



**T.C.
NİĞDE ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI**

**BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEKOKULUNDA OKUYAN
ÖĞRENCİLERİN PROAKTİF KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ İLE ÇEŞİTLİ
DEĞİŞKENLER ARASINDAKİ İLİŞKİLERİN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**HAZIRLAYAN
Burhan ÖZKURT**

**Niğde
Haziran, 2015**

T.C
NİĞDE ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEKOKULUNDA OKUYAN
ÖĞRENCİLERİN PROAKTİF KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ İLE ÇEŞİTLİ
DEĞİŞKENLER ARASINDAKİ İLİŞKİLERİN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Hazırlayan
Burhan ÖZKURT

Danışman : Yrd. Doç. Dr. Cemal Berkan ALPAY
Üye : Yrd. Doç. Dr. Ünal KARLI
Üye : Yrd. Doç. Dr. İ. Ümran AKDAĞCIK

Niğde
Haziran, 2015

YEMİN METNİ

Yüksek lisans tezi olarak sunduğum “**Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda Okuyan Öğrencilerinin Proaktif Kişilik Özellikleri İle Çeşitli Değişkenler Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi**” başlıklı bu çalışmanın, bilimsel ve akademik kurallar çerçevesinde tez yazım kılavuzuna uygun olarak tarafımdan yazıldığını yararlandığım eserlerin tamamını kaynaklarda gösterildiğini ve çalışmanın içinde kullandıkları her yerde bunlara atıf yapıldığını belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

İmza

Burhan ÖZKURT



ONAY SAYFASI

Yrd.Doç.Dr.Cemal Berkan ALPAY danışmanlığında Burhan Özkurt tarafından hazırlanan “**Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulunda Okuyan Öğrencilerin Proaktif Kişilik Özellikleri İle Çeşitli Değişkenler Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi**” adlı bu çalışma jürimiz tarafından Niğde Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalında Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

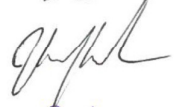
Tarih: 12/06/2015

JÜRİ :

Danışman : Yrd.Doç.Dr.Cemal Berkan ALPAY



Üye : Yrd.Doç.Dr.Ünal KARLI



Üye : Yrd.Doç.Dr.İ.Ümran AKDAĞCIK



ONAY :

Bu tezin kabulü Enstitü Yönetim Kurulu'nun Tarih ve sayılı kararı ile onaylanmıştır.

Doç. Dr. Ömer İSKENDERÖĞLU
Enstitü Müdürü

ÖNSÖZ

Yüksek lisans eğitimimin ders ve tez dönemi süresince, tüm deneyim, tecrübe ve bilgilerini paylaşarak sürekli destekleyen; katkılarını hiçbir zaman esirgemeyen danışman hocam Doç. Dr. Cemal Berkan ALPAY'a; araştırmaya ölçüm grubu olarak katılan öğrencilere ve yardımcı olan arkadaşlarıma yardımlarından dolayı teşekkür ederim.

Tezimin hazırlanış aşamasında bilgi ve birikimleri ile bana yol gösteren hocalarım Yrd. Doç. Dr. Ünal KARLI ve Doç. Dr. Fikret SOYER'e, Arş. Gör. Özkan IŞIK'a ve Okt. Emre YAMANER'e arkadaşlarım Hüseyin Fatih KÜÇÜKİBİŞ ve Abdullah POLAT'a teşekkür ederim.

Yüksek lisans eğitimim süresinde, başından sonuna kadar bana katlanan, sabırla ve özveriyle desteğini esirgemeyen sevgili eşim Hümeysra ÖZKURT'a ve eğitim hayatım boyunca sevgi ve desteklerini esirgemeyen aileme sonsuz teşekkür ederim.

Burhan ÖZKURT

ÖZET
YÜKSEK LİSANS TEZİ

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEKOKULUNDA OKUYAN
ÖĞRENCİLERİN PROAKTİF KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ İLE ÇEŞİTLİ
DEĞİŞKENLER ARASINDAKİ İLİŞKİLERİN İNCELENMESİ

Burhan ÖZKURT

Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı

Tez Danışmanı: Yrd. Doç. Dr. Cemal Berkan ALPAY

Haziran 2015, 82 sayfa

Yapılan bu çalışmada beden eğitimi spor yüksekokulunda okuyan öğrencilerin, kariyerlerine yön verirken hangi kişilik özelliklerine sahip olduklarını belirlemek ve öğrencilerin demografik özelliklerine göre kişilikleri arasındaki farklılıkları ortaya çıkarmaktır.

Araştırmanın evreni 2014–2015 eğitim-öğretim yılında Türkiye’nin 7 bölgesinden 28 Üniversite’nin Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokullarından 1., 2., 3., ve 4. sınıflarda farklı bölümlerinde öğrenim gören 847 si erkek 585 kadın olmak üzere toplam 1432 [16-47 yaş ($x = 21,61$, $ss = 2,82$), % 51,9 (847)’si erkek, % 40,9 (585)’i kadın] üniversite öğrencisi gönüllü olarak katılmıştır.

Elde edilen verilerin SPSS 18.0 programı ile analiz edildiği çalışmada, örneklem gruplarında yer alan deneklerin demografik özellikleri frekans ve yüzde dağılımlarıyla hesaplanmıştır. Proaktif kişilik özellikleri ile ilgili görüşleri frekans ve yüzde dağılımlarının yanı sıra aritmetik ortalama ve standart sapma değerlerinin tanımlayıcı istatistikleri hesaplanmıştır.

Araştırmada katılımcıların proaktif kişilik özelliklerine ilişkin görüşlerinin bireysel özelliklerine göre karşılaştırılmasında ise iki grup için bağımsız örneklem için t testi (Independent Samples t test) ikiden fazla grup için ise varyans analizi (One

Way Anova) ile test edilmiştir. Gruplar arası farklılıkların hangi grup yada gruplardan kaynaklandığının tespiti için de Tukey testi kullanılmıştır. Araştırmada katılımcıların yaşı ile proaktif kişilik özellikleri ortalamaları arasındaki ilişki Pearson korelasyon analizi ile belirlenmiştir.

Araştırma verilerinin toplanmasında, Bateman ve Crant (1993) tarafından geliştirilen ve bireylerin “Proaktif kişilik özelliklerini sorgulayan” (The proactive personality scale)’dan yararlanılmıştır. Proaktif Kişilik Ölçeği tek boyutlu olup 17 maddeden oluşmaktadır. Toplam 17 maddeden oluşan ölçek 7’li Likert türünde olup, 1-7 arasına derecelendirilmiştir. Araştırmada kullanılan proaktif kişilik ölçeğine ilişkin güvenirlik katsayısı Cronbach’s Alpha değerleri ile belirlenmiş ve 0,93 olarak bulunmuştur. Bu sonuca göre proaktif kişilik ölçeğinin güvenirlik düzeyinin yüksek olduğu istatistiksel açıdan anlamlı kabul edilmiştir. $p < 0,05$ ’in altındaki değerler istatistiksel açıdan anlamlı kabul edilmiştir.

Sonuç olarak; cinsiyet, kardeş sayısı, yaşadıkları çevre, spor branşları, anne eğitim durumu, babanın eğitim durumu, ve ankete katılan öğrencilerin gelir düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulunamazken ($p > 0,05$) spor yapma durumları, spor yaşı, başarı düzeyleri, aile gelir düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. ($p < 0,05$).

Yaş ($p < 0,05$) , pozitif yönde bir ilişki olmasına rağmen bu ilişki istatistiksel olarak anlamsız bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Beden Eğitim Öğrencileri, Proaktif Kişilik Özellikleri

ABSTRACT

MASTER THESIS

PHYSICAL EDUCATION AND THE INVESTIGATION OF RELATIONSHIP BETWEEN VARIOUS VARIABLES PROACTIVE SPORTS PERSONALITY CHARACTERISTICS OF STUDENTS '

Burhan ÖZKURT

Department of Physical Education and Sport

Supervisor: Assit. Prof. Cemal Berkan ALPAY

July 2015, 82 pages

The aim of this study is to determine which personal features, the students of the school of physical education and sports, have when making decisions about their careers and to find out the differences between their personalities according to their demographic features.

This study aims to examine the different variables with the proactive features of the students of 1st, 2nd, 3rd and 4th classes from different departments of 28 universities' physical education and sports schools in 7 regions of Turkey in the 2014-2015 Academic Year.

The research population is composed of 847 male students, 585 female students and the total of 1432 students [16-47 years old ($x = 21.61$, $SD = 2.82$), 51.9% (847) male, 40.9% (585) female] who voluntarily participated. These are the students of 1st, 2nd, 3rd and 4th classes from different departments of 28 universities' physical education and sports schools in 7 regions of Turkey in the 2014-2015 Academic Year.

The study of which obtained data were analyzed by SPSS 18.0 software, the demographic features of the subjects who took part in the sample group were calculated with frequencies and percentage distributions. As well as the opinions

about the proactive personal features and percentage distributions, the descriptive statics of arithmetic averages and the standard deviation values were calculated.

In the study, participants' opinions about their proactive personal features compared with their individuals features were tested with Independent Samples t test for 2 groups and variant analysis (One Way Anova) were tested for more than 2 groups. The Tukey Test was conducted to determine which group or groups cause the difference among the groups. In the study, the relationship between the participants' ages and the averages of proactive personal features were detected with the Pearson correlation analysis.

The proactive personality scale, which was developed by Bateman and Crant (1993) and examines individuals' proactive personal features, was utilized for collecting the research data.

The proactive personality scale is one dimensional and consists of 17 entries. The scale which consists of total 17 entries is the Likert of seven type and was graduated between 1 to 7.(1: absolute disagreement, 2: disagreement, 3: partial disagreement, 4: undecided, 5: partial agreement, 6: agreement, 7: absolute agreement.)

The scale was translated from English into Turkish by total of 3 academics, 2 of them are sports scientist who are experts on their fields and currently conducting research on sport sciences, and 1 linguist. The reliability factor regarding to the proactive personality scale, which is utilized in the study, was determined by values of Cronbach's Alpha and the result was found as 0, 93. According to that result, the proactive personality scale is considered meaningful thus its reliability rate is high in terms of statistics. The values below $p < 0, 05$ is considered meaningful in terms of statistics.

No meaningful relationship was found between, gender ($p > 0, 05$), male participants ($\bar{x}=5, 34$) female participants, ($\bar{x}=5, 36$) and their number of siblings ($p > 0, 05$), their neighborhood ($p > 0, 05$), their sport branches ($p > 0, 05$), their individual branches ($\bar{x}=5, 34$), their team branches ($\bar{x}=5,34$), their parents' educational status ($p > 0, 05$), their income status ($p > 0, 05$).

As a conclusion: although, age ($p < 0,05$) has a positive relationship, this relationship was found statistically meaningless ($p > 0,05$). Their sportive activity status ($p < 0,05$) is less than the ones who reported: ($\bar{x}=5,16$) “yes, I am in the school team” ($\bar{x}=5,40$), “yes, I am a licensed athlete in a club” ($\bar{x}=5,42$), and “yes, I am not licensed but I do sports on regular basis” ($\bar{x}=5,31$). The sport age: ($p < 0,05$) the 1-5 sport age group, ($\bar{x}=5,222$) 6-10 sport age group, ($\bar{x}=5,42$) 11 and above 11 sport age group ($\bar{x}=5,45$).

The success levels: ($p < 0,05$) the proactive personal features of students without a success degree is less than ($\bar{x}=5,26$) the students with national success degrees ($\bar{x}=5,47$) and the students with international success degrees ($\bar{x}=5,38$). Families' income levels: ($p < 0,05$) it was determined that there is a meaningful relationship between the income level of 0-1000 TL ($\bar{x}=5,19$) and 1001-2000 TL ($\bar{x}=5,40$) and more than 2000 TL ($\bar{x}=5,39$).

Keywords: The Students of Physical Education, Proactive Personality Traits

İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ	iii
ÖZET	iv
ABSTRACT	iii
İÇİNDEKİLER.....	ix
TABLolar LİSTESİ	xii
KISALTMALAR VE SİMGELER.....	xiii
GİRİŞ	1
BİRİNCİ BÖLÜM. GENEL BİLGİLER.....	5
1.1. Proaktivite Nedir?	5
1.1.1. Proaktif Kişilik ve Özellikleri.....	6
1.2. Başa Çıkma.....	9
1.2.1. Başa Çıkma Stratejileri.....	9
1.2.1.1. Proaktif Başa Çıkma.....	9
1.2.1.2. Reflektif Başa Çıkma.....	10
1.2.1.3. Stratejik Planlama.....	13
1.2.1.4. Önleyici Başa Çıkma	13
1.2.1.5. Aracı-Sosyal Destek Arayışı.....	15
1.2.1.6. Kaçınma Başa Çıkma	16
1.3. Proaktif Kişilikle İlgili Yararlanılan Yaklaşımlar	17
1.3.1. Varoluşçu Model.....	17
1.3.2. Seçim Teorisi	19
1.3.3. İlgi- Etki Alanı	22
1.3.4. Pozitif Yaklaşım.....	25
1.4. Kişiliğin Tanımı.....	24

1.4.1. Kişiliğe Etki Eden Faktörler	28
1.4.1.1. Biyolojik Faktörler	28
1.4.1.2. Çevresel Faktörler	27
1.4.1.3. Aile	27
1.4.1.4. Sosyo-Kültürel Faktörler	28
1.4.1.5. Diğer Faktörler	28
1.5. Kişilik ve Spor	29
1.6. Kişiliğin Yapısı.....	30
1.6.1. Psikolojik Nüve.....	30
1.6.2. Tipik Davranışlar	30
1.6.3. Rol-İlişkili Davranış.....	31
İKİNCİ BÖLÜM. MATERYAL METOD.....	35
2.1. Araştırmanın Amacı.....	35
2.2. Deneklerin Özellikleri.....	35
2.3. Deney Protokolü	35
2.4. Deneklere Ait Bazı Demografik Özellikler.....	35
2.5. Evren ve Örneklemi	36
2.6. Veri Toplama Araçları	36
2.7. İstatistiksel Analiz.....	36
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM. BULGULAR.....	38
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM. TARTIŞMA	51
SONUÇ VE ÖNERİLER.....	59
KAYNAKÇA	63
EKLER.....	69
ÖZGEÇMİŞ.....	71

TABLÖLER LİSTESİ

Tablo 1. Katılımcıların cinsiyetlerine göre dağılımı	38
Tablo 2. Katılımcıların yaş gruplarına göre dağılımı	38
Tablo 3. Katılımcıların yaşadıkları yerlere göre dağılımı.....	39
Tablo 4. Katılımcıların spor yapma durumlarına göre dağılımı	39
Tablo 5. Katılımcıların branşlara göre dağılımı.....	39
Tablo 6. Katılımcıların spor yaşlarına göre dağılımı.....	40
Tablo 7. Katılımcıların spor derecelerine göre dağılımı.....	40
Tablo 8. Katılımcıların kardeş sayılarına göre dağılımı	40
Tablo 9. Katılımcıların anne eğitim durumlarına göre dağılımı	41
Tablo 10. Katılımcıların baba eğitim durumlarına göre dağılımı	41
Tablo 11. Katılımcıların aile aylık gelir durumlarına göre dağılımı	42
Tablo 12 .Katılımcıların kendi gelir durumlarına göre dağılımı.....	42
Tablo 13. Katılımcıların proaktif kişilik özelliğine yönelik betimsel istatistiksel dağılımı.	43
Tablo 14. Katılımcı görüşlerinin cinsiyetlere göre karşılaştırması	45
Tablo 15. Katılımcı görüşlerinin yaş gruplarına göre karşılaştırılması	45
Tablo 16. Katılımcı görüşlerini kardeş sayısına göre karşılaştırılması	46
Tablo 17. Katılımcı görüşlerinin yaşadıkları yere göre karşılaştırması.....	46
Tablo 18. Katılımcı görüşlerinin spor branşına göre karşılaştırılması	47
Tablo 19. Katılımcı görüşlerinin anne eğitim durumuna göre karşılaştırması	47
Tablo 20. Katılımcı görüşlerinin baba eğitim durumlarına göre karşılaştırması	47
Tablo 21. Katılımcı görüşlerinin aile aylık gelirine göre karşılaştırması	48
Tablo 22. Katılımcı görüşlerinin kendi aylık gelirine göre karşılaştırması	48
Tablo 23. Katılımcı görüşlerinin spor yaş gruplarına göre karşılaştırması.....	49
Tablo 24. Katılımcı görüşlerinin derecelerine göre karşılaştırması	49

Tablo 25. Katılımcı görüşlerinin spor yapma durumlarına göre karşılaştırması	50
Tablo 26. Katılımcı yaşlarının proaktif kişilik özelliği ile ilişkisi	50

KISALTMALAR VE SİMGELER

$\bar{X}$	: Ortalama
F	: Frekans
N	:Denek Sayısı
P	: Anlamlılık düzeyi
Ss	: Standart Sapma
T	: t-değeri

GİRİŞ

Günümüzün değişen koşullarıyla birlikte hayatımıza her gün yeni kavramlar girmektedir. Bu kavramlar hayat tarzımızı, dünyaya bakışımızı, ilişkilerimizi gelecekle ilgili planlarımızı etkilemektedir. İşte bunlardan biri de, proaktif kişiliktir. Kişiye kazandırdıkları ve dolayısıyla topluma, iş yaşantılarına sağladığı avantajlar, yaşam kalitelerini arttırmadaki etkililiği, ülkemizde bu konuda yapılan çalışmaların yeterli sayıda olmaması nedeniyle proaktif kişilik araştırılmaya değer bulunmuştur.

İlk olarak proaktif kişiliğin ne olduğunu ne gibi özellikleri olduğunu bilmek gerekir. Webster's Medical Dictionary, proaktif kişiyi “problem ortaya çıktıktan sonra değil, problem oluşmadan önce mevcut durumu kontrol edebilen, uygun hamleyi yapabilen kişi olarak tanımlamıştır. Encarta World English Dictionary ise proaktif kişiyi, olayları seyreden değil, olayların içine giren, sorumluluk alan kişi olarak tanımlamıştır. Çeşitli kaynaklara bakıldığında, proaktif kişi, problem oluşmadan önce, olası sorunları görerek uygun çözümler üretebilen ve olayların içinde aktif olarak yer alan kişi olarak tanımlanmış olduğu görülmektedir.

Proaktif olmak, bir davranış özelliğidir. Olaylarda edilgen olup sonuçlardan ve başkalarından etkilenmek yerine olaylar olmadan önce olasılıkları düşünüp planlı bir şekilde harekete geçerek sonucu etkilemek, dolayısıyla başka insanların üzerinde etki sahibi olabilmek için benimsenmesi gereken bir alışkanlıktır.

Proaktivite sözcüğü, iş yönetimi literatüründe oldukça sık rastlanılan, ancak birçok sözlükte yer almayan bir sözcüktür. İnisiyatifi ele almaktan çok daha öte bir anlamı vardır: İnsan olarak, kendi yaşamlarımızdan sorumlu olduğumuzu ifade eder. Davranışlarımız, koşullarımızın değil, kararlarımızın işlevidir. Değerlerimizi duygularımızdan üstün tutabiliriz. Bazı şeylerin olması için hem inisiyatifimiz vardır, hem de sorumluluğumuz. Proaktif bireyler, dış koşullardan etkilenmezler. Onları gerçek değerler etkiler. İyi bir iş yapmak isterlerse, bunun, ortamın uygun olup olmamasıyla bir ilgisi yoktur. Proaktif kişilik, risk analizi yapan, kontrolü elden bırakmayan, yerinde ve zamanında risk alabilen, başarısızlıklarından dahi bir yaşam dersi çıkarabilen kişilik yapılanmasıyla tanımlanır. Proaktif kişilik kendisiyle barışık, öz-güveni yerinde, benlik saygısı yüksek bir kişilik örüntüsüyle karakterizedir. Bu

kişilik profilinde olanlar, “birim olarak her seçme davranışını” muhakeme ve risk analizi sonucunda gerçekleştirirler. Bilgi ve entelektüel yeteneklerini sağduyularıyla birlikte kullanırlar. Bilişsel zekâları, duygusal zekâları ve ruhsal zekâları arasında senfonik bir uyum vardır. Kaygılarını gerçeklerle yüzleştirirler. Olaylara gerçekçi yaklaşırlar. Korku ve endişelerini “gerçeklik filtresinden geçirirler. Bu kişilik örüntüleri sayesinde de yaşamın her alanında öğrenmeyi benimserler. Problemlerini ve hatalarını, yeni bir öğrenme deneyimine ve yaşantısına dönüştürürler. Bütün varoluşsal enerjilerini üst düzeyde kullanarak problemleriyle yüzleşirler. Kontrolü elden bırakmazlar. İç disiplinlerinden kopmazlar. Her ne pahasına olursa olsun, denemek ve öğrenmek taraftarıdırlar. Yanlış yaptıklarında, yanlışları üzerinden doğruyu; doğru yaptıklarında da, doğruları üzerinden mükemmeli öğrenirler. Proaktif Kişilik örüntüsüne sahip olan bireyler, kendi dışındaki problem durumu mantıksallaştırarak içselleştirirler. Gerçeklik filtresinden geçirerek problemi bu haliyle iç dünyasına kabul ettirirler. Yani, süreç onu yönlendiremez; tersine, O süreci yönlendirerek yoluna devam eder ve böylece enerji ve performansını yaşamın geneline yayabilir.

Proaktif kelimesinin en tatmin edici tanımı, bilinçli veya bilinçsiz, sonu olumlu veya olumsuz olsun yeni koşullar oluşturmak ya da mevcut koşulların seyrini değiştirmek için inisiyatif kullanmaktır. Bu tanıma baktığımızda proaktif kelimesi hakkında insanların genellikle çok yanlış bir bakış açısına sahip olduğu açıkça görülmektedir. Bu yanlış düşünce, proaktifliği sadece, istenmeyen bir sonuç ortaya çıktığında sorumluluğu kabul etmek olarak görmektedir. Oysa proaktiflik, sadece geçmişte yapılan hatayı sahiplenmek değil, asıl olarak bu hatanın telafisi için bu hatanın oluşturduğu sonuçları olumluya çevirecek önlemler veya kararlar alarak harekete geçip istenmeyen sonucu olumluya çevirmektir. Proaktif düşüncüyü uygulayabilmek için belirli bir yöntem kullanılmaktadır. Bu yöntem, olay olmadan önce bilgi toplamak, toplanan bilgiyi analiz etmek, bu analize göre bir karara varmak, kararın gerçekleştirilebilmesi için bir plan hazırlamak ve harekete geçmektir Proaktif davranış biçimini benimseyen kişiler, karşılaştıkları sonuçlar için başkalarını suçlamak yerine sonucun müsebbibi olarak kendisini görür ve sonucu değiştirmek için ne yapılabileceğini düşünür. Proaktif düşüncede olaylara olumlu bir bakış açısı şart.

Bunun içinde karşılaştığımız olay her ne olursa olsun; vereceğimiz duygu ve tepkilerin farkında olmamız gerekli.

Görüldüğü gibi proaktif olmanın temelinde düşünmek ve planlı hareket etmek yatar. Yani dikkat etmek, olasılıkları görmek, karar vermek, tedbirli olmak ve sorumluluk almak söz konusudur. Bu bilinçli ve sistemli süreç sonunda sağlam temellere dayalı olarak seçimlerini yapan kişi, belirsizlikleri ve stresi en aza indirmiş olur. Proaktif kişiler, iradelerini kullandıklarının ve sorumluluk aldıklarının farkındadır, işte bu yüzden doğru karar vermeye çalışırlar.

En basit anlamıyla; Proaktiflik, hayatta tek seçenekli, tek alternatifli olmamak, planlarımızın farklı versiyonlarına da sahip olmak demek aslında. İşin içerisinde inisiyatif sahibi olma, söz tutma, sorumluluk alma ve sonuçlardan mutlaka olumlu edinim sağlamak da var. Beklenen, olası bir zorluk için mücadele etmeye hazır olma. Olaylardan etkilenen olmak yerine, olayları etkileyen kişilerdir.

Proaktif kişinin vizyonu vardır. Belirli hedeflere ulaşmak için uğraşmak hayatı anlamlı kılar. Sürekli gelişmeye inanır ve bu yönde uğraşır. Kendi kendilerine bir misyon yüklemişlerdir. Proaktifliğin temel öncülerinden biri proaktif kişiliktir. Bu özelliğe sahip bir kişilik, koşullar ne olursa olsun kişisel inisiyatif almaya eğilimli olmakla ilgili kalıcı bir kişilik özelliğidir.

Proaktif yaklaşım dikkat ve düşünceye sevk ettiği için, bu yaklaşıma sahip olan kişiler fırsatları başkalarından önce görme ve değerlendirme şansına sahiptirler. Yeni koşullara uyum sağlamada yeteneklidirler. Sistematik düşünce yapıları nedeniyle hedeflerini kolay belirler ve sonuca ulaştırırlar.

Böyle bir düşünce yapısı ve davranış tarzı; bizi hayata karşı daha olumlu ve güçlü yapıyor elbette, amacımız da bu değil mi zaten? Yaşamla uyum içinde olmak, daha kaliteli, daha saygın yaşamak. Proaktif düşünebildiğimizde olayların kontrolü elimizde farkındalığımızla elimizdeki seçenekleri en doğru şekliyle değerlendirmemiz mümkün olabilir.

Araştırmada psikolojik terimlerin pek çok çeşidinden yola çıkılmıştır. Temelde, Covey'in "proaktif kişilik" tanımlamasından yararlanılmıştır.

Yapılan bu çalışmada beden eğitimi spor yüksekokulunda okuyan proaktif kişiliğe sahip olan öğrencilerin proaktif kişilik özelliklerinin belirlenmesi çeşitli değişkenler ile proaktif kişilik özellikleri arasındaki ilişkiler incelenmiştir.

BİRİNCİ BÖLÜM

GENEL BİLGİLER

1.1. Proaktivite Nedir?

R.Covey, Henry David Thoreau'nin ünlü sözü "insanların yaşam düzeyini bilinçli çabayla yükseltme konusundaki tartışma götürmez yeteneğinden daha cesaret verici bir gerçek bilmiyorum" derken insanları hayvanlardan ayıran öz bilinç ya da kendi zihinsel sürecimizi düşünebilme yeteneğinden bahsederek bazı alışkanlıkların insanların doğasında bulunduğunu vurgulamaktadır. Covey'in "Etkili insanların 7 Alışkanlığı" kitabında ilk alışkanlık olarak söz ettiği proaktivite iş yönetimi literatüründe oldukça popüler bir yere sahiptir. Kısaca, inisiyatifi ele almak olarak düşünülen proaktivite yaşamda başarının anahtarı olabilecek daha bir özelliği de içerir. Proaktif bireyler, insan olarak kendi yaşamlarından sorumlu olduğunu, davranışlarının oluşumunu koşulların değil, kararlarının sağladığının farkındadır. Değerlerini duygularından üstün tutabilirler. Bazı şeylerin olması için hem inisiyatifi ele alırlar hem de bu iş için sorumluluk duyarlar. Sorumlu olduğunu bilmesi ise diğer bütün alışkanlıkların temelidir.

Proaktivite, isteklendirme ve hareketleri ima eden bir kişilik özelliğidir, çevresinde değişime neden olacak bir etki yaratmak için harekete geçen insanları tanımlar (Baltas,2005).

Proaktivite insan olarak, kendi yaşamlarımızdan sorumlu olduğumuzu ifade eder. Yaşamlarımız bir koşullandırma ve koşullar işleviyse, bunun nedeni, bilinçli bir kararla da ihmal sonucu kendi denetimimizi bu etkenlere teslim etmeyi seçmiş olmamızdır. Bu tür bir seçim yaptığımızda reaktif (tepkisel) oluruz. Reaktif insanlar ise toplumsal çevrelerinden etkilenirler.

Covey (1997), proaktif olmayı; "koşullara, duygulara dayanan tepkiler yerine değerlere ve prensiplere dayanan davranış yeterliliğine sahip olmak" şeklinde tanımlamıştır.

Proaktif olmak, bireyin çevreyi doğrudan değiştirmek için bir hareketi başlatma ve sürdürme eğilimidir. Proaktif özelliklere sahip kişiler, koşullar tarafından kısıtlanmaya razı olmaz: fırsatları fark eder, inisiyatif kullanarak harekete geçer ve istediğini elde edinceye kadar sebat eder.

1.1.1. Proaktif Kişilik ve Özellikleri

Proaktif birey içsel ve dışsal kaynakların yeterliliğine inanır. Malzeme, hizmet ve insanlar dışarıdadır ve ulaşabilecekleri amaçları desteklemede etkili olabilirler. Örneğin: zekâ, cesaret ve güç amaçları başarmada ve devamının gelmesinde etkili olur.

Proaktif kişilik yapısı, kişilerin kendi davranışlarıyla çevrelerini ve olayları etkileyebileceklerini ve bunlardan etkilenebileceklerini savunan etkileşimsel çerçeveden ortaya çıkmıştır (Bateman, Crant, 1993 ve Bowers, 1973). Proaktif kişiliğin ilk örnekleri koşullar gereği zorlanarak, doğal olmayarak; fırsatları keşfeder ve değerlendirmek üzere harekete geçer, sorumluluk alır ve anlamlı bir değişim olana kadar azimle devam eder (Crant,2000).

Proaktif davranış modelinde, proaktif kişilik; (Crant,2000) kişisel yeterlilik düzeyi(Parker, Sprigg, 1999), bireysel girişimcilik ve kontrol (Frese, King, Soose,Zempel,1996), gibi birçok bireysel farklıktan bir tanesi olarak görülür. Gelişim sahaları belirlemek, durumla başa çıkmak ve daha iyi koşullar yaratmak proaktif davranışla doğrudan ilgilidir. Bu model göre organizasyon kültürü ve yönetim gücüne sahip olmakta proaktif davranış olarak açıklanır. Bu gibi davranışların sonuçları ise iş performansı, kariyer başarısı, tutum ve rol netliği ve duyguların kontrolü gibi çıktılar elde edilmesini sağlar.

Bateman ve Crant'a göre (1993) proaktif kişilik, kişiliğin dışadönüklük, bilinç, başarı ihtiyacı ve ekstra öğrenim faaliyetlerine katılma, değişimi yansıtan kişisel başarılar liderlik becerilerini içeren davranışsal çıktılarla ilişkilidir. Proaktif kişiler, farklı aktivitelere katılma, başarılı değişimler gerçekleştirme ve beklentilerin ötesine gidebilme konusunda çok iyi performans gösterirler. Proaktif kişilikte de motivasyonda olduğu davranışsal eğilimlerin içten geldiği düşünülmektedir (Turner,1997).

Kişisel gelişim literatüründe, Antonacopoulou (2000) kişisel sorumluluğun bir parçası olarak seçim ve istekli olmanın altını çizmiştir. Bir işin gerçekleşmesi için, bireyin isteklilik ve kararlılık göstermesi, o bireyin kendi gelişiminden sorumluluk alması anlamına gelir. Bu durum da proaktif kişiliğin çevresinde olup bitenleri kabullenmek yerine; hamle yapma ve durumu kontrol altında tutma özellikleriyle ilişkilidir.

Proaktif kişiliğe sahip yeni işe başlayan bireyler, iş ve çevreleri hakkında daha fazla bilgi edinme isteği içindedir.

Proaktif davranış, bireyin kendisi ve çevresinde gelişim sağlayabileceği zengin bir değişimdir. Bu değişim sorumluluk, değer ve vizyon gibi çeşitli özellikleri içerir.

Proaktif kişiler kendi davranışları sonucunda şartları değiştirebileceklerine dair bir inanç taşırlar. Bu nedenle girişimci eylemlere doğru yönelirler. Proaktif olmayan kişiler ise kendilerini rüzgâra bırakır, rüzgârın onlara insafı davranması için dua eder ve başarılarını suyun üstünde tutmaya çalışırlar.

Proaktif birey, kendi gelişimi için sorumluluk alır. Yaşam dışsal güçler tarafından tamamen belirlenemez, fakat seçim yapılabilir. Sonuçları değiştiren her davranış da proaktif davranış değildir. Sonuçları rastlantısal olarak değiştirmek, gerçeğin kendisini değil algılanışını değiştirmek, ya da eylemlerin sayısını artırmak proaktif davranış sayılmaz. İnsanların “bilerek, isteyerek ve doğrudan doğruya yeni koşullar oluşturmalarıyla da mevcut durumu değiştirmeleri” gerçek proaktif davranıştır. Covey, insanların proaktif olması gerektiğini söylemiştir; yani, çalışmaya odaklanmalı, dikkatli olmalı ve davranışlarımızın ilerideki sonuçlarını düşünmeliyiz.

Proaktif bireyler, gerçek değerleri işler. Başkalarının davranışları çevreleri tarafından belirlenirken, proaktif bireyler kendi gerçek değerlerini unutmaz, bundan dolayı kendi eylemlerinin seçimini kendileri yaparlar. Proaktif bireyin bir vizyonu vardır. O amaçlarına ulaşmak için vizyonunu belirlemiştir ve bunun için çalışarak yaşamının anlamını yaratır. Örneğin politikacılar, iş adamları, öğretmenler, sporcular başkaları ile çekişme hayali kurabilirler fakat bunlar hayal değildir ve onlar olabilecek şeyleri hayal ederler ve kendi vizyonları ile amaçlarını ortaya koyarlar (Schwarzer ve dig.1999).

Proaktif davranışta zorlanan kişiler başarıyı; sıkışık bir iş takvimine uymak, bir projeyi bütçesinin altında bir maliyetle tamamlamak, işte ya da sporda bir yarışma kazanmak olarak tanımlarlar. Ancak bu davranışlar bir değişimi içermez. Buna karşılık proaktif kişiler ya kendi işlerini kurarlar ya bir değişime önderlik ederler ya da büyük kuruluşların içinde girişimci faaliyetlerde bulunurlar. Aynı zamanda çevrelerinde yaşam kalitesini artıracak sivil toplum faaliyetlerinde bulunurlar. Bu tür kişiler başarıyı geleceğe yönelik ve değişim yaratmakla eşanlamlı görür.

Covey, kendi proaktif derecemizi kavramanın mükemmel bir yolu olarak, zaman ve enerjimizin odak noktasına bakmak olduğunu söylemiştir. Proaktif insanlar, çabalarının ortak noktası olarak etki alanını seçerler. Onlar bir şeyler yapabilecekleri işlerin üzerinde çalışırlar. Enerjilerinin doğası pozitifdir. Büyüyen ve mükemmelleşen enerjileri, etki alanını da genişletir. Diğer yandan reaktif insanlar, çabalarına odak noktası olarak ilgi alanını seçerler. Dikkatlerini başkalarının zayıflıklarına, çevredeki sorunlara ve denetleyemedikleri koşullara verirler. Seçtikleri odağın sonuçları suçlayıcı davranışlar, reaktif bir dil ve gitgide artan bir yenilmişlik duygusu olur. O odaktan yayılan bir negatif enerji, bir şeyler yapabilecekleri alanları ihmal etmeleri ile birleşince, etki alanı da küçülür (Covey,1998).

Proaktif kişiler, değişimi tasarlamak ve başlatmakla kalmaz, sonuna erdirir ve başarır. Notre Dame işletme otoriteleri proaktif kişiyi; amaca ulaşmak, başarılı olmak için yapılması gereken şeyleri gerçekten çaba sarf ederek elde etmeye çalışan olarak tanımlamaktadır (Baltas,2005).

Prof. Dr. Michael Crant göre proaktif kişi, girişimci, harekete geçen ve belirlediği hedefe ulaşmak, değişimi gerçekleştirene kadar yılmadan devam eden kişidir.

Ash& Black (1996) yeni işe başlayanların daha fazla bilgi arayışı, iletişim isteği, işteki değişimleri sorgulamak gibi proaktif davranış özellikleri gösterdiğini saptamışlar. Bu proaktif davranış gösteren bireylerin isteki performanslarının ve tatmin düzeylerinin daha yüksek olduğu yapılan araştırmalarda saptanmıştır. Proaktif olmak, öğrenmeye daha fazla motive olma, daha başarılı ve sonucunda da daha iyi kariyer başarısına sahip olmayı sağlar. Proaktif kişiliğe sahip bireyler olarak kişisel katkılarıyla çevrelerinde de olumlu değişimleri gerçekleştiren davranışlar sergilerler.

1.2. Başa Çıkma

Stres verici olaylar ya da olumsuz etkilerini en aza indirmek için ya da tümüyle ortadan kaldırmak için bazı bas etme tutumlarını kullanmak evrensel bir tutumdur. “ Başa çıkma”, bireyin kendisi için stres oluşturan olay ya da etkenlere karşı direnmesi ve bu durumlara karşı dayanma amacıyla gösterdiği bilişsel, duygusal ve davranışsal tepkilerin tümü olarak tanımlanabilir. Söz konusu tutumlara karşı kişinin kullandığı başa çıkma tutumları yaş, cinsiyet, kültür ve hastalık gibi çok çeşitli etkenlere bağlı olarak değişebilir ve bireye özgü bir nitelik taşımaktadır.

Folkman (1984) tarafından başa çıkma; stresli etkileşim yoluyla yaratılan içsel dışsal istekleri kontrol etmek ya da azaltmak için yapılan bilişsel ya da davranışsal çabalar olarak tanımlanmaktadır.

Baş a çıkma çabaları, bireyin davranışları ile çevresel talepler arasında bir aracıdır ve strese karşı onun etkilerini en aza indirmede bir tampon görevi göstermektedir. Baş a çıkma stratejileri ya durum üzerinde doğrudan etki göstererek (problem odaklı baş a çıkma) ya da duygusal tepkiler yöneterek (duygusal odaklı baş a çıkma) işlev göstermektedir. Ancak probleme yönelik baş etme stratejilerinin daha uyumlu, kişiyi daha çok geliştirici; duygulara yönelik stratejilerinin ise uyumsuz, savunucu ve gelişimi Engelleyici Olduğuna İlişkin Yaygın Bir Görüş Bulunmaktadır.

1.2.1. Başa Çıkma Stratejileri

1.2.1.1. Proaktif Başa Çıkma

Brandstadter ve Wentura (1995) proaktif baş etmenin geleneksel baş etme kavramlarından 3 şekilde farklılık gösterdiğini belirtmişlerdir. Birinci farklılık geleneksel baş etme yöntemleri stres yaratan olay meydana geldikten sonra geçmişte alınan yarayı kapatmak ya da daha fazla zarar görmemek için reaktif olarak baş etmeyi ön görmektedir; proaktif baş etme ise daha çok gelecek odaklıdır. Hedefe ulaşmayı kolaylaştıracak ve kişisel gelişimi sağlayacak kaynak üretmeye yönelik çabaları içerir. İkincisi, reaktif baş etmede risk yönetimi, proaktif baş etmede ise hedef yönetimi söz konusudur. Proaktif baş etmede insanların vizyonu vardır.

İlerideki riskleri, talepleri ve fırsatları görür ancak bunları tehdit, kayıp ya da zarar olarak algılamaz. Onun yerine zor durumlara meydan okumayı tercih eder.

Proaktif başa çıkmada bireyin farkındalık bilincinin oluşması gerekmektedir. Öncelikle olaylar birey tarafından algılanır. Olayları sorun haline getirmez, sorun haline gelmiş bir olayı çözmektense, sorun haline gelmeden engellemeye çalışır. Bunu sağlamak için duruma uygun stratejiler geliştirir ve olaylarda aktif olarak rol alır. Kontrolün kendisinde olmasını ister, tüm sorumluluğu alır.

1.2.1.2. Reflektif Başa Çıkma

İngilizce “reflection” kelimesinin, felsefe sözlüğündeki Türkçe karşılığı, “refleksiyon / düşünüm” olarak belirtilmekte ve değişik şekilde yapılan tanımlarından birinde refleksiyon "insanın tüm düşüncelerini bir problem üzerinde yoğunlaştırması; kişinin bir şeyi ayrıntıyla, etraflıca düşünmesi, irdelemesi” olarak ifade edilmektedir (Cevizci, 2000).

Reflektif kelimesi, aktif, ısrarlı, bilinçli ve sistematik olarak düşünme demektir. Birey işe başlamadan önce, iş sırasında ve iş bittikten sonra bilinçli ve sistematik olarak düşünür. Reflektif düşünme modeli 1980’li yıllarda ortaya çıkmasına rağmen aktif olarak 1990’lı yıllardan sonra yaygın olarak kullanılmaya başlanmıştır. Bu modelin çalışma prensibi John Dewey’in “Nasıl Düşünürüz” adlı eserine dayanmaktadır. Dewey’in düşünceleri Schön tarafından genişletilerek yaygınlaştırılmaya çalışılmıştır. Daha sonraki yıllarda ise akademisyenler arasında oldukça popüler bir yaklaşım olmuştur. Schon yansıtıcı uygulamayı, “alanında uzman profesyonel uygulayıcıların, uygulamada karşılaştıkları sorunlarla uğraşma süreci” olarak tanımlamaktadır.

Birey herhangi bir sorunla karşılaştığı zaman öğrenmiş olduğu kuramsal bilgi ve deneyimsel bilgiyi göz önüne alarak, sorunu ortadan kaldırmak için aktif, ısrarlı, sistematik bir biçimde düşünerek refleksiyon yapar.

Schön’e göre refleksiyon, problem oluşturma ve problem çözme gibi iki önemli unsuru içermektedir. Problem oluşturma, kuramsal bilgilerin ya da kuralların takip edilmesiyle ortaya çıkmaz. Aksine, problemleri özel durumlar içerisinde fark

etme, anlama ve bunları çözülebilmesi için sistemli olarak problem hâline getirmeyi içermektedir. Problem çözme ise, oluşturulan problemleri kuramsal bilgiler, uygulamadan ortaya çıkan bilgiler ve etraflıca düşünmeyle ortadan kaldırmaya çalışmayı içermektedir (Ekiz,2003).

“Sonunu düşünerek işe başlamanın en temel uygulaması; bugüne, yaşamın sonunun bir hayali sahnesi ya da paradigmasıyla başlamaktır. Bunu, başka her şeyin tartıldığı bir ölçüt ya da değer yargıları haline sokmaktır. Böylece yaşamın her günü, bir bütün olarak yaşantıyla ilgili uzak görüşe (vizyona) anlamlı bir katkıda bulunur. Önemli şeyler hakkında yapılacakların gerçekten etkili olması için, sonunu düşünüp işe öyle başlamak gerekir.

“Sonunu düşünerek işe başla”, her şey iki defa yaratılmıştır ilkesine dayanır. İlk yaratım zihinsel, ikinci yaratım fiziksel boyutta oluşur. Bu ilke bütün isteklerin gerçekleşmesi için uygulanılabilir. Örneğin bir ev yapımı hakkında, önce evin taslağı, planı çıkartılır, sonra imar aşamasına geçilir. Sonunu düşünerek işe başlama derecesi, başarılı bir iş yaratıp yaratılmayacağını belirler. İki yaratım ilkesini anlar ve her ikisinin sorumluluğunu da üstlenirsek, etki alanı içinde hareket eder ve bu alanın sınırlarını genişletiriz.

Kişisel yaşantımızda öz bilincimizi geliştiremez ve ilk yaratımların sorumluluğunu üstlenemezsek, bu ihmalimiz yüzünden Etki Alanımızın dışındaki diğer insanlara ve koşullara, yaşantımızın önemli bir bölümünü biçimlendirme yetkisini vermiş oluruz. Bizler ya kendi proaktif modelimizin ikinci yaratımı ya da başkalarının programların, koşullarının ya da eski alışkanlıkların ikinci yaratımı oluruz. Liderlik ve Yönetim; iki Yaratım: Liderlik, yöneticilik değildir. Yöneticilik ikinci yaratımdır. Yöneticilik işleri doğru dürüst yapmaktır. Liderlik ise doğru olanı yapmaktır.

Yeni Senaryo: Kendinizin Birinci Yaratıcısı Olmak: proaktivite, insanlar özgü bir yeti olan öz bilince dayanır. Buna ek olarak, proaktivitemizi genişletmemizi ve yaşamımızda liderlik yapmamızı sağlayan, yine insanlara özgü iki essiz yeti ise hayal gücü ve vicdandır. Hayal gücümüzden yararlanarak en derin değerlerimize ve bu değerlere anlam kazandıran doğru ilkelere uyan daha etkili yeni senaryolar üretmek bizim sorumluluğumuzdur. Ayrıca vicdan sahibi olduğumuz için uyguladığımız

senaryoların uyumsuzluğunu fark edip değişim yaratabiliriz. Kişisel Misyon Bildirimi: Sonunu düşünerek ise başlamakla ilgili en etkili yol, bir kişisel misyon bildirimi, felsefesi ya da inancı geliştirmektir. Burada odak noktası, ne olmak istediğiniz (karakter) ve ne yapmak istediğiniz (katkı ve başarılar) ile olmanın ve yapmanın temelindeki değerler ya da ilkelerdir.

Kişisel bir misyon bildirimi yazmak için, en temel paradigmalarımızı kapsayan Etki Alanımızın merkez noktasından, dünyaya bakış açımızı oluşturan o mercekten bakmamız gerekir. Yaşantımızın merkezindeki herhangi bir şey, güvenlik, rehberlik, bilgelik ve gücümüzün kaynağını oluşturur. Bu dört etken; yani güvenlik, rehberlik, bilgelik ve güç birbirlerine bağımlıdır. Bu dört etken bir arada bulunduğu, birbirini canlandırdığı ve uyum sağladığı zaman soylu bir kişiliğin, dengeli bir karakterin, mükemmel bir şekilde bütünleşmiş bir insanın müthiş gücünü yaratır (Motivasyoncu,2005).

1.2.1.3. Stratejik Planlama

Stratejik planlama bireyin nereye ulaşması gerektiğinin ve bu amacına en iyi hangi şekilde ulaşacağının belirlendiğı kapsamlı bir süreçtir. Birey, sahip olduğı tüm potansiyeli değerlendirir ve kişisel hedeflerini bu hedeflere ulaşmak için gerekli kaynak ve eylemlerle belirgin şekilde ilintilendirir.

Stratejik planlama, “Şu anda neredesiniz?”, “Nereye gitmek istiyorsunuz?” Ve “Orayanasıl ulaşmayı düşünüyorsunuz?” sorularının cevaplarını içerir.

Yogi Berra “Gittiğiniz yeri bilmiyorsanız, dikkatli olmanız gerekir, çünkü oraya ulaşamayabilirsiniz” demiştir. Sürekli değişen çevresel faktörlere bağılı olarak, bireylervar olabilmek için belirledikleri hedefler doğrultusunda çalışmalarına yön verecek planlamalar yapmalıdırlar.

Planlama, bir amacı gerçekleştirmek için en iyi hareket seklini seçme ve geliştirme niteliğı taşıyan bilinçli bir süreçtir. Planlama amaçlara ulaşmada, tüm çalışmaların ilk basamağını oluşturur. Ayrıca, yol gösterici niteliğıyle, uzun vadeli amaçlarla ilgili olan strateji kavramıyla da yakından ilişkilidir. Stratejik bir planlamanın yapılmaması, amaç ve izlenecek yolun bulanık olmasına neden olur.

Stratejik planlama; güçlü yönlerinizle, önünüze çıkan fırsatlar arasındaki uyum sürecidir. Stratejik planlamayı sahip olduğunuz güçlü yönlerinizle, önünüze çıkan fırsatlar arasındaki uyum süreci olarak tarif etmek mümkündür. Bu hedefe ulaşabilmek için ise çevre koşullarını tespit etmek, iyi algılamak ve analiz ederek işe uyarlamak gerekmektedir. Ayrıca, bireyin güçlü ve zayıf olduğu boyutları iyi algılanması, net bir misyonun üzerinde hareket edilmesi ve hedeflerin çok belirgin olması gerekmektedir. Bu detayda bir algılamayı gerçekleştirebilmek tahmin edilenden daha yoğun bir çalışma gerektirir (Yapı Kredi Bankası,2005)

1.2.1.4. Önleyici Basa Çıkma

Önleyici çalışmalar bireyin dönemsel ihtiyaçlarına uygun olarak planlanır. Çalışmalar olaylar olmadan önce yapılır. Birey, gelecekteki bütün plan ve gereksinimlerden sorumluluğunu yüklenir, kendi gereksinim ve duygularının farkında olmayı sürdürüp ve üzerlerinde kontrol sağlar. Sorunların ortaya çıkmasını azaltmaya yöneliktir. Risk etmenlerini azaltıp, koruyucu etmenleri arttırmaya yönelik çalışmadır. Sistematik ve programlı bir çalışmadır.

Problem durumları belirledikten sonra bunlardan bazıları değiştirilebilir ve kontrol edilebilir, bazıları da kontrolünüz dışında kalır ve yalnızca kabullenilmeyi ve katlanılmayı gerektirir. Kontrol edilebilir ve değiştirilebilir problemlerle başa çıkmak için tasarlanan stratejiler, probleme odaklanan bir yaklaşım tarzını gerektirir. Bu da problem yaratan durumla mücadele etmek anlamındadır. Diğer deyişle problemi yaratan durumun değiştirilmesine, kontrol edilmesine çalışılır.

Değiştirilmesi pek mümkün olmayan durumlar karşısında ise o duruma gösterilen duygular ve tepkiler üzerinde çalışılır. Bu duyguları kontrol etmek ve değiştirmek için uğraşılır.

Kontrol Edilebilir Durumlarda Kullanılabilecek Yöntemler: Stres kaynağının zayıflamasına ya da ortadan kalkmasına yardım edecek şekilde probleme odaklanan yöntemlerdir.

Davranışsal yöntemler:

1. Yapmak istediğiniz bir işi önceden planlamak ya da düzenlemek.

2. Sorunları çözümlmek için bilgi istemek.
3. Yardımcı olabilecek kişilerle konuşmak.
4. Stres yaratan kişiyle yüzleşmek.
5. Stresi ateşleyen durumlardan kaçınmak.
6. Başa çıkmayı teşvik için ortam yaratmak.
7. İstenen davranışı başarmak için kendi kendine anlaşıma yapmak.

Bilişsel yöntemler:

1. Başa çıkmak için kendinizle olumlu diyalogda bulunmak (olumlu, hedefe yönelik düşünceler).
2. Zihinde canlandırma (kendinizi durumla başa çıkarken canlandırmak).
3. Gerçekçi olmayan inançlarla savaşmak (kendinizle neyin mantıklı ve gerçeğe dayalı olduğu üzerinde tartışmak).

Kontrol Edilemeyen Durumlarda Kullanılabilecek Yöntemler:

Yaşadığınız stres tepkinizi azaltmak ve duruma daha kolay katlanabilmenize yardımcı olmak için duygularınıza odaklanan yöntemlerdir.

Davranışsal Yöntemler:

1. İnsana acı çektiren şeyleri hatırlatan durumlardan kaçınmak
2. Gerilimi azaltmak için fiziksel egzersiz yapmak
3. Kas gevşetme, zihinsel dinginlik ve derin nefes egzersizleri yapmak
4. Boş zamanlarda keyifli etkinliklerde bulunmak
5. Sosyal destek.

Bilişsel yöntemler:

1. Endişe yaşadığınız süreyi sınırlı tutmak.
2. Yeniden değerlendirme: olayların iyi taraflarını aramak.
3. Aklınıza olumsuz düşünceler geldiğinde bunları durdurmak.
4. Kendi durumunuzun diğer insanlarla olumlu karşılaştırmasını yapmak (Taş ve Sakarya, 1998).

1.2.1.5. Aracı-Sosyal Destek Arayışı

Bireyin her hangi bir sorunla karşılaştığında başka birinden fikir alıp onu da işin içine katarak, düşüncelerini öğrenip karşılanmamış gereksinimlerini bulup çıkarmaya uğraşmasını aracı sosyal destek çerçevesinde ele alınabilir.

Sosyal destek, “insanın stresli bir olaya egemen olmasını ve onunla başa çıkmasını kolaylaştıran sosyal çevreden gelen bir geri bildirimdir (Caplan ve Killilea,1976).

Sosyal destek türlerini sınıflandırma konusunda çeşitli görüşler vardır; bunlardan bazıları duygusal sosyal destek, bilgisel sosyal destek ve elle tutulur sosyal destektir (Beril,1994).

Bu destek türleri zaman zaman birbirini kapsayan nitelikleri taşır. Araştırmada duygusal sosyal destek ile incelenmektedir. Duygusal sosyal destek, bir bireyin sevildiğini ve insan olarak değerli bulunduğunu hissetmesine yol açan davranışları içerir (Beril,1994).

Duygusal sosyal destek bireyin yaşam kalitesinin düşmesini engellemek ve onlara değer verildiğini hissettirmek bakımından önemlidir.

Sosyal destek, destek gereksinimleri, erişilebilir kaynaklar ve doyumu içeren çok boyutlu bir yapı olarak tanımlanmaktadır. Bunlara ek olarak, sosyal destek, temas halinde bulunulan kişi sayısı ve bunların türü, ilişkilerin işlevsel içeriği, algılanan niteliği ya da desteğin yeterliliği olmak üzere kişiler arası ilişkilerin çeşitli boyutlarına işaret etmektedir. Doğrudan etki modelleri, sosyal desteğin sağlık durumunu geliştirdiğini, benlik saygısını güçlendirdiğini ya da algılanan kontrol duygusunu artırdığını kabul etmektedir. Diğer taraftan strese karşı bir kalkan olarak kabul eden modeller, bir kişi tehdit altında kaldığı zaman, sosyal desteğin bilgi düzeyini, duygusal iyilik halini artırdığını ya da somut kaynakların sağlık üzerinde olumlu etkileri bulunduğunu vurgulamaktadır. Desteğin işlevsel boyutlarına ek olarak, destek ilişkilerinin yapısının sağlıkla ilgili doğurguları bulunmaktadır. Desteğin yapısal parçaları, sosyal temasların sıklığı, destek kaynağı olan ilişkiler, karşılıklı destek fırsatı ve bireylerin destekleyici ilişkilere bütünleşmesi şeklinde sıralanabilir.

Desteklenmiş olduğunu hissetme duygusu kurulan sosyal temastan çok daha fazla faktör tarafından belirlenmektedir Duygusal destek, benlik saygısı, kendilik değeri ve ait olma duygusu üzerinde olumlu etkileri olan rahatlatma, duygulanım ve desteklemeyi kapsamaktadır. Bilgi sağlayıcı destek, tavsiye verme ya da güncel bilgi sunma gibi, kişilerin problemi anlama, yorumlama ya da onunla baş etmesine yardımcı olabilir. Son olarak, materyal sağlama, yardım etme ve hizmet sunmanın pratik işlevleri vardır ve desteğin araçsal boyutunu oluşturur. Her üç destek türünün de bireylerin psikolojik uyumunu artırdığı söylenebilir (Duyan,1999).

Tükenmişlikle sosyal destek arasındaki ilişki incelendiğinde de, sosyal desteğin tükenmişliğe karşı bir tampon görevi gördüğüne işaret etmektedir. Sosyal destek kaynaklarından yararlanmak tükenmişliği azaltan, sosyal destek kaynaklarından yoksun olmak ise tükenmişliği arttıran bir faktör olarak bulunmuştur. Yakın, devamlı, ulaşılabilir bir aile ve dost çevresine sahip olmanın, bireye güven veren ve destekleyen nitelik taşıdığı için tükenmişlik riskini azalttığı görülmektedir (Tevrüz,1996).

1.2.1.6. Kaçınma Başa Çıkma

Her durumda, yaşanan çatışmayı ortadan kaldırmanın en doğal yolu çatışmadankaçınılmasıdır. Bu yöntem ile sürekli ve etkin çözümler sağlanamasa bile bazıkoşullarda çatışmanın ortadan kaldırılması için uygun bir yöntemdir. Bu tutum ya da davranış çatışmaya neden olan etkenlerin ya da çatışmanın kendisinin görmezlik gelinmesi ile ilgilidir. Kaçınma yöntemi ilk olarak çatışmanın yaşandığı ortamın fiziksel olarak terk edilmesiyle uygulanabilmektedir. Diğerleri ise, fikir belirtmeksizin tarafsız kalmak ve konuyla ilgili yetersizliğin gizlenmesidir.

Kişi sorunun bilinçli olarak dayanılamayan acı veren ve rahatsız eden istek, gereksinim duygu ve düşünce gibi yönlerinden uzaklaşmak için, olayın varlığını kabul etmez, önemsemez, bunlarla ilgili bilgi edinmekten kaçınır, görmezden gelir. Başlangıçta bu durum kişinin hissettiği sıkıntıyı azaltsa da, olaya yönelik gerekli tedbir ve çareleri planlamayıp zarar görmesine ve gerçeklerden uzak kalmasına yol açabilir (Bakım,2006).

Kaçınma yönteminin en çok tercih edildiği durumlar, çoğunlukla çatışmaya giren taraflar arasında çıkar birlikteliğinin ve bağımlılığın olmadığı durumlardır. Bağımlılığın olduğu durumlarda ise bu durum, kayıtsızlık, soyutlanma ve çekilme gibi yollarla ortadan kaldırılabilmektedir. Kayıtsızlık ise, çatışma içine giren tarafların birbirlerine bağımlı oldukları durumlarda kullanılan bir baş etme yöntemidir. Anlaşma ve iş birliği sağlanamamakta, çatışma yaşayan kişiler tarafsız kalarak rekabetçi durumlardan kaçınmaktadırlar. Genellikle kişiler, çatışma yaşadıkları kişilerle sorun hakkında konuşmaktan kaçınmaktadırlar (İnsan Kaynakları,2005).

1.3. Proaktif Kişilikle İlgili Yararlanılan Yaklaşımlar

1.3.1. Varoluşçu Model

Var olmanın istek dışı bir olay olduğu kabulüne dayanır. Kişinin insanlık içinde ve tüm dünyada sadece kendisinden sorumlu olduğunu savunur. ‘Herkes kendi kaderinde yol alır.’ Bu kişinin kendini beğenmesi ve bencilliği anlamında değil, bireyin kendi seçtiği yolun ve yaptığı işin başkaları tarafından tartışmasız ve olduğu sekiyle kabul edilmesi ilkesidir. Varoluşçu modelini benimseyenler diğerlerine oranla çok farklıdır. Bunlar “herhangi bir sınıflandırmaya girmeyen” kişiler olmak isterler. Bütün genellemelerden sıyrılmayı çok severler. Bu kişiler fırsat isterler, fakat seçim hakkı kendilerinin olmalıdır. Kariyer yapmaktan sürekli olarak değişik tasarımlardan ve atılımlardan söz ederler. Kendilerini kimsenin adamı olarak hissetmezler. Ancak kendilerine benzeyen kişilerle bir araya gelip, önemli bir görev üstlenerek desteklerini belirlenen hedef için kullanırlar. Varoluşçu model bu özellikler bu kapsam içerisinde proaktif kişileri odak alır.

Bilgisayarla uğraşan sistem analistleri, araştırmacı bilim adamları, mali analistler ve şirketlere danışmanlık hizmeti verenler bu yeni grubu oluşturmaktadır. Bu kişiler yeteneklerini bilir ve buna uygun tarzda davranırlar. Şirketlerde onları kendilerine izin verdikleri ölçüde yönetmeye katlanırlar. Çünkü yeteneklerine ihtiyaçları vardır. Bugün giderek artan sayıda uzman araştırmacı ve geliştirmeci, var olma hazzını duyarak çalışmaktadır (Filiz,2003).

Varoluşçu düşünceye göre, insan dışındaki bütün varlıklar ne ise öyle kalma zorundadır. Örneğin bir masa masalığını kendisi yapmaz, ağaç ağaçlığı kendisi

yapmaz. Bütün varlıklar, nasıl yaratılmışsa öyle kalmak zorundadır. Kendi çabalarıyla kendi varoluşlarına katkıda bulunamazlar. İnsan ise, nasıl yaratılmışsa öyle kalmak zorunda değildir. İnsan kendi özgür seçimleriyle kendi varlığına şekil verebilir, kendisini değiştirebilir. İnsanın yapısını ve davranışlarını çevre ya da genetik özellikleri değil, kendi özgür seçimleri belirler. Seçim özgürlüğü aynı zamanda sorumlulukta getirir. İnsan yaptığı seçimlerin sorumluluğunu alabilir (Dökmen,2000).

Heidegger'e (Akt:Çüçen,1997) göre, orada-varlık (Dasein) ne bir birey ne de geleneksel anlamda öznedir. Çünkü "varlık zamanda olandır". Varlık orada bulunmaktır, yani dünya içinde olmak. Başka bir deyişle zaman varlığı ya da Dasein'in kendisini içinde bulduğu bir şey değildir aksine varlık zamandır.

Zaman varlığın içinde ya da varlığın dışında bir şey olmadığı için zaman ancak varlığın kendi hakikatidir. Varlığın hakikati ancak zamansallıktır ve ancak zamansal açıdan anlaşılabilir. Dasein'in gerçek varoluşu her zaman hem hakikat içindedir hem de hakikat olmayan içindedir. İnsan varlığı ancak sonlu ve geçici dasein olarak kendi varlığını ortaya çıkarabilir.

Heidegger Dasein'in geçiciliğini kendisinin "otantik ilgisinde ortaya çıktığını" söylemektedir. Heidegger'e göre otantik olma kendinde olma ve ya kendinde –bir varlık olmalıdır. Bu yüzden otantik olma Dasein'in kendi varoluşuna bağlıdır.

Dasein'ı insana, otantik olmayı etki alanına, otantik olmayan Dasein'ı ise ilgi alanına benzetebiliriz. Birey çeşitli konularla ilgilenebilir. Bunların bir kısmında etkindir, bir kısmında ise etkin değildir. Bu ilgilenen konular ilgi alanındadır. Ne zaman ilgilendiği konular üzerinde söz sahibi olursa ve onun hakkında seçim yapıp sorumluluğunu alırsa o zaman bu etki alanı olur. Bir birey anne, eş, doktor, arkadaş gibi farklı sosyal statülere sahip olabilir ve pek çok şeyle ilgilenebilir. Bunlar sağlığı, eşi, işi, çocukları ekonomik sıkıntıları gibi farklı birçok şey olabilir. Bunlara bakıldığında bazılarını denetimi alanında, bazılarının denetimi dışında olduğu görülür. Denetim alanındakiler için bir şeyler yapılabilir. Bu insanların etki alanında olan olaylardır. Çabalarının odak noktası olarak ilgi alanını seçen insanlar, yani otantik olmamayı seçen insanlar, dikkatlerini başkalarının yaptıkları işler, başka sorunlara, direk olarak üzerinde bir etkiye sahip olmadıkları konuya verirler (Akbulut,2002).

Otantik olmanın üç safhası vardır. Bunlar:

1. Yaşanan her anı fark etmek ve öyle yaşamak
2. O anda nasıl yaşanacağını seçimini yapmak
3. Yapılan seçimlerin sorumluluğunu almak (Patterson,1973).

İnsanın seçme özgürlüğü vardır. Bu özgürlük ona sorumlulukta getirir. İnsan seçimlerinin sorumluluğunu almalıdır. Kendi varoluşunun farkına varabilen kişi varoluşuna uygun bir yaşam sürdürebilir ve buna otantik yaşam denilebilir. Otantik yaşam da kişiyi özerk kılar.

Eric From' a göre, insanoğlu kendi sevgi gücünü kullanarak, kendi kapasitesini bilerek yaşamını verimli hale getirebilir.

1.3.2. Seçim Teorisi

Seçim teorisi, küçük bir istisna ile insanın doğumundan ölümüne kadar bütün davranışlarını açıklar ve insanoğlu bütün yaptıklarını kendi seçer. Örneğin; hasta olmak ve ya acı çekmek bir seçim değildir, dolaylı olarak bu davranış unsurları seçilir ve genel davranışların kavramları olarak açıklanır.

Bütün davranışlar farklı yeterlikte olan ayrılmaz bir şekilde dört özellik üzerine inşa edilmiştir ve toplam davranışı yansıtır. Aktivite, düşünce, hisler ve psikoloji. Düşünce ve hisler bütün davranışlarla iç içedir. Eğer davranışları bir arabaya benzetirsek, motor olmadan araba gitmez, aktivite, düşünce, his ve psikoloji olmazsa kaliteli yaşantı da olmaz. Yani motor olmazsa araba yürümez.

Herhangi birisi bir ilişkide hayal kırıklığına uğradığı zaman öfkelenmesi normaldir. Depresyon ve seçilen birçok semptomlar insanı hareketsiz kılar ve bu şekilde öfkenin kontrol altına alınması zorlaşır. Öfke genel olarak hiç hissedilmez ve daha çok öfkelenmeye neden olur ve daha çok depresif olunur. Depresif, anksiyeteli ve obsesif insanların kontrol etmekten yorulduğu öfkesini muhafaza altına almak için daha çok enerji harcar. Depresyon olarak seçilen bu semptomlar olabilecekleri kadar iyi, sosyal biri olarak başkaları ile yaşamaya başlayamazlar (Glasser,1999 ve Rogha,1999).

Glasser (1999), 10 aksiyon yoluyla kişisel özgürlüğü yeniden tanımlamıştır. Bunlar kısaca açıklanmıştır

1. Davranışı kontrol edebilecek tek kişi bireyin kendisidir. Kimse istemediğimiz bir şeyi bize yaptıramaz. Kendi davranışımızı üzerinde kontrolümüz olabildiğini anlayınca, düşünebildiğimizden çok daha fazlasına sahip olduğumuzun farkına varırız.
2. Başkalarına verebileceğiniz ve onlardan alabileceğiniz tek şey bilgidir. Bu bilgiyle nasıl hareket edeceğimiz bizim seçimimizdir. Bir öğretmen öğrencisine bilgi verip bunu kullanmasına rehberlik eder. Fakat verdiği dersi onun yerine yapamaz.
3. Bütün uzun süreli psikolojik problemler aslında ilişki problemleridir. Ağrı, yorgunluk, bitkinlik ve genel olarak bağışıklık sistemine yönelik bazı kronik hastalıklar gibi pek çok problemlerin nedeninin bir kısmı da ilişki problemlerine dayanır. Neden mutsuzