol grubunun araştırma başlamadan önce İlişki Başlatma ve Sürdürme, Duyulara Yönelik Becerileri, Saldırgan Davranış ve Dürtülerle Başa Çıkma, Soru Çözme Becerileri, Plan Yapma ve Grupla Etkileşim ve Bir İş Yürütme Becerileri puanlarında denk olduğu görülmüştür.

4.1.4. Deney ve kontrol gruplarının sosyal becerileri değerlendirme ortalaması son test puanlarının karşılaştırılması

Deney ve kontrol grubunda bulunan öğrencilerin sosyal yetenekleri değerlendirme ortalaması son test puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığının belirlenmesine yönelik bağımsız örneklem t-testi analiz sonuçları Tablo 4.4.'te gösterilmiştir.

Tablo 4.4. Deney ve kontrol grubunun son test sosyal becerileri değerlendirme puan ortalamalarının bağımsız örneklem t-testi sonuçları

Değişken	Test	N	X	SS	Sd	t	p	Cohen's d
İlişki Başlatma ve Sürdürme	Deney	32	3,30	0,57	62	3,555	0,001**	,89
	Kontrol	32	2,72	0,72				
Atılganlık Becerileri	Deney	32	3,08	0,70	62	2,333	0,023*	,58
	Kontrol	32	2,60	0,93				
Duyulara Yönelik Becerileri	Deney	32	3,14	0,80	62	2,685	0,009**	,67
	Kontrol	32	2,61	0,77				
Saldırgan Davranış ve Dürtülerle Başa Çıkma	Deney	32	3,13	0,60	62	5,096	0,000***	1,27
	Kontrol	32	2,27	0,74				
Soru Çözme Becerileri	Deney	32	3,38	0,55	62	3,974	0,000***	,99
	Kontrol	32	2,43	1,23				
Plan Yapma	Deney	32	3,35	0,42	62	6,033	0,000***	1,51
	Kontrol	32	2,25	0,95				
Grupla Etkileşim ve Bir İş Yürütme Becerileri	Deney	32	3,53	0,39	62	5,675	0,000***	1,42
	Kontrol	32	2,71	0,72				

*p<.05, **p<.01, ***p<.001

Tablo 4.4. incelendiğinde, deney ve kontrol grubu öğrencilerinin sosyal becerileri değerlendirme son test puanlarından İlişki Başlatma ve Sürdürme ($t_{(62)}=3,555$, $p<0,01$), Atılganlık becerileri ($t_{(62)}=2,333$, $p<0,05$), Duyulara Yönelik Becerileri ($t_{(62)}=2,685$, $p<0,01$), Saldırgan davranış ve dürtülerle başa çıkma ($t_{(62)}=5,096$, $p<0,01$), Soru çözme becerileri ($t_{(62)}=3,974$, $p<0,01$), Plan yapma ($t_{(62)}=6,033$, $p<0,01$) ve Grupla Etkileşim ve Bir İş Yürütme Becerileri ($t_{(62)}=5,675$, $p<0,01$) puanlarında deney grubu lehine anlamlı fark vardır. Bu durumda araştırma sonucunda deney grubunun İlişki başlatma ve sürdürme, Atılganlık becerileri, Duyulara yönelik becerileri, Saldırgan davranış ve dürtülerle baş edebilme, Soru çözme becerileri, Plan yapma ve Grupla Etkileşim ve Bir İş Yürütme Yetenekleri puanlarında kontrol grubuna göre daha yüksek bir ortalamaya sahip olduğu tespit edilmiştir.

4.2. Öğrenci Gençlik Liderlik Özellikleri Ortalamalarına İlişkin Bulgu ve Yorumlar

Deney ve kontrol gruplarının gençlik liderlik özellikleri ortalamalarına ilişkin bulgular sırası ile aşağıda sunulmuştur.

4.2.1. Deney grubunun gençlik liderlik özellikleri ortalaması öntest-son test puanlarının karşılaştırılması

Uygulama sürecinde etkin olan deney grubunda öğrencilerin gençlik liderlik özellikleri ortalaması ön test-son test puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığının belirlenmesine yönelik ilişkili örneklem t-testi analiz sonuçları Tablo 4.5.'te sunulmuştur.

Tablo 4.5. Deney grubunun gençlik liderlik özellikleri puan ortalamalarının ilişkili örneklem t-testi sonuçları

Değişken	Test	N	X	SS	Sd	t	p	Cohen's d
Mücadele İsteği ve Hedef Koyma	Ön test	32	3,79	0,84	31	-1,412	0,168	,25
	Son test	32	4,09	0,64				
İletişim Kurabilmek	Ön test	32	3,35	0,84	31	-2,046	0,049*	,36
	Son test	32	3,79	0,87				
Grup becerileri	Ön test	32	3,91	0,79	31	-2,142	0,040*	,38
	Son test	32	4,36	0,71				
Güven Duyma ve Güvenilir Olma	Ön test	32	4,02	0,82	31	-1,127	0,268	,20
	Son test	32	4,24	0,68				
Karar Verme Becerileri	Ön test	32	4,01	0,83	31	-0,721	0,476	,13
	Son test	32	4,17	0,81				
Problem Çözme Becerileri	Ön test	32	4,02	0,84	31	-0,873	0,389	,15
	Son test	32	4,21	0,71				
Mesuliyet ve Sorumluluk	Ön test	32	3,81	0,83	31	-1,718	0,096	,30
	Son test	32	4,16	0,75				

*p<.05

Tablo 4.5.'te deney grubundaki öğrencilerin gençlik liderlik özellikleri ortalaması ön test-son test puan ortalamaları arasında İletişim kurabilmek ($t(31)=-2,046$, $p<0,05$) ve Grup becerileri ($t(31)=-2,142$, $p<0,05$) puanlarında son test lehine anlamlı fark varken, Mücadele isteği ve hedef koyma ($t(31)=-1,412$, $p>0,05$), Güven duyma ve güvenilir olma ($t(31)=0,268$, $p>0,05$), Karar verme becerileri ($t(31)=-0,721$, $p>0,05$), Problem çözme becerileri ($t(31)=-0,873$, $p>0,05$) ve Mesuliyet ve sorumluluk ($t(31)=-1,718$, $p>0,05$) puanlarında anlamlı fark yoktur. Uygulanan programın deney grubundaki öğrencilerin

İletişim kurabilmek ve Grup becerileri ortalamalarına olan etki büyüklüğü küçüktür (Cohen's d değerleri 0,36 ve 0,38).

4.2.2. Kontrol grubunun gençlik liderlik özellikleri ortalaması öntest-son test puanlarının karşılaştırılması

Uygulama sürecine katılmayan kontrol grubunda öğrencilerin gençlik liderlik özellikleri ortalaması ön test-son test puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığının belirlenmesine yönelik ilişkili örneklem t-testi analiz sonuçları Tablo 4.6.'da sunulmuştur.

Tablo 4.6. Kontrol grubunun gençlik liderlik özellikleri puan ortalamalarının ilişkili örneklem t-testi sonuçları

Değişken	Test	N	X	SS	Sd	t	p	Cohen's d
Mücadele İsteği ve Hedef Koyma	Ön test	32	3,61	0,62	31	0,874	0,389	,16
	Son test	32	3,45	0,76				
İletişim Kurabilmek	Ön test	32	3,29	0,79	31	-0,299	0,767	,05
	Son test	32	3,34	0,82				
Grup becerileri	Ön test	32	3,57	0,80	31	0,253	0,802	,05
	Son test	32	3,51	1,00				
Güven Duyma ve Güvenilir Olma	Ön test	32	3,91	0,69	31	1,675	0,104	,30
	Son test	32	3,59	0,88				
Karar Verme Becerileri	Ön test	32	3,88	0,79	31	1,595	0,121	,28
	Son test	32	3,57	0,91				
Problem Çözme Becerileri	Ön test	32	4,07	0,80	31	2,245	0,032*	,40
	Son test	32	3,62	1,11				
Mesuliyet ve Sorumluluk	Ön test	32	3,84	0,83	31	1,756	0,089	,31
	Son test	32	3,46	1,06				

*p<0.05

Tablo 4.6 incelendiğinde, kontrol grubu öğrencilerinin gençlik liderlik özellikleri puanlarından Problem çözme becerileri ($t(31)=2,245$, $p<0,05$) ortalamalarında öntest lehine anlamlı fark vardır. Kontrol grubunun Problem çözme becerileri öntest ortalaması 4,07 iken son test ortalaması 3,62'dir. Öğrencilerin problem çözme becerilerinde zaman içinde düşüş görülmüştür. Bunun yanında kontrol grubu öğrencilerinin liderlik puanlarından Mücadele isteği ve hedef koyma ($t(31)=0,874$, $p>0,05$), İletişim kurabilmek ($t(31)=-0,299$, $p>0,05$), Grup becerileri ($t(31)=0,253$, $p>0,05$), Güven duyma ve güvenilir olma ($t(31)=1,675$, $p>0,05$), Karar verme becerileri ($t(31)=1,595$, $p>0,05$) ve Mesuliyet ve sorumluluk ($t(31)=1,756$, $p>0,05$) puanlarında ön test son test ölçümleri arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir.

4.2.3. Deney ve kontrol gruplarının gençlik liderlik özellikleri ortalaması öntest puanlarının karşılaştırılması

Deney ve kontrol grubunda yer alan öğrencilerin gençlik liderlik özellikleri ortalaması ön test puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığının belirlenmesine yönelik bağımsız örneklem t-testi analiz sonuçları Tablo 4.7.'de sunulmuştur.

Tablo 4.7. Deney ve kontrol grubunun öntest gençlik liderlik özellikleri puan ortalamalarının bağımsız örneklem t-testi sonuçları

Değişken	Test	N	X	SS	Sd	t	p	Cohen's d
Mücadele İsteği ve Hedef Koyma	Deney	32	3,79	0,84	62	0,988	0,327	,25
	Kontrol	32	3,61	0,62				
İletişim Kurabilmek	Deney	32	3,35	0,84	62	0,327	0,745	,08
	Kontrol	32	3,29	0,79				
Grup becerileri	Deney	32	3,91	0,79	62	1,682	0,098	,42
	Kontrol	32	3,57	0,80				
Güven Duyma ve Güvenilir Olma	Deney	32	4,02	0,82	62	0,577	0,566	,14
	Kontrol	32	3,91	0,69				
Karar Verme Becerileri	Deney	32	4,01	0,83	62	0,657	0,514	,16
	Kontrol	32	3,88	0,79				
Problem Çözme Becerileri	Deney	32	4,02	0,84	62	-0,228	0,820	,06
	Kontrol	32	4,07	0,80				
Mesuliyet ve Sorumluluk	Deney	32	3,81	0,83	62	-0,150	0,881	,04
	Kontrol	32	3,84	0,83				

Tablo 4.7. incelendiğinde, deney ve kontrol grubu öğrencilerinin gençlik liderlik özellikleri öntest puanlarından Mücadele isteği ve hedef koyma ($t(62)=0,988$, $p>0,05$), İletişim kurabilmek ($t(62)=0,327$, $p>0,05$), Grup becerileri ($t(62)=1,682$, $p>0,05$), Güven duyma ve güvenilir olma ($t(62)=0,577$, $p>0,05$), Karar verme becerileri ($t(62)=0,657$, $p>0,05$), Problem çözme becerileri ($t(62)=-0,228$, $p>0,05$) ve Mesuliyet ve sorumluluk ($t(62)=-0,150$, $p>0,05$) puanlarında anlamlı fark yoktur. Bu durumda, araştırma başlamadan önce deney ve kontrol gruplarının mücadele isteği ve hedef belirleme, iletişim kurabilme, grup becerileri, güven duyma ve güvenilir olma, karar verme becerileri, problem çözme becerileri ile mesuliyet ve sorumluluk puanlarında eşit oldukları tespit edilmiştir.

4.2.4. Deney ve kontrol gruplarının gençlik liderlik özellikleri ortalaması son test puanlarının karşılaştırılması

Deney ve kontrol grubunda yer alan öğrencilerin gençlik liderlik özellikleri ortalaması son test puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığının belirlenmesine yönelik bağımsız örneklem t-testi analiz sonuçları Tablo 4.8.'de sunulmuştur.

Tablo 4.8. Deney ve kontrol grubunun son test gençlik liderlik özellikleri puan ortalamalarının bağımsız örneklem t-testi sonuçları

Değişken	Test	N	X	SS	Sd	t	p	Cohen's d
Mücadele İsteği ve Hedef Koyma	Deney	32	4,09	0,64	62	3,668	0,001**	,92
	Kontrol	32	3,45	0,76				
İletişim Kurabilmek	Deney	32	3,79	0,87	62	2,133	0,037*	,53
	Kontrol	32	3,34	0,82				
Grup becerileri	Deney	32	4,36	0,71	62	3,922	0,000***	,98
	Kontrol	32	3,51	1,00				
Güven Duyma ve Güvenilir Olma	Deney	32	4,24	0,68	62	3,324	0,001**	,83
	Kontrol	32	3,59	0,88				
Karar Verme Becerileri	Deney	32	4,17	0,81	62	2,795	0,007**	,70
	Kontrol	32	3,57	0,91				
Problem Çözme Becerileri	Deney	32	4,21	0,71	62	2,556	0,013*	,64
	Kontrol	32	3,62	1,11				
Mesuliyet ve Sorumluluk	Deney	32	4,16	0,75	62	3,023	0,004**	,76
	Kontrol	32	3,46	1,06				

*p<.05 **p<.01 ***p<.001

Tablo 4.8 incelendiğinde, deney ve kontrol grubu öğrencilerinin gençlik liderlik özellikleri son test puanlarından Mücadele isteği ve hedef koyma ($t(62)=3,668$, $p<0,01$), İletişim kurabilmek ($t(62)=2,133$, $p<0,05$), Grup becerileri ($t(62)=3,922$, $p<0,001$), Güven duyma ve güvenilir olma ($t(62)=3,324$, $p<0,01$), Karar verme becerileri ($t(62)=2,795$, $p<0,01$), Problem çözme becerileri ($t(62)=2,556$, $p<0,05$) ve Mesuliyet ve sorumluluk ($t(62)=3,023$, $p<0,01$) puanlarında deney grubu lehine, orta ve yüksek etki büyüklüğünde (Cohen's d katsayıları 0,52 ile 0,98 arasında), anlamlı fark vardır.

5. TARTIŞMA

Bu bölümde spor yaşam koçluğu uygulamalarının dokuzuncu sınıf lise öğrencilerinin sosyal becerileri değerlendirme düzeylerine ve gençlik liderlik özellikleri etkisinin incelendiği araştırmaya dair elde edilen bulgular, literatür ışığında tartışılmıştır. Günümüzde yeni bir meslek olarak gelişen yaşam koçluğu zamanla artan bir öneme sahip olmaktadır. Yaşadığımız çağın en belirgin özelliklerinden biri olan hayatın hızlı temposuna ayak uydurmaya çalışan bireyler; iş hayatı, evlilik, ebeveynlik ve kariyer gibi birçok alanda karşılaştıkları sorunlarla baş edebilmek veya mevcut durumlarından daha yüksek bir yaşam doyumuna ulaşmak amacıyla yaşam koçlarına başvurmaktadır. Ekonomik ve sosyal değişkenler açısından sadece belirli bir kesimin faydalanabildiği yaşam koçluğu uygulaması, meslek olarak kendine yer edinmiş ve giderek çeşitlenen alan yelpazesiyile birçok alanda danışmanlık hizmeti sunmayı amaçlamıştır. Bu alanlardan biri de spordur. Spor Yaşam Koçluğu, spor uzmanı bir yaşam koçu liderliğinde sürdürülen spor faaliyetleri aracılığıyla bireylerin karşılaştığı problemleri çözüme kavuşturma veya mevcut yaşam doyumunu arttırmaya yönelik uygulamalar olarak tanımlanmaktadır (Ünal, 2017).

Mevcut tez çalışmasının koçluk uygulamalarının spor yönüne vurgu yapması oldukça önemlidir. Çünkü, günümüz toplumlarında sporun hem uygulama hem de izleme yönüne olan ilginin artması çağdaş sosyal hayatın ayırt edici özelliklerinden biri olmaya başlamıştır. Dil, din, ırk ve cinsiyet ayrımı olmaksızın milyonlarca insanın tribünlerde veya ekran başında aynı anda bir spor etkinliğine odaklanmasını sağlaması bakımından spor kadar güçlü ve etkili başka bir argümanın bulunmadığını ifade edebiliriz (Yetim, 2000).

Ülkemizde beden eğitimi dersleri genel olarak yarışmacı hedef yapısına göre yürütülmektedir. Bu durum, okullardaki beden eğitimi ve sporun temel amaçlarına ulaşılmasını engellemektedir. Bu nedenle, ders ve ders dışı etkinliklerde öğrenciyi bir bütün olarak kabul eden spor yaşam koçluğu eğitim programı, öğrencilerin bilişsel, duyuşsal, sosyal psikomotor gelişimine olanak sağlayan öğrenme yöntem ve teknikleri içermekte ve bu tarz programlara ihtiyaç duyulmaktadır. Sporu bireyin fizikî güç ve yeteneklerin, psikolojik eğitimle birleşerek ortaya çıkardığı hareketler bütünü olarak tanımlamak mümkündür. İlerleyen bölümde bu gereksinimlerden hareketle tez çalışması sürecinde elde edilen bulgular “sosyal becerileri değerlendirme düzeyleri” ve “gençlik liderlik özellikleri düzeyleri” değişkenleri açısından iki başlık altında tartışılmıştır.

5.1. Sosyal Becerileri Değerlendirme Düzeyleri Üzerindeki Etkinin Tartışılması

Araştırmada, deney grubundaki katılımcıların ön test ve son test sosyal beceri değerlendirme düzeylerinin ortalamaları analiz edildiğinde, son test sosyal beceri değerlendirme düzeyi ortalamasının, ön test sosyal beceri değerlendirme düzeyi ortalamasına göre daha yüksek olduğu ve son test lehine istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunduğu tespit edilmiştir. Ön test ve son test arasında geçen araştırma süresi boyunca uygulanan spor yaşam koçluğu programının, öğrenciler üzerinde sosyal becerileri değerlendirme düzeylerini ve yedi alt boyuta ilişkin puan ortalamalarını artırdığı yani kişilerin programa katılmasıyla birlikte sosyal beceri düzeylerinde artma olduğu söylenebilir. Bu bulgular alanyazında yapılan araştırma sonuçlarıyla benzerlik göstermektedir. Yapılan bir araştırmada, koçluk uygulamaları öncesi ve sonrasında kendileri hakkında farkındalıklarını değerlendirmeleri istenen grupta, koçluk alan öğrencilerin "İlerlemelerini Takip Etme", "Faaliyetlerini İyileştirme Konusunda Yeterli Bilgiye Sahip Olma", "Yeterliliklerini Değerlendirme" ve "Bireysel Öğrenme Hedeflerini Geliştirme" konularında diğer gruba göre daha yüksek puan verdikleri tespit edilmiştir. (Bing-You vd., 2009). Benzer çalışma sonuçlarına ulaşan birçok araştırma gerçekleştirilmiştir. Örneğin, Acar (2022), ortaokul öğrencileriyle yaptığı bir çalışmada spor yapan öğrencilerin sosyal becerilerinin daha yüksek olduğunu; Dalkıran ve arkadaşları (2015) gerçekleştirdikleri çalışmalarında spor yapan bireylerin sosyal beceri düzeylerinin daha yüksek olduğunu ortaya koyarken Öztürk ve arkadaşları (2007) ise spor yapan bireylerin spor yetkinliklerinin daha yüksek olduğunu ifade etmiştir. Bu sonuçları destekleyen farklı araştırmalarda ise Beden Eğitimi ve Spor Bölümü'nde okuyan veya spor eğitimi alan öğrencilerin sosyal beceri düzeyleri genel ortalamaya göre daha yüksek bulunmuştur (Ağbuğa, 2016; Makar, 2016). Bu çalışma sonuçlarından hareketle koçluk uygulamalarının danışanların / öğrencilerin sosyal becerilerini geliştirdiği anlaşılmaktadır. Buna karşılık kontrol grubu katılımcılarının ön test ve son test sosyal becerileri değerlendirme düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmadığı tespit edilmiştir. Ön test ve son test arasında geçen araştırma süresi boyunca kontrol grubu rutin hareketine devam etmiş ancak gruba herhangi bir program uygulanmamıştır. Sosyal becerileri değerlendirme düzeyi ve alt boyutları olan İlişki Başlatma ve Sürdürme Becerileri, Atılganlık Becerileri, Duygusal Farkındalık, Saldırgan Davranış ve Dürtülerle Başa Çıkma Becerileri, Sorun Çözme Yetileri, Planlama, Grup Etkileşimi ve Görev Yönetimi becerilerinin seviyelerinde

herhangi bir değişiklik olmadığı; spor yaşam koçluğu programı uygulanmamasına rağmen bu sosyal becerilerde bir fark gözlemlenmediği söylenebilir.

Deney ve kontrol grubu öğrencilerinin sosyal becerileri değerlendirme son test puanlarına bakıldığında; ilişki başlatma ve sürdürme, atılganlık becerileri, duylara yönelik beceriler, saldırgan davranış ve dürtülerle başa çıkma, sorun çözme becerileri, plan yapma ve grupla etkileşim, bir iş yürütme becerileri puanlarında deney grubu lehine anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuçlara göre, deney grubunun ilişki başlatma ve sürdürme, atılganlık becerileri, duylara yönelik beceriler, saldırgan davranış ve dürtülerle başa çıkma, sorun çözme becerileri, plan yapma ve grupla etkileşim, bir iş yürütme becerileri puanlarının kontrol grubuna göre daha yüksek ortalamalara sahip olduğu görülmüştür. Sosyal becerileri değerlendirme düzeyi ve yedi alt boyutu artırdığı yani kişilerin programa katılmasıyla birlikte sosyal becerileri değerlendirme düzeylerinde artma olduğu söylenebilir. Bu bulgular alanyazında yapılan birçok çalışmanın sonuçlarıyla benzerlik göstermektedir. Tez çalışmasına benzer olarak, 4-16 yaş arası çocuklar üzerinde yapılan başka bir araştırmada, spor geçmişı olmayan öğrencilere 9 ay boyunca düzenli voleybol antrenmanı uygulanmış ve bu sürenin sonunda çocukların sosyal beceri düzeylerinin antrenman öncesine kıyasla önemli ölçüde arttığı tespit edilmiştir (Efe vd., 2008). Araştırmanın sonuçlarına dayanarak, bahsedilen sonuçlardan başka çıkarımlar da yapmak mümkündür. Araştırma değişkenleri ortalamalar açısından ele alındığında deney grubundaki tüm değişkenlerin yüksek, orta-yüksek ortalamalara sahip olduğu görülmüştür. Gülhan (2012), başka bir araştırmasında beden eğitimi derslerine ek olarak haftada en az beş farklı eğitsel oyunun 10 hafta boyunca uygulanmasının 10-12 yaş grubundaki öğrencilerin sosyal beceri düzeyleri üzerindeki etkisini incelemiştir. Sonuçlar, bu programa katılan öğrencilerin sosyal beceri düzeylerinde anlamlı bir artış olduğunu göstermiştir. Kacır (2015) tarafından yapılan benzer bir çalışmada ise 12 haftalık eğitsel oyun programlarının öğrencilerin sosyal ve duygusal uyumlarına etkisi araştırılmıştır. Araştırma sonuçları, eğitsel oyunlara katılan öğrencilerin sosyal ve duygusal uyumlarının arttığını ve bu öğrencilerin katılmayanlara göre anlamlı bir farklılık gösterdiğini ortaya koymuştur.

Spor aracılığıyla bireyler aynı zamanda oyun ve hareketler aracılığıyla duylarını ifade etme imkânı da bulabilmektedir. Saldırganlık ve öfke gibi duylarını boşaltma fırsatı elde ederken aynı zamanda spor sayesinde duylarını da kontrol edebilmektedir. Bu yolla bireyler benlik gelişimlerine de katkı sağlayabilmektedir. Rekabet içerikli ve

grupla yapılan spor etkinliklerinde bireyler güçlü ve zayıf yönlerini keşfedebilmektedirler. Bu doğrultudan hareketle spor yapan bireylerle yapmayan bireylerin kişilik özelliklerinin de farklı olabileceği ifade edilmektedir. Bu konuyu ele alan bir çalışmada spor yapan gençlerin spor yapmayanlara göre daha çalışkan, daha canlı, ilişki kurmaya sürekli hazır, sabırlı ve zorlayıcı koşullara daha kolay uyum sağladıkları ortaya konmuştur (Neumann, 1964). Yine başka bir çalışmada da spor yapan bireylerin spor yapmayan bireylere göre daha dışa dönük ve duygusal olarak dengeli oldukları belirtilmiştir (Tiryaki vd., 1991).

Lise döneminde fiziksel aktivite içerikli alanyazın incelendiğinde; fiziksel aktivitelerin hepsinin liseli bireylerin bulunduğu araştırma grubunda oldukça olumlu sonuçlar doğurduğu ortaya çıkmaktadır (Sund vd., 2011). Özşaker'in (2012) gençlerin boş zaman etkinliklerine katılmama nedenlerine ilişkin yaptığı araştırma verilerine göre bireylerin boş zamanlarını verimli kullanmakta zorlandıkları belirlenmiştir. Uslu (1999), Bursa'da 34 lise ve dengi okullarda öğrenim gören bireylerle yaptığı araştırmada spor yapan ve yapmayan bireyleri sosyal uyum düzeylerine göre karşılaştırmış ve sporla ilgilenenlerin spor yapma becerilerinin daha yüksek olduğunu bulmuştur. Bu tez çalışmasında da özetlenen araştırma sonuçlarını destekleyecek bulgulara ulaşılmıştır. Elde edilen bulgulara göre spor yaşam koçluğu uygulamalarının uygulandığı deney grubu öğrencilerinin programa katılmayan kontrol grubu öğrencilerine göre sosyal becerileri değerlendirme düzeylerinin daha çok arttığını göstermektedir. Her iki grupta da ön test son test puan ortalamaları karşılaştırıldığında programa katılan deney grubu öğrencilerinin son test ortalamaların arttığı yani sosyal becerileri değerlendirme düzeylerinin arttığı, programa dahil edilmeyen kontrol grubu öğrencilerin sosyal becerileri değerlendirme düzeylerinin aynı kaldığı görülmüştür. Bu veriler sonucunda sosyal becerileri değerlendirme düzeylerinin programla birlikte arttırdığı söylenebilir. Programla birlikte deney grubunda meydana gelen ilişki başlatma ve sürdürme, atılganlık becerileri, duyulara yönelik becerileri, saldırgan davranış ve dürtülerle başa çıkma, soru çözme becerileri, plan yapma ve grupla etkileşim ve bir iş yürütme becerileri öğrencilerin sosyalleşmelerini artırdığı, soru çözme becerilerini geliştirdiği ve bunun sosyal becerileri de arttırdığı söylenebilir. Bu bulgular alan yazında yapılan çalışmalarla benzerlik göstermektedir. Örneğin Nergiz (2018) spor yapan ve yapmayan öğrencilerin sosyal beceri düzeylerini incelediği çalışmada spor yapan bireylerin olumlu sosyal beceri düzeylerinin spor yapmayanlara göre daha yüksek olduğunu; spor yapmayanların olumsuz sosyal beceri düzeylerinin spor yapanlara göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Ortaöğretim döneminde eğitim öğretimlerine devam eden 14-16 yaş grubu öğrencilerle yapılan bir çalışmada mevcut tez çalışmasının öğrencilere sağladığı fayda bakımından benzer bulgular elde edilmiştir. Bu çalışmada daha önce herhangi bir spor dalıyla ilgilenmemiş öğrencilere dokuz ay boyunca düzenli olarak voleybol antrenmanları yaptırılmış ve bu süre sonunda öğrencilerin sosyal becerileri değerlendirilmiştir. Yapılan değerlendirmeler sonucunda voleybol antrenmanlarına alınan çocukların sosyal beceri düzeylerinin antrenmanlardan önceki düzeye göre daha yüksek olduğu bulunmuştur (Efe vd., 2008).

Yıldız ve Çetin (2018) sporun psikomotor ve sosyal gelişim üzerindeki etkisini inceledikleri çalışmalarında sporun çocukların sosyal becerilerini desteklediğine dair sonuçlar elde etmişlerdir. Bu çalışmanın bulgularının literatürdeki bulgularla paralellik gösterdiği ve sporun ortaokul öğrencilerinin sosyal beceri düzeylerine olumlu etki yaptığı sonucuna varılmıştır. Tezel'e (2015) göre öğrenci koçları uyguladıkları tekniklerle öğrencilerin özgüvenlerinin artmasına yardımcı olmaktadır. Yine Kalçık'a (2018) göre öğrenci koçluğu öğrencilerin sağlıklı, dengeli ve kendine güvenen bireyler olmalarını desteklemektedir. Bu şekilde öğrencinin derse karşı olumlu tutum geliştirmesini ve derse katılımlarının artmasını beklemek mümkündür. Yıldırım ve arkadaşlarının (2019) yaptığı araştırma, özellikle ergenlik çağının başlarında gençlerin daha kolay ikna edilebileceğini veya sosyal olarak etkilenebileceğini göstermektedir. Portekiz'de yapılan başka bir araştırmada ise basketbolcular incelenmiş ve sonuçlar, genç basketbolcuların (12-15 yaş) daha fazla sosyal destek ve demokratik davranışı tercih ederken yaş ilerledikçe (17-29 yaş) sporcuların otokratik davranışları tercih ettiğini ortaya koymuştur (Pido, 2015). Bu sonuçlar, koçluk uygulamalarının bireylerin öğrenme süreçlerini destekleyebileceğini ve bireylerin kendi potansiyellerini daha iyi anlamalarına yardımcı olabileceğini düşündürmektedir.

5.2. Gençlik Liderlik Özellikleri Düzeyleri Üzerindeki Etkinin Tartışılması

Araştırmada deney grubunda bulunan öğrencilerin ön test ve son test gençlik liderlik özellikleri düzeylerinin ortalamaları analiz edildiğinde deney grubundaki öğrencilerin gençlik liderlik özellikleri ortalaması ön test-son test puan ortalamaları arasında iletişim kurabilmek ve grup becerileri puanlarında son test lehine anlamlı fark varken, mücadele isteği ve hedef koyma, güven duyma ve güvenilir olma, karar verme becerileri, problem çözme becerileri ve mesuliyet ve sorumluluk puanlarında anlamlı fark

yoktur. Uygulanan programın deney grubundaki öğrencilerin iletişim kurabilmek ve grup becerileri ortalamalarına olan etki büyüklüğü küçüktür. Bu durumda öğrencilerle yürütülen müdahale içeriğinin öğrencilerin iletişim kurabilme ve grup becerileri ortalamalarını artırdığı söylenebilir.

Buna karşılık kontrol grubu öğrencilerinin ön test ve son test gençlik liderlik özellikleri düzeylerinin ortalamaları analiz edildiğinde Problem çözme becerileri ortalamalarında ön test lehine anlamlı fark vardır. Kontrol grubu öğrencilerinin problem çözme becerilerinde zaman içinde düşüş görülmüştür. Bunun yanında kontrol grubu öğrencilerinin liderlik puanlarından mücadele isteği ve hedef koyma, iletişim kurabilmek, grup becerileri, güven duyma ve güvenilir olma, karar verme becerileri ve mesuliyet ve sorumluluk puanlarında ön test son test ölçümleri arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir.

Deney ve kontrol grubu öğrencilerinin gençlik liderlik özellikleri son test puanlarında; mücadele isteği ve hedef belirleme, iletişim kurabilme, grup yetenekleri, güven duyma ve güven sağlama, karar verme yetenekleri, problem çözme yetenekleri ile mesuliyet ve sorumluluk puanlarında deney grubu lehine orta ve yüksek etki büyüklüğünde anlamlı farklar bulunmaktadır. Araştırma sonucunda, deney grubunun mücadele hevesi ve hedef belirleme, iletişim kurabilme, grup yetenekleri, güven duyma ve güvenilir olma, karar verme yetenekleri, problem çözme yetenekleri ile mesuliyet ve sorumluluk puanlarında kontrol grubuna göre daha yüksek ortalamalara sahip olduğu görülmüştür. Bu bulgular, gençlik liderlik özelliklerinin ve bu özelliklerin yedi alt boyutunun arttığını, yani program katılımının gençlik liderlik özellikleri düzeylerinde bir artış sağladığını göstermektedir.

Yukarıda özetlenen tez çalışması sonuçları alan yazınında yapılan araştırma sonuçlarını destekler niteliktedir. Araştırmacılar, sporun liderlik ve diğer önemli yaşam becerilerini geliştirdiğini ifade etmektedirler. Sporun oluşturduğu bağlamlar; genç bireylerin liderlik deneyimleri edinmelerine yönelik sayısız fırsatlar sağlamaktadır. Spor, bireylerin çeşitli öğrenme deneyimlerini keyifli ve motive bir şekilde edinmelerini sağlamaktadır (Gould, 2016).

Riley (2015) tarafından ortaya konulan 4 sporcu öğrencinin dahil edildiği “Öğrenci-Sporcuların Kariyer Geçişinde Öğrenci Katılımının Etkisi” isimli doktora tezi araştırmasında nitel araştırma yöntemi izlenerek gerçekleştirilen araştırmanın sonuçlarına

göre sporcu öğrencilerin kariyerlerini yönlendirmede yeterli bilgi ve bakış açısına sahip olmadıkları sonucuna ulaşılmıştır. Mevcut tez çalışması ile ortaya çıkan sonuçlara göre spor yaşam koçluğu uygulamalarının uygulandığı deney grubu öğrencilerinin programa dahil olmayan kontrol grubu öğrencilerine kıyasla gençlik liderlik özellikleri düzeylerinin daha çok arttığını göstermektedir. İki grupta da ön test son test puan ortalamaları kıyaslandığında programa katılan deney grubu öğrencilerinin son test ortalamaların arttığı yani gençlik liderlik özellikleri düzeylerinin arttığı, programa dâhil edilmeyen kontrol grubu öğrencilerin gençlik liderlik özellikleri düzeylerinin aynı kaldığı görülmüştür. Bu veriler sonucunda gençlik liderlik özellikleri düzeylerinin programla birlikte arttığı söylenebilir. Programla birlikte deney grubunda ortaya çıkan rekabet isteği ve hedef koyma, iletişim kurabilmek, grup yetenekleri, güvenme ve güvenilir olma, karar verme becerileri, problem çözme yetenekleri ile sorumluluk öğrencilerin liderlik özelliklerini arttırdığı, problem çözme becerilerini geliştirdiği ve bunun da gençlik liderlik özellikleri düzeylerinin arttırdığı söylenebilir. Bu doğrultudan hareketle tez kapsamında oluşturulan spor yaşam koçluğu programının alanyazında yer alan çalışmalarda belirtilen bireylerin liderlik alanında yaşadıkları güçlüklerin üstesinden gelmede veya bu güçlükleri azaltmada yardımcı olacağı düşünülmektedir.

Psikolojik olarak spor, spor yapan bireylerde haz ve mutluluk duygusunun oluşmasına katkı sağlar. Stresle baş etmenin en önemli unsurlarından biri kuşkusuz ki spordur. Günlük hayatta bireylerin karşılaştığı monoton yaşam tarzını ve zihniyetini spor aracılığıyla değiştirmek mümkündür. Spor, bireylerin rahatlamasına ve gevşemesine yardımcı olmanın yanı sıra, kendilerini mutlu hissetmelerini ve başarı duygusunun tadını çıkarmalarını sağlar (Güçlü, 2005). Spor yaşam koçluğu uygulamaları da bu hedeflere ulaşmada önemli bir rol oynar. Daha önce ticari eğitim programlarından alınan koçluk derslerinin artık lisans ve lisansüstü düzeyde verilmeye başlandığı bilinmektedir. Aynı şekilde, ICF aracılığıyla yaşam koçluğuna yönelik üniversite merkezli eğitim programları bulunmamakla birlikte son zamanlarda birçok üniversitede yaşam koçluğu sertifikası verilmeye başlanmıştır. Bu açıdan, ticari bir sektör olarak kabul edilen koçluğun giderek akademik alanda da kendine yer bulduğu söylenebilir. Bu trende uyum sağlayarak bu tez çalışması koçluk uygulamalarının akademik yönünü vurgulamaktadır.

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırmada spor yaşam koçluğu uygulamasının lise öğrencilerinin sosyal becerileri değerlendirme düzeylerine ve gençlik liderlik özelliklerine etkisi incelenmiştir. Lise öğrencilerinin deney ve kontrol grubu olarak sınıflandırıldığı çalışmada Spor yaşam koçluğu uygulaması yüz yüze uygulanmış ön test ve son test bulgularına dikkat çekilmiştir. Alanda yapılan çalışmalar ve bulgular ele alındığında Spor yaşam koçluğu uygulamalarının öğrencilerinin sosyal becerileri değerlendirme düzeylerine ve gençlik liderlik özellikleri etkisi üzerine yapılan çalışmaların sınırlı olduğu görülmüştür.

Çalışmadan elde edilen sonuçlar doğrultusunda, deney grubundaki öğrencilerin sosyal becerileri değerlendirme düzeyi ön test- son test puan ortalamaları arasında son test lehine anlamlı farklılık görülürken kontrol grubu öğrencilerin sosyal becerileri değerlendirme düzeyi puan ortalamaları arasında anlamlı farklılık görülmemiştir. Deney ve kontrol grubu öğrencilerinin gençlik liderlik özellikleri ön test puan ortalamalarına bakıldığında anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Deney ve kontrol grubu öğrencilerinin gençlik liderlik özellikleri son test puan ortalamalarına bakıldığında deney gençlik liderlik özellikleri son test puan ortalamalarının kontrol grubu gençlik liderlik özellikleri son test puan ortalamalarına göre deney grubu lehine anlamlı farklılık gösterdiği belirlenmiştir.

Araştırma sonucunda deney grubundaki öğrencilerin sosyal becerileri değerlendirme düzeyleri ve gençlik liderlik özellikleri ön test- son test puan ortalamaları arasında son test lehine anlamlı farklılık görülürken kontrol grubu öğrencilerin sosyal becerileri değerlendirme düzeyleri ve gençlik liderlik özellikleri ön test- son test puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Deney ve kontrol grubu öğrencilerinin sosyal becerileri değerlendirme düzeyleri ve gençlik liderlik özellikleri ön test puan ortalamalarına bakıldığında anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Deney ve kontrol grubu öğrencilerinin sosyal becerileri değerlendirme düzeyleri ve gençlik liderlik özellikleri son test puan ortalamalarına bakıldığında deney grubu sosyal becerileri değerlendirme düzeyleri ve gençlik liderlik özellikleri son- test puan ortalamalarının kontrol grubu sosyal becerileri değerlendirme düzeyleri ve gençlik liderlik özellikleri son test puan ortalamalarına göre deney grubu lehine anlamlı farklılık gösterdiği, deney grubu sosyal becerileri değerlendirme düzeyleri ve gençlik liderlik özellikleri son- test puan ortalamalarının kontrol grubu sosyal becerileri değerlendirme düzeyleri ve gençlik liderlik özellikleri son test puan ortalamalarına göre deney grubu lehine anlamlı farklılık gösterdiği

belirlenmiştir. Bu doğrultuda araştırma sonuçlarından hareketle aşağıda yer alan öneriler sunulabilir:

- Spor yaşam koçluğu uygulamalarının sporcular, yetişkinler, yaşlı bireyler ve eğitimin farklı kademelerinde uygulanması, literatüre katkı sağlayacaktır.
- Sosyal beceri ve liderlik düzeyini artırmaya yönelik etkinlikler geliştirilerek farklı spor yaşam koçluğu uygulamaları gerçekleştirilmesi, literatüre farklı bir boyut katacaktır.
- Spor yaşam koçluğu hibrit yöntem ile (çevrim içi ve yüz yüze) verilerek sosyal becerileri değerlendirme düzeyleri ve gençlik liderlik özelliklerinin durum etkisinin araştırılmasında fayda vardır.
- Tek bir spor dalında uzmanlaşmış kişilere spor yaşam koçluğu uygulama programı çıkarılabilir ve sonuçları değerlendirilebilir.
- Spor yaşam koçluğu uygulamasının farklı spor branşları ve geleneksel spor dallarını kapsaması bireylere kültürel değerleri önemseme ve farklı kültürleri tanıma konusunda fayda sağlayacağı düşünülmektedir.
- Okullarda da rekreatif etkinliklerin artırılması fiziksel, psiko-motor ve zihinsel gelişim açısından çok önemlidir. Farklı etkinlik türleriyle gerçekleştirilecek bu tarz çalışmalar ile öğrencilerin fiziksel, psiko-motor ve zihinsel gelişimlerinin artması sağlanabilir.
- Yaşam koçluk eğitim süresi katılımcıların sosyal becerileri ve gençlik liderlik düzeylerini olumlu yönde etkilemektedir. Ancak yaşam koçluk eğitim içeriğinin ve süresinin minimum ve maksimum kaç olması gerektiğine yönelik araştırmalara ihtiyaç vardır. Yaptığımız çalışma eğitim süresinin en az 8 hafta ve 16 etkinlik olması gerektiğine dair bir fikir sunmuştur ancak farklı süre ve etkinliklerin dahil edildiği çalışmalara ihtiyaç duyulduğu düşünülmektedir.

7. KAYNAKLAR

- Acar, E. S. (2022). *Spor yapan ve yapmayan ortaokul öğrencilerinin sosyal becerileri, dikkat ve özgüven düzeylerinin araştırılması. Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı* (Doctoral dissertation, Yüksek Lisans Tezi, Van).
- Ağbuğa, B. (2016). Beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölüm öğrencilerinin sosyal beceri düzeylerinin incelenmesi. *International Journal of Sport Culture and Science*, 4(Special Issue 1), 132-138.
- Anderson, D. (2013). Untyingtheknots. *In the chusymposium coaching in the moment*.
- Arıkboğa, Ş. (2007). Yönetim ve organizasyon. İstanbul Üniversitesi Açık ve Uzaktan Eğitim Fakültesi İktisat Lisans Programı Ders Kitabı.
<http://auzefkitap.istanbul.edu.tr/kitap/kok/yonetimveorgau242.pdf> adresinden 10 Eylül 2023 tarihinde erişilmiştir.
- Aşçı, F. H., Kin, A. ve Kosar, Ş. (1998). Effect of Participation in an 8 Week Aerobic Dance and Step Aerobics Program on Physical Self-Perception And Body Image Satisfaction. *International Journal of Sport Psychology*, 29(4), 366-375.
- Ataş, A. T., Efeçınar, H. İ. ve Tatar, A. (2016). Sosyal Beceri Değerlendirme Ölçeği'nin geliştirilmesi ve psikometrik özelliklerinin incelenmesi. *Turkish Psychological Counselingand Guidance Journal*, 6(46), 71-85.
- Aydın, İ. (2013). *Öğretim denetimi: durum saptama, değerlendirme ve geliştirme*. Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.
- Bacanlı, H. (2000). *Sosyal beceri eğitimi: İlköğretimde rehberlik kitabı*. Nobel Yayınları.
- Bakan, İ. ve Bulut, Y. (2004). Yöneticilerin uyguladıkları liderlik yaklaşımlarına yönelik algılamaları: Likert'in Yönetim Sistemleri Yaklaşımı'na dayalı bir alan çalışması. *İstanbul Üniversitesi Siyasal Bilgiler Fakültesi Dergisi*, 31, 151-176.
- Bass, B. M., & Stogdill, R. M. (1990). *Bass & Stogdill's handbook of leadership: Theory, research, and managerial applications*. Simon and Schuster.
- Bayazıt, B. (2014). Theeffect of recreationalactivities on self-esteemdevelopment of girls in adolescence. *Educationalresearchandreviews*, 9(20), 920-924.

- Bax, J. Negrutiu, M., & Calotă, T. O. (2011). Coaching: A philosophy, concept, tool and skill. *Journal of Knowledge Management, Economics & Information Technology*, 1(7), 320-328.
- Brock, V. G. (2008). Grounded theory of the roots and emergence of coaching. *International University of Professional Studies*.
- Brock, V. G. (2012). Introduction to coaching history. *UTD Coaching News*, 3.
- Biddle S., (1997). Current trends in sport and exercise research. *Psychologist*, 10, 63- 69.
- Bing-You G. R., Bertsch T, & Thompson A. I., (2009). Coaching medical students in receiving effective feedback coaching medical students in receiving effective feedback. *Teach Learn Med An Int J*. 10(4):228–31.
- Bowers, D. L. (1999). Teachers' use of peer observation and feedback as a means of professional development. Southern California University. Doctoral Thesis .California.
- Branham, L. F. (2000). Keeping the People Who Keep You in Business: Twenty Four Ways to Hang on to Your Most Valuable Talent, Amacom, NY, Usa.
- Bugay, S. (2016). *Bütünsel Takım Koçluğu*. Optimist Yayın Grubu.
- Büyüköztürk, Ş. (2010). *Deneyisel desenler için veri analizi el kitabı*. (11. Baskı). Pegem Akademi
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2008). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Pegem Akademi.
- Cansoy, R., Türkoğlu, M. E. ve Parlar, H. (2016). Liderlik özellikleri: Bir ölçek geliştirme çalışması ve öğrencilere yönelik bir araştırma. *Milli eğitim dergisi*, 45(212), 139-159.
- Carr, J. F., Herman, N., & Harris, D. E. (2005). *Creating dynamic schools through mentoring, coaching, and collaboration*. ASCD.
- Carroll, T. L., & Austin, T. (2004). Career coaching. *Reflections on Nursing Leadership*, 30(3), 30-1.
- Criddle, W. D. (2007). The transition from therapist to executive coach. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 25, 121-141.

- Çam-Tosun, F. ve Bayram, A. (2017). Öğrenci Koçluğuna İlişkin Öğretmen ve Öğrenci Görüşleri: Bayburt Örneği. *Kalem Uluslararası Eğitim ve İnsan Bilimleri Dergisi*, 7(1/12), 1-18.
- Çay, E. D. (2023). Bilişsel Koçluk yöntemi ve bilişsel farkındalık stratejisinin ortaöğretim öğrencilerinin bilişsel farkındalık düzeyleri üzerindeki etkisinin incelenmesi. *Journal Of Social, Humanities and Administrative Sciences (JOSHAS)*, 9(64), 2878-2885.
- Çelik, V. (2000). *Eğitimsel liderlik* (İkinci Baskı). Pegem Yayıncılık.
- Çetin, E. (2015). *Öğrenci görüşlerine göre lise son sınıf rehber öğretmenlerinin koçluk beceri düzeyleri (Kocaeli ili örneği)*. [Yayınlanmamış Doktora Tezi].
- Dalkıran, O., Aslan, C., Gezer, E., & Vardar, T. (2015). Sporcu ve sedanter öğrencilerin sosyal beceri düzeylerinin karşılaştırılması. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1(13), 224-230.
- Davis, M. H., McPartland, J. M., Pryseski, C., & Kim, E. (2018). The effects of coaching on English teachers' reading instruction practices and adolescent students' reading comprehension. *Literacy Research and Instruction*, 57(3), 255-275.
- De Carlo, L.T. (1997). "On the meaning and use of kurtosis". *Psychological Methods*, 2, 292-307
- Demirçelik, E., Karacabey, A. S., ve Cenar, E. D. (2017). Özel yetenekli öğrencilerin liderlik becerilerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 7(13), 399-425.
- Dikmeer, D. İ. A. (1997). *Sosyal beceri eğitiminin sosyal içedönük ergenlerin içedönüklük düzeylerine etkisi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Disbennett-Lee, R. (2005). *A study of international life coaches on the skills and strategies used during the coaching process*. Walden University.
- Downey, M. (2003). *Effective coaching: Lessons from the coaches' couch*. Texere/Thomson.
- Edelman, A., Gill, P., Comerford, K., Larson, M., & Hare, R. (2004). Youth Development & Youth Leadership. A Background Paper. *Institute for*

Educational Leadership.

- Efe, M., Öztürk, F., Koparan, Ş. ve Şenışık, Y. (2008). 14-16 yaş grubu erkeklerde voleybol çalışmalarının sosyal yetkinlik beklentisi ve atılganlık üzerine etkisi. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 21(1), 69-77.
- Eryılmaz, E. (2014). *Postmodern dönemin bireye yansımaları açısından koçluk* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi).
- Evered, R. D., & Selman, J. C. (1989). Coaching and the art of management. *Organizational dynamics*, 18(2), 16-32.
- Frankovelia, C. C., & Riddle, D. D. (2010). Leadership coaching. *The Center for Creative Leadership handbook of leadership development*, 125-146.
- Furedi, F. (2014). *Korku Kültürü* (Çeviren: B. Yıldırım). Ayrıntı Yayınları.
- Groeneveld, R. A., & Meeden, G. (1984). "Measuring Skewness and Kurtosis". *Journal of the Royal Statistical Society. Series D (The Statistician)*, 33(4), 391-399.
- Gilley, W. J., & Boughton, N. W. (1996). "Stop Managing, Start Coaching - How Performance Coaching Can Enhance Commitment and Productivity?". IRWIN Professional Publishing, USA; ISBN: 0-7863-0456-1.
- Gould, D. R. (2016). Leadership as a life skill in youth sports. *Positive youth development through sport*, 151-167.
- Grant, A. M. (2006). *An integrative goal-focused approach to executive coaching*. In D. Stober, & A. M. Grant (Eds.), *Evidence-based coaching handbook*. Wiley.
- Grant, A. M., & Cavanagh, M. J. (2007). Evidence-based coaching: Flourishing or languishing?. *Australian Psychologist*, 42(4), 239-254.
- Grant, A. M., Green, L. S., & Rynsaardt, J. (2010). Developmental coaching for high school teachers: Executive coaching goes to school. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*, 62(3), 151-168. <https://doi.org/10.1037/a0019212>
- Griffiths, K. E. (2005). Personal coaching: A model for effective learning. *Journal of Learning Design*, 1(2), 55- 65.
- Griffiths, K., & Campbell, M. A. (2008). Semantics or substance? Preliminary evidence

- in the debate between life coaching and counselling. *Coaching: An International Journal of Theory, Research and Practice*, 1(2), 164-175.
- Güçlü, S. (2005). Kurumlara Sosyolojik Bakış, Birey Yayıncılık.
- Gülhan, G. (2012). *10-12 yaş grubu ilköğretim öğrencilerinin sosyal beceri düzeyleri üzerine eğitsel oyunların etkisi* (Master's thesis, Eğitim Bilimleri Enstitüsü).
- Gynnild, V., Holstad, A., & Myrhaug, D. (2007). Teaching as coaching: A case study of awareness and learning in engineering education. *International Journal of Science Education*, 29(1), 1-17.
- Hagen, M. S. (2012). Managerial coaching: A review of the literature. *Performance Improvement Quarterly*, 24(4), 17-39.
- Hayes, E., & Kalmakis, K. A. (2007). From the sidelines: coaching as a nurse practitioner strategy for improving health outcomes. *Journal of the American Academy of Nurse Practitioners*, 19(11), 555-562.
- Hemphill, J. K., & Coons, A. E. (1957). Development of the leader behavior description and measurement. *Columbus: Business Research, Ohio State University*, 1-18.
- Hopkins, K.D. & Weeks, D.L. (1990). "Tests for normality and measures of skewness and kurtosis: Their place in research reporting". *Educational and Psychological Measurement*, 50, 717-729.
- Hutton D., (2003). Help for the CEOs. *Health Forum Journal*, 46, 21–24.
- International Coaching Federation (ICF) (2024). What is Coaching?
<https://coachingfederation.org/> adresinden 01 Nisan 2024 tarihinde edinilmiştir.
- İleli, A. (2007). *Ortaöğretim öğrencilerinin beden eğitimi dersinden beklentileri ve doyum düzeyleri (Sakarya İl Örneği)* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
- Jowett, S., & Ntoumanis, N. (2004). The coach–athlete relationship questionnaire (CART-Q): Development and initial validation. *Scandinavian journal of medicine & science in sports*, 14(4), 245-257.
- Kacı, O. (2015). Okul öncesi 60-72 aylık dönem çocuğunun sosyal duygusal uyumda eğitsel oyunun etkisi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Çanakkale On Sekiz Mart Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim

Dalı, Çanakkale.

- Kalçık, F. (2018). Öğrenci başarısını desteklemede bir yol: öğrenci koçluğu. *Bartın Üniversitesi Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 1(1), 53-67.
- Kamphorst, B. A., Klein, M. C., & van Wissen, A. (2014). *Human involvement in e-coaching: Effects on effectiveness, perceived influence and trust*. In International workshop on humanbehaviorunderstanding (pp. 16- 29). Cham: Springer.
- Karabacak, K. (2010) “Akademik Koçluk Sisteminin Öğrencilerin Akademik Başarısına Etkisi”. *Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 10, 20, 81-94.
- Karasar, N. (2007). *Bilimsel araştırma yöntemi: kavramlar, ilkeler, teknikler*. Nobel yayın dağıtım.
- Karip, E. (1998). Dönüşümcü liderlik. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 4(4), 443- 465.
- Kaufman, B. (2006). The Role Of Executive Coaching In Performance Management. *Handbook Of Business Strategy*, 7(1), 287-291.
- Kayıkçı, S. (2007). Spor yapan ya da yapmayan lise öğrencilerinin internete yönelik tutumlarının incelenmesi. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Trabzon*.
- Kepçeoğlu, M. (1994). *Psikolojik Danışma ve Rehberlik 10. Özerler Matbaası*.
- Kimsey-House, H., Kimsey-House, K., Sandahl, P., & Whitworth, L. (2010). *Co-active coaching: Changing business, transforming lives*. Hachette UK.
- Kristal, Z. (2010). *The role of reflection on clients' change in the coaching process*. Teachers College, Columbia University.
- Knight, J. (2011). What good coaches do. *Educational Leadership*, 69(2), 18-22.
- Koçel, T. (2001). İşletme Yöneticiliği, Sekizinci Baskı. *Beta Basım Yayım Dağıtım AŞ*.
- Kravitz, L., Cisar, C. J., Christensen, C. L., & Setterlund, S. S. (1993). The Physiological Effects Of Step Training Withand Without Handweights. *The Journal of Sports Medicineand Physical Fitness*, 33(4), 348-358.
- Kress, C. A. (2006). Youth leadership and youth development: Connections and

- questions. *New Directions for Youth Development*, 2006(109), 45-56.
- Larson, P., & Richburg, M. (2004). The talent management handbook: Leadership coaching.
- Lefdahl-Davis, E. M., Huffman, L., Stancil, J., & Alayan, A. J. (2018). The impact of life coaching on undergraduate students: A multiyear analysis of coaching outcomes. *International Journal of Evidence Based Coaching and Mentoring*, 16(2), 69-83.
- Luecke, R. (2007). İş Dünyasında Koçlar ve Mentorlar. *Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları*.
- MacNeil, C. A. (2000). *Youth-adult collaborative leadership: Strategies for fostering ability and authority*. University of Colorado at Boulder.
- MacNeil, C. A. (2006). *Bridging generations: Applying "adult" leadership theories to youth leadership development*. *New Directions for Youth Development*, 2006(109), 27-43.
- Makar, E. (2016). *Spor eğitimi gören öğrencilerin, sosyal beceri, fiziksel benlik algısı ve fiziksel aktivite düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi, Bartın Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü).
- Mazzini, V. F. (2007). What is Executive Coaching. *Leadership: Magazine For Managers*, 4(10), 20-21.
- McComb, C. (2012). Developing coaching culture: are your coaching relationships healthy?. *Industrial and Commercial Training*, 44(4), 232-235.
- McLean, G. N., Yang, B., Kuo, M. H. C., Tolbert, A. S., & Larkin, C. (2005). Development and initial validation of an instrument measuring managerial coaching skill. *Human resource development quarterly*, 16(2), 157-178.
- MEB (2009). Ortaöğretim Beden Eğitimi Dersi Öğretim Programı (9 – 12. Sınıflar). Bursa: Millî Eğitim Bakanlığı Ortaöğretim Genel Müdürlüğü Yayını.
- MEB (2014). Milli Eğitim Bakanlığı Ortaöğretim Kurumları Yönetmeliği. https://ogm.meb.gov.tr/meb_iys_dosyalar/2016_11/03111224_ooky.pdf adresinden 10 Kasım 2023 tarihinde alınmıştır.
- MEB Tebliğler Dergisi (2017).

<http://tebligler.meb.gov.tr/index.php/tuemsayilar/viewcategory/85-2017>

adresinden 10 Kasım 2023 tarihinde alınmıştır.

MEB Tebliğler Dergisi (2018).

<http://tebligler.meb.gov.tr/index.php/tuemsayilar/viewcategory/86-2018>

adresinden 10 Kasım 2023 tarihinde alınmıştır.

Mesleki Yeterlilik Kurumu (MYK). (2015). Ulusal Yeterlilik 15UY0215-6 Koç Seviye 6.

http://portal.myk.gov.tr/index.php?dl=2015%2F8%2F7%2F0.184758001438950485_kocseviye_6_.pdf&option=com_yeterlilik adresinden 23 Haziran 2017 tarihinde edinilmiştir.

Moors, J. J. A. (1986). “The meaning of kurtosis: darlington reexamined”. *The American Statistician*, 40, 283-284.

Nergiz, S. (2018). *Spor yapan ve yapmayan lise öğrencilerinin olumlu sosyal ve saldırgan davranışları ile okula yönelik tutumlarının incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Akdeniz Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Antalya.

Neumann, O. (1964). Die Leibeserziehung in den Jugendlichen Entwicklungsphasen. *Die Leibseelische Entwicklung im Jugendalter*, 418-496.

NHS Modernisation Agency Leadership Centre. (2005). Literature review: coaching effectiveness –a summary. [http:](http://literacy.kent.edu/coaching/information/Research/)

[//literacy.kent.edu/coaching/information/Research/](http://literacy.kent.edu/coaching/information/Research/)

NHS_CDWPCoachingEffectiveness.pdf adresinden 15 Temmuz 2017 tarihinde edinilmiştir.

Nixon-Witt, C. (2008). A coaching approach forwork/life balance. *Business &Economic Review*, 54(2), 8-11.

Northouse, P. G. (2021). *Leadership: Theory and practice*. Sage publications.

Ogilvy, C. M. (1994). Social skills training with children and adolescents: A review of the evidence on effectiveness. *Educational Psychology*, 14(1), 73-83.

O’Connor, J., & Lages, A. (2004). *Coaching with NLP: How to be a Master Coach*. HarperCollins UK.

Osmay, N. (1985). *İnsan Mühendisliği*, 3.Baskı. DKO Yayınlan.

- Özşaker, M. (2012). Gençlerin serbest zaman aktivitelerine katılamama nedenleri üzerine bir inceleme. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 14(1), 126-131.
- Öztürk, F., Efe, M., & Koparan, Ş. (2007). 14-16 yaş grubu kızlarda hentbol çalışmalarının sosyal yetkinlik beklentisi ve atılganlık üzerine etkisi. *Spor Bilimleri Dergisi*, 18(4), 147-155.
- Sungur, Y. (2019). Öğrenci Koçluğu, <https://www.yaseminsungur.com/kocluk/ogrencikoclugu/>, adresinden 23 Ağustos 2023 tarihinde edinilmiştir.
- Paksoy, M. (2002). Çalışma ortamında insan ve toplam kalite yönetimi. *İstanbul Üniversitesi Yayın*, (4356).
- Peterson, D. (1996). Executive coaching at work the art of one-on-one change. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*, 48 (2), 78-86.
- Pido, G. B. (2015). The relationship of coaching leadership and athletes satisfaction (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Chinese Culture University, College of Education, Graduate School of Sport Coaching Science, China.
- Poepsel, M. A. (2011). *The impact of an online evidence-based coaching program on goal striving, subjective well-being, and level of hope* (Doctoral dissertation, Capella University).
- Resmî Gazete, (2017). 28692 sayılı Resmî Gazete, Ankara.
- Rhodes, C., & Beneicke, S. (2002). Coaching, mentoring and peer networking: Challenges for the management of teacher Professional development in schools. *Journal of Service Education*, 28(2), 297-309.
- Ricketts, J. C., & Rudd, R. D. (2002). A comprehensive leadership education model to train, teach, and develop leadership in youth. *Journal of Career and Technical Education*, 19(1), 7-17.
- Riley, R. (2015). Influence of Student Engagement on the Career Transition of Division I Football Student-Athletes. Theses and Dissertations--Kinesiology and Health Promotion University of Kentucky Uknowledge
- Rogers, K. L. (2004). *An action research study of life coaches: The benefits of a*

specialized life coaching business plan template designed specifically for the life coaching industry. Union Institute and University.

Rosinski, P. (2003). *Coaching across cultures: New tools for leveraging national, corporate, and professional differences.* Nicholas Brealey.

Sabuncuoğlu, Z. ve Tüz, M. (2001). *Örgütsel psikoloji.* Ezgi Kitabevi.

Salisbury, F. S. (1998). *Developing Managers as Coaches-A Trainer's Guide.* McGraw Hill Book Co.

Sandmann, L. R., & Vandenberg, L. (1995). A Framework for 21st Century Leadership. *Journal of Extension*, 33(6), n6.

Sommercamp, S. (2016). Origins of coaching. <http://motivationeer.com/about/origins-of-coaching/> adresinden 17 Temmuz 2017 tarihinde edinilmiştir.

Sorias, O. (1986). Sosyal beceriler ve değerlendirme yöntemleri. *Psikoloji Dergisi*, 5(20), 24-29.

Spinack, N. M., & Gerald, M. S. (2002). *Coaching Development, Careers & Performance.* Bierman House.

Stober, D. R., & Grant, A. M. (Eds.). (2010). *Evidence based coaching handbook: Putting best practices to work for your clients.* John Wiley & Sons.

Stogdill, R. M. (1948). Personal factors associated with leadership: A survey of the literature. *The Journal of psychology*, 25(1), 35-71.

Stogdill, R. M. (1974). *Handbook of leadership: A survey of theory and research.* Free Press.

Sullivan, S., & Glanz, J. (2000). Alternative approaches to supervision: Cases from the field. *Journal of Curriculum and Supervision*, 15(3), 212-235.

Sund, A. M., Larsson, B., & Wichstrøm, L. (2011). Role of physical and sedentary activities in the development of depressive symptoms in early adolescence. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*, 46(5), 431-441.

Swan, K. (2014). Raising tomorrow's leaders: 6 skills to teach your children. <http://www.asuccessfulwoman.com> adresinden 15 Aralık 2023 tarihinde erişilmiştir.

- Şimşek, A. (2006). *Duygusal zekânın, ana-baba tutumunun ve doğum sırasının tercih edilen liderlik tarzına etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Şişman, M. (2004). *Öğretim liderliği*. Pegem Yayıncılık.
- Tengilimoğlu, D. (2005). Kamu ve özel sektör örgütlerinde liderlik davranışı özelliklerinin belirlenmesine yönelik bir alan çalışması. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 4(14), 1-16.
- Tezel, C. (2015). Optimal koçluk zihin haritası & hızlı okuma eğitici eğitimi. Ankara: Coach Team Optimal Koçluk.
- Tiryaki, Ş. (2000). *Spor Psikolojisi*. Eylül Kitap ve Yayınevi.
- Tokmak, C. ve Yavuz, E. (2009). İş görenlerin etkileşimci liderlik ve örgütsel bağlılık ile ilgili tutumlarına yönelik bir araştırma. *Uluslararası İktisadi ve İdari İncelemeler Dergisi*, 1(2), 18-19.
- Tompson, H. B., Bear, D. J., Dennis, D. J., Vickers, M., London, J., & Morrison, C. L. (2008). Coaching: A global study of successful practices. *Institute for Corporate Productivity*. London. May.
- Toper, A. (2006). HR Dergi. *İnsan Kaynakları ve Yönetim Dergisi*, 9, 20-22.
- Toprakçı, E. (2008). *Sınıfa dayalı yönetim*. Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.
- Uçkun, C.G. ve Kılınç, İ. (2007). *Koçluk ve Mentorluk Tarihsel Gelişimi, Yöntemleri ve Uygulamaları*. Ürün yayınları.
- Ulcay, H. S. (2019). *Yaşam koçları açısından koç-danışan ilişkisinin psiko-sosyal ve manevi yönden tahlili* (Yayınlanmamış Doktora Tezi).
- Uslu, A. (1999). *Lise ve dengi okullarda eğitim gören gençlerin sosyal uyum düzeylerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Celal Bayar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Manisa
- Ünal, S. (2017). Yeni bir meslek alanı olarak yaşam koçluğu ve yaşam koçluğunun topluma sunumu. *The Journal of Academic Social Science Studies*
- Velasquez, K. S., & Wilmore, J. H. (1992). Changes in cardiorespiratory fitness and body composition after a 12-week bench step training program: 464. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 24(5), S78.

- Yetim, A. (2000). Sosyoloji ve Spor (1. baskı). *Ankara, Topkar Matbaacılık*.
- Yıldırım, S., Yıldız, A. ve Koruç, Z. (2019). Mücadele sporlarında antrenör-sporcu ilişkileri ve liderliğin yaş, cinsiyet ve katılım süresi değişkenleri açısından incelenmesi. *Niğde Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13(1), 28- 37.
- Yıldırım, N., & Elbaş, H. (2014). Liderlik özellikleri ve hedef belirleme yetkinliği ilişkisine bir bakış: telekomunikasyon sektöründen bir uygulama. *Marmara Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 36(1), 317-349.
- Yıldız, E. ve Çetin, Z. (2018). Sporun psiko-motor gelişim ve sosyal gelişime etkisi. *HÜ Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 5(2), 54-66.
- Yıldız, M. L. (2013). *Liderlik çalışmaları*. İstanbul: Beta Basım Yayım Dağıtım.
- Yukl, G. (2006). *Leadership in Organizations*, 9/e. Pearson Education India.
- Whitmore, J. (2003). *Coachingforperformance*. Nicholas Brealey Publishing.
- Whitmore, J. (2009). Business coachinginternational: Unlockingthesecretsandthepower. *Coaching: An International Journal of Theory, ResearchandPractice*, 2(2), 176-179.
- Whitworth, L., Kimsey-House, K., Kimsey-House, H., Sandahl (2008). Co-Active Coaching. *Aydın Toplum ve İnsan Dergisi*, 3(1), 57-79.

8. ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler	
Adı Soyadı	İbrahim AYDINLI
Doğum Tarihi	20.09.1984
İletişim Adresi	Başak Mahallesi Mevlana Celaletin-i Rumi caddesi 4.Etap 1.kısım A-4 blok Daire 42/ Kat:10 Başakşehir/İstanbul
E-posta	İbrahimaydinli_@hotmail.com
Yabancı dil	Yabancı dil İngilizce sınav puanı B1 düzeyindedir.
Eğitim Bilgileri (Tarih Sırasına Göre)	1-Lisans Fırat Üniversitesi -Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği (2007) 2-Yüksek Lisans(Tezli) Sakarya Üniversitesi-Eğitim Bilimleri Enstitüsü-Eğitim Bilimleri (2016) 3-Kocaeli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Spor Bilimleri Doktora Programı (2024)
Mesleki Deneyim/ İşyeri Bilgileri	1-İstanbul İl Milli Eğitim Müdürlüğü (İstanbul/Büyükşehir) Proje Koordinatörü (2019- devam ediyor) 2-İstanbul İl Milli Eğitim Müdürlüğü Proje Koordinatörü(GSB Sportif Yetenek Taraması ve Spora Yönlendirme Projesi) (İstanbul/Büyükşehir, 2017-2019) 3-İstanbul İl Milli Eğitim Müdürlüğü Eğitim Temsilcisi (MEB Dışı Kurumlar) (İstanbul/Büyükşehir, İdari Görev, 2015-2017) 4-İstanbul İl Milli Eğitim Müdürlüğü Geçici Eğitim Merkezi Koordinatörlüğü (İstanbul/Büyükşehir İdari Görev, 2015) 5-Başakşehir Anadolu Lisesi Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmeni ((İstanbul/Başakşehir, 2014) 6-Türkiye Büyük Millet Meclisi Vakfı Bingöl Fen Lisesi Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmeni (Bingöl/Merkez, 2013) 7-İMKB Fatih İlköğretim Okulu Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmeni, (Bingöl/Merkez 2008-2013)

Aldığı ödüller	1-Başarı Belgesi - (Veriliş Nedeni:Çalışkanlık - Veren Makam:Kaymakamlık) 2015 2-Başarı Belgesi - (Veriliş Nedeni:Çalışkanlık - Veren Makam:Kaymakamlık) 2020 3-Başarı Belgesi - (Veriliş Nedeni:Çalışkanlık - Veren Makam:Bakanlık) 2022 4-Başarı Belgesi - (Veriliş Nedeni:Çalışkanlık - Veren Makam:Bakanlık) 2022 5-Üstün Başarı Belgesi - (Veriliş Nedeni:Çalışkanlık - Veren Makam:Kaymakamlık) 2022 6-Maaş Ödülü - (Veriliş Nedeni:Çalışkanlık - Veren Makam:Valilik) 2022 Başarı Belgesi - (Veriliş Nedeni:Çalışkanlık - Veren Makam:Kaymakamlık) 2024
Bilimsel Etkinlikler	
Makaleler	1- Index: Emerging Sources Citation Index Acute effect of five different stretching strategies on speed and agility parameters in recreationally active women Universa Medicina, Vol. 43 No. 3, 2024 https://univmed.org/ejurnal/index.php/medicina/article/view/1596 2- Index: Emerging Sources Citation Index Comparison of Physical Activity and Leisure Benefits of Turkish and Polish Students Participating in the Erasmus Program in Poland https://www.sciencegate.com/IJAAS/2024/V11I10/1021833ijaas202410018.html 3- Aydın, İ., Huzurevi ve Yaşlı Bakımevlerinde Yaşayan Yaşlı Bireylerin Kurumlarında Yapılmasını Talep Ettikleri Etkinliklerin Belirlenmesi Üzerine Bir Tarama Çalışması, Akademik sosyal Araştırmalar Dergisi sayı 138, s. 343-353 (2023) http://dx.doi.org/10.29228/ASOS.68107 4- Aydın, İ., Ramazanoğlu, F Geleneksel Çocuk Oyunlarının Beden Eğitimi dersinde kullanılması, Akademik sosyal Araştırmalar Dergisi sayı 27, s.56-59. http://dx.doi.org/10.16992/ASOS.1227
Bildiriler	1- Aydın, İ., 7. Uluslararası Akademik Spor Araştırmaları Kongresi 7-9 Ekim Trabzon Yaşlılık Döneminde Zihinsel Egzersizin Önemi Sözel bildiri (2023) s.454-455. https://akademiksporarastirmalaridernegi.org/asad-2023/ 2-Aydın, İ.,(2016). Beden Eğitimi Dersinde Kullanılan Geleneksel Çocuk Oyunlarının Müfredata uygunluğunun değerlendirilmesi, Seminer çalışması, Elazığ, Fırat Üniversitesi Sözel Sunum (2016) 3-Aydın, İ., Liderlik akademisi, “liderliğin yeni tanımı” konferans sunumu Marmara üniversitesi İstanbul Marmara üniversitesi Teknoloji fakültesi konferans salonu (2018).
Diğer	Seminerler Kurslar 1- Özel Yetenekli Öğrencilerin Ayırt Edici Özellikleri Semineri - (2023) 2- Türk Mitolojisinin Eğitimdeki Yeri ve Önemi Semineri -(2023) 3- Uzman Öğretmenlik Eğitim Programı Semineri - (2022) 4- Fatih Projesi-Eğitimde Teknoloji Kullanımı Kursu - (2012) 5- Tören ve Kutlamalar Semineri -(2010)

	6- Okul Sağlığı Semineri – (2009) 7- Okullarda İlk Yardım-İlk Müdahale Semineri - (2008) 8- Özel Eğitim Semineri - (2008) 9- Çevreye Uyum Eğitimi Semineri - (2008)
Antrenörlükler	1- Badminton 1. Kademe Antrenörlük (2005) 2- Masa Tenisi 1. Kademe Antrenörlük (2011) 3- Beyzbol 1. Kademe Antrenörlük (2017) 4- Futsal, Hentbol (2013) 5- Atletizm federasyonu ulusal hakem: (2015) 6- Halk oyunları sertifikası (2010) 7- Geleneksel Çocuk Oyunları Eğitim Sertifikası (2013)
	1-Modern Pentatlon Federasyonu Yönetim Kurulu Üyeliği (2021- devam ediyor). 2-Ragbi Federasyonu Softball Teknik Kurul Başkanlığı (2017-2021) 3-Çeşitli Sivil Toplum Kuruluşlarında Aktif Görevler

EKLER

EK-1: Kişisel Bilgi Formu

Değerli Katılımcı,

Bu anket çalışması, Spor Yaşam Koçluğu Uygulamalarının Lise Öğrencilerinin Sosyal Beceri Düzeylerine ve Liderlik Özelliklerine Etkilerinin İncelenmesi çalışmasıdır.

Araştırmaya katılanların bütün soruları eksiksiz doldurmaları, araştırmanın sonuçlarının güvenilirliği açısından çok önemlidir. Bu nedenle lütfen bütün maddeleri dikkatlice okuyarak, doldurunuz.

“Bu çalışmaya tamamen gönüllü olarak katılıyorum ve istediğim zaman yarıda kesip çıkabileceğimi biliyorum. Verdiğim bilgilerin bilimsel amaçlı yayınlarda kullanılmasını kabul ediyorum”

Bu çalışmaya katılmayı kabul ettiğiniz ve zaman ayırdığınız için çok **teşekkür ederiz**.

Lütfen ön ve son testlerde cevaplar arası eşleştirme yapabilmem için kendinize bir takma ad belirleyiniz ve tüm çalışma süresince aynı takma adı kullanınız.

Hangi gruptasınız?

- Spor Yaşam Koçluğu Programı Uygulanan Grup
- Spor Yaşam Koçluğu Programı Uygulanmayan Grup

1) Yaş ?

2007 () 2008 () 2009 () Diğer ()

2) Cinsiyet ?

Kadın () Erkek ()

EK-2: Sosyal Becerileri Değerlendirme Ölçeği

DOĞUM TARİHİ:

CİNSİYET:

DEĞERLENDİRMEYİ YAPAN KİŞİNİN ADI SOYADI:

Her bir ifadeyi okuyarak değerlendirmeyi yaptığınız çocuğun, ilgili sosyal beceriye ne düzeyde sahip olduğunu gösteren kutucuğa çarpı (X) işareti koyunuz. Çocuğun o beceriye sahip olup olmadığını bilmiyorsanız kararsızım/bilmiyorum kutucuğunu işaretleyiniz.

İLİŞKİ BAŞLATMA VE SÜRDÜRME BECERİLERİ	Hiçbir Zaman	Bazen	Kararsızım / Bilmiyorum	Sıklıkla	Her Zaman
1. Biri ile konuşurken, karşısındakinin yüzüne bakar.	☐	☐	☐	☐	☐
2. Göz kontağı kurar.	☐	☐	☐	☐	☐
3. Karşısında konuşan kişiyi dinler.	☐	☐	☐	☐	☐
4. Karşılaştığı kişilerle uygun şekilde selamlaşır.	☐	☐	☐	☐	☐
5. Bir ortamdan ayrılırken uygun şekilde vedalaşır.	☐	☐	☐	☐	☐
6. Konuşmayı başlatır.	☐	☐	☐	☐	☐
7. Konuşmayı sürdürür.	☐	☐	☐	☐	☐
8. Gerektiğinde teşekkür eder.	☐	☐	☐	☐	☐
9. Gerektiğinde özür diler.	☐	☐	☐	☐	☐
10. Gerektiğinde yardım ister.	☐	☐	☐	☐	☐
11. Gerektiğinde soru sorar.	☐	☐	☐	☐	☐
12. Ona verilen yönergeler uyar.	☐	☐	☐	☐	☐
13. Girdiği bir ortamda uygun şekilde kendini tanıtır.	☐	☐	☐	☐	☐
14. Tanıdığı kişileri başkalarına tanıtır.	☐	☐	☐	☐	☐
15. Gerektiğinde izin ister.	☐	☐	☐	☐	☐
16. Nezaket ifadelerini uygun yerde kullanır.	☐	☐	☐	☐	☐
17. Yeni durumlara uyum sağlar.	☐	☐	☐	☐	☐
18. Paylaşma davranışı gösterir.	☐	☐	☐	☐	☐
19. Sıkıntılı görünen bir arkadaşına yardım eder.	☐	☐	☐	☐	☐
20. Dargın arkadaşlarını barıştırır.	☐	☐	☐	☐	☐
21. Gerektiğinde uzlaşma davranışı sergiler.	☐	☐	☐	☐	☐
22. İhtiyaçları için sunulan yardımı kabul eder.	☐	☐	☐	☐	☐
23. Başkalarını takdir eder.	☐	☐	☐	☐	☐

ATILGANLIK BECERİLERİ

24. Bir isteğini ifade eder.	☐	☐	☐	☐	☐
25. Başkasının isteğini uygunluğuna göre kabul veya red eder.	☐	☐	☐	☐	☐
26. Gerektiğinde davet etme davranışını sergiler.	☐	☐	☐	☐	☐
27. Düşüncelerini ifade eder.	☐	☐	☐	☐	☐
28. Gerektiğinde hayır der.	☐	☐	☐	☐	☐
29. Gerektiğinde bir başkasını ikna eder.	☐	☐	☐	☐	☐
30. Gerçeği söylemekten kaçınmaz.	☐	☐	☐	☐	☐
31. Hakkını korur ve savunur.	☐	☐	☐	☐	☐

DUYGULARA YÖNELİK BECERİLER

32. Farklı duyguları bilir.	☐	☐	☐	☐	☐
33. Kendi duygularının farkındadır.	☐	☐	☐	☐	☐
34. Diğerlerinin duygularını fark eder ve ayırt eder.	☐	☐	☐	☐	☐
35. Kendi duygularını ifade eder.	☐	☐	☐	☐	☐
36. Diğerlerinin duygularını anladığını gösterir ve bu duygulara uygun tepki verir.	☐	☐	☐	☐	☐
37. Kendini ödüllendirir ve takdir eder.	☐	☐	☐	☐	☐
38. Empati kurar.	☐	☐	☐	☐	☐

SALDIRGAN DAVRANIŞLAR VE DÜRTÜLERLE BAŞA ÇIKMA BECERİLERİ

39. Kızgınlığını kontrol eder.	☐	☐	☐	☐	☐
40. Kavgaдан uzak durur.	☐	☐	☐	☐	☐
41. Kendini saldırgan davranışlardan korur.	☐	☐	☐	☐	☐
42. Kendi isteklerini durdurur.	☐	☐	☐	☐	☐
43. Kendini sakinleştirir.	☐	☐	☐	☐	☐
44. Alay edildiğinde bununla başa çıkar.	☐	☐	☐	☐	☐
45. Hatasını kabul eder.	☐	☐	☐	☐	☐
46. Uygun olmayan dokunma ve davranışlardan kendini korur.	☐	☐	☐	☐	☐
47. Engellendiğinde anlayış gösterir ve isteklerini erteler.	☐	☐	☐	☐	☐

SORUN ÇÖZME BECERİLERİ

48. Sorunun ne olduğunu kavrar.	☐	☐	☐	☐	☐
49. Karşılaştığı sorunla ilgili çözümler üretir.	☐	☐	☐	☐	☐
50. Bulduğu çözümlerin sonuçlarını değerlendirir.	☐	☐	☐	☐	☐
51. En uygun çözüme karar verir.	☐	☐	☐	☐	☐
52. Karar verdiği çözümü uygular.	☐	☐	☐	☐	☐

PLAN YAPMA

53. Zamanını iyi planlar.	☐	☐	☐	☐	☐
54. Yaptığı planları uygular.	☐	☐	☐	☐	☐
55. Özgür (boş) zamanlarını değerlendirir.	☐	☐	☐	☐	☐
56. Organizasyon yapar.	☐	☐	☐	☐	☐
57. Bir günü veya haftayı planlar.	☐	☐	☐	☐	☐
58. Durumlar değiştiğinde yeni plan yapar.	☐	☐	☐	☐	☐
59. Zamanın farkındadır.	☐	☐	☐	☐	☐
60. Yapacağı bir işin ne kadar süreceğini öngörür.	☐	☐	☐	☐	☐

GRUPLA İLETİŞİM VE BİR İŞ YÜRÜTME BECERİLERİ

61. Bir gruba katılır.	☐	☐	☐	☐	☐
62. Kendisi bir grup oluşturur.	☐	☐	☐	☐	☐
63. Oyuna katılır.	☐	☐	☐	☐	☐
64. Grup içi kurallara uyar.	☐	☐	☐	☐	☐
65. Grup içinde iş bölümüne uyar.	☐	☐	☐	☐	☐
66. Grup içinde kendi üzerine düşeni yapar.	☐	☐	☐	☐	☐
67. Sırasını bekler.	☐	☐	☐	☐	☐
68. Başkaları ile yardımlaşır.	☐	☐	☐	☐	☐
69. Grup içinde bir etkinliği başlatır.	☐	☐	☐	☐	☐
70. Başkalarının fikirlerini anlamaya çalışır.	☐	☐	☐	☐	☐
71. Kazanmaya ve kaybetmeye uygun tepkiler verir.	☐	☐	☐	☐	☐
72. Başkalarının haklarına saygılı olur.	☐	☐	☐	☐	☐
73. Grupta reddedilmeye uygun tepkiler verir.	☐	☐	☐	☐	☐
74. Kıskançlık duygusu ile uygun şekilde baş eder.	☐	☐	☐	☐	☐
75. Beklenmedik durumlar ve krizlerle başa çıkar.	☐	☐	☐	☐	☐
76. Bilgi paylaşımında bulunur.	☐	☐	☐	☐	☐

EK-3: Gençlik Liderlik Özellikleri Ölçeği

Aşağıda yer alan ifadelere ne derece katıldığınızı, yanındaki seçenekleri kullanarak işaretleyiniz.		Hiçbir zaman	Nadiren	Ara sıra	Sıklıkla	Her zaman
MÜCADELE İSTEĞİ VE HEDEF KOYMA	1-Hedeflerime ulaşmak için çok çalışırım.					
	2-İdeallerimin peşinden koşarım.					
	3-Hayal kırıklığına uğrasam bile, ideallerim uğruna çalışmaya devam					
	4-Geleceğe güvenle bakarım.					
	5-Her durumda benim için önemli olan hedeflerimdir.					
	6-Bir işte başarıya ulaşmak için kendimi güdülerim.					
	7-Yaşadığım sorunların üstesinden gelmek için mücadele ederim.					
İLETİŞİM KURABİLMEK	8-Etkileyici bir biçimde konuşabilirim.					
	9-Benim için başkalarını ikna etmek oldukça kolaydır.					
	10-İnsanlarla kolay iletişime geçerim.					
	11-İnsanları nasıl etkileyeceğimi bilirim.					
	12-Fikirlerimi açıkça söylerim.					
	13-Bir yarışmayı yönetebilirim.					
	14-Arkadaşlarım bir karar alırken bana danışırlar.					
GRUP BECERİLERİ	15-Grup çalışmalarında görev paylaşımının önemini hissettiririm.					
	16-Gruba neyin, niçin, nasıl yapılacağını açıkça ifade ederim.					
	17-Grup çalışmasında herkesi cesaretlendiririm.					
	18-Grup çalışmalarının gidişatını olumlu yönde etkilerim.					
	19-Arkadaşlar arasında oluşabilecek çekişmeleri düzeltmeye çalışırım					
	20-Bir grup içinde güven ortamı oluşturmaya çalışırım.					
	21-Grup içindeki herkese saygılı davranırım.					
GÜVEN DUYMA VE GÜVENİLİR OLMAK	22-Arkadaşlarımla söylediklerine ve düşüncelerine değer veririm.					
	23-Arkadaşımın bir ihtiyacı varsa yardıma koşarım.					
	24-Arkadaşlarıma güvenirim.					
	25-Başkalarının güvenini kaybetmemeye önem veririm.					
	26-Arkadaşlarım sıkıntılarını bana anlatır.					
	27-İnsanlar ile samimi ilişkiler kurarım.					
	28-Toparladığım bilgilerden karar verirken yararlanırım.					
KARAR VERME	29-Vereceğim kararlar ilgisi olmayan bilgileri ayırt ederim.					
	30-Karar vereceğim zaman elimdeki seçenekleri tek tek gözden					
	31-Karar vermeden önce o konuda gerekli bütün bilgileri toplarım.					
	32-Bir sorunun sebepleri ile ilgili tahminlerde bulunurum.					
PROBLEM ÇÖZME	33-Bir sorun varsa nedenleri üzerinde ayrıntılı bir şekilde düşünürüm.					
	34-Sorunlarımı çözerken tecrübelerimden yararlanırım.					
	35-Bir sorunun çözüm yöntemlerimin tutarlı olup olmadığını anlarım.					
	36-Toplumsal sorunlarla ilgilenirim.					
SORUMLULUK	37-Ülkemi kalkındırmak için elimden geleni yaparım.					
	38-Toplumsal kurallara uyarım.					
	39-Topluma faydalı çalışmalar yapmaya çaba gösteririm.					
	40-Başkalarına zarar verebilecek davranışlardan uzak dururum.					

EK-4: MEB Anket ve Araştırma İzni



T.C.
İSTANBUL VALİLİĞİ
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

GÜNLÜDÜR

23.01.2023

Sayı : E-59090411-44-69068979

Konu : Anket ve Araştırma İzni (İbrahim AYDINLI)

KOCAELİ ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜNE
(Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü)

İlgi : a) Yenilik ve Eğitim Teknolojileri Genel Müdürlüğünün 21.01.2020 tarihli ve 2020/2 sayılı genelgesi.
b) Valilik Makamının 13.01.2023 tarihli ve E-59090411-44-69068979 sayılı oluru.

Valilik Makamının Anket ve Araştırma İzni konulu ilgi (b) oluru ve kullanılması uygun görülen ölçme araçlarının Müdürlüğümüzce mühürlenmiş örnekleri ekte gönderilmiştir.

İlgi (a) genelgenin 28. maddesinde; "Araştırma uygulama izni alan kamu kurum ve kuruluşları, uluslararası kuruluşlar, üniversiteler, sivil toplum kuruluşları ve araştırmacılar tamamladıkları bilimsel araştırma ile ilgili sonuç raporlarını, izni aldıkları ilgili birime çalışma bitiminden itibaren 30 gün içerisinde göndereceklerdir." ifadesi yer almaktadır.

Olur gereğince işlem yapılması ve araştırma sonuç raporunun ekte sunulan örneğe göre Müdürlüğümüz Strateji Geliştirme Şubesine gönderilmesi hususlarında gereğini arz ederim.

Ahmet BÜRLÜKKARA
İl Millî Eğitim Müdürü a.
Şube Müdürü

Ek:

- 1- Valilik Oluru (1 Sayfa)
- 2- Rapor Örneği
- 3- Ölçekler

EK-5: Veli Onam Formu

Sayın Veli;



Çocuğunuzun katılacağı bu çalışma, "Spor Yaşam Koçluğu Uygulamalarının Lise Öğrencilerinin Sosyal Beceri Düzeylerine ve Liderlik Özelliklerine Etkilerinin İncelenmesi" adıyla, 27/02/2023 -21/04/2023 tarihleri arasında yapılacak bir araştırma uygulamasıdır.

Araştırmanın Hedefi: Bu çalışmada dokuzuncu sınıf lise öğrencilerine yönelik uygulanacak spor yaşam koçluğu eğitim programının lise öğrencilerinin sosyal beceri düzeylerine ve liderlik özelliklerine etkilerinin incelenmesidir.

Araştırma Uygulaması: Anket / Görüşme / Gözlem şeklindedir.

Araştırma T.C. Milli Eğitim Bakanlığı'nın ve okul yönetiminin de izni ile gerçekleştirilmektedir. Araştırma uygulamasına katılım tamamıyla gönüllülük esasına dayalı olmaktadır. Çocuğunuz çalışmaya katılıp katılmamakta özgürdür. Araştırma çocuğunuz için herhangi bir istenmeyen etki ya da risk taşımamaktadır. Çocuğunuzun katılımı **tamamen sizin isteğinize bağlıdır**, reddedebilir ya da herhangi bir aşamasında ayrılabilirsiniz. Araştırmaya katılmamama veya araştırmadan ayrılma durumunda öğrencilerin akademik başarıları, okul ve öğretmenleriyle olan ilişkileri etkilemeyecektir.

Çalışmada öğrencilerden kimlik belirleyici hiçbir bilgi istenmemektedir. Cevaplar tamamıyla gizli tutulacak ve sadece araştırmacılar tarafından değerlendirilecektir.

Uygulamalar, genel olarak kişisel rahatsızlık verecek sorular ve durumlar içermemektedir. Ancak, katılım sırasında sorulardan ya da herhangi başka bir nedenden çocuğunuz kendisini rahatsız hissederse cevaplama işini yarıda bırakıp çıkmakta özgürdür. Bu durumda rahatsızlığın giderilmesi için gereken yardım sağlanacaktır. Çocuğunuz çalışmaya katıldıktan sonra istediği an vazgeçebilir. Böyle bir durumda veri toplama aracını uygulayan kişiye, çalışmayı tamamlamayacağını söylemesi yeterli olacaktır. Anket çalışmasına katılmamak ya da katıldıktan sonra vazgeçmek çocuğunuza hiçbir sorumluluk getirmeyecektir.

Onay vermeden önce sormak istediğiniz herhangi bir konu varsa sormaktan çekinmeyiniz. Çalışma bittikten sonra bizlere telefon veya e-posta ile ulaşarak soru sorabilir, sonuçlar hakkında bilgi isteyebilirsiniz. Saygılarımızla,

Araştırmacı :İbrahim AYDINLI

İletişim bilgileri :0 (506) 242 53 97, ibrahimaydinli_@hotmail.com

*Velisi bulunduğum sınıfı numaralı öğrencisi
.....'ın yukarıda açıklanan araştırmaya katılmasına için veriyorum.
(Lütfen formu imzaladıktan sonra çocuğunuzla okula geri gönderiniz*).*

...../...../.....

.....

Ek-2:Veli Onam Formu

EK-6: Etik Kurul Onayı

Evrak Tarih ve Sayısı: 09.12.2022-E.333369



T.C.
KOCAELİ ÜNİVERSİTESİ
Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu



Sayı : E-10017888-020-333369
Konu : İbrahim AYDINLI'nın Etik Kurul
Onay İsteği Hk.

SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

İlgi : 28.11.2022 tarihli, 327757 sayılı ve "İbrahim AYDINLI'nın Etik Kurul Onay İsteği Hk." konulu yazı

Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu'nun 08/12/2022 tarih ve 2022/11 no lu toplantısında alınan 16 sıra sayılı kararı aşağıda sunulmuştur.

Bilgilerinize arz ederim.

Karar No 16: Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğünün 28.11.2022 tarih ve 327757 sayılı yazısı görüşüldü. Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Spor Bilimleri doktora programı öğrencisi İbrahim AYDINLI'nın, Prof. Dr. Kürşad SERTBAŞ'ın danışmanlığında yürüttüğü "Spor Yaşam Koçluğu Uygulamalarının Lise Öğrencilerinin Sosyal Beceri Düzeylerine ve Liderlik Özelliklerine Etkilerinin İncelenmesi" başlıklı doktora tez çalışması kapsamında yapacağı anket uygulamasında, bilimsel araştırma ve yayın etiği açısından bir sakınca olmadığına oy birliği ile karar verildi.

Prof.Dr. İbrahim ŞİRİN
Kurul Başkanı

Belge Doğrulama Adresi :<https://turkiye.gov.tr/kocaeli-universitesi-ebys>

Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu Kocaeli Üniversitesi Umuttepe Yerleşkesi
41380, Kocaeli
Tel: +90 (262) 303 10 01 Faks: +90 (262) 303 10 33
E-Posta : rekiletisim@kocaeli.edu.tr Elektronik Ağ : <http://www.kocaeli.edu.tr>
Kep Adresi: kocaeliuniversitesi@hs01.kep.tr

Bilgi için: Pelin ÜNALDI DOLGUN

Raportör
Telefon No: 303 10 49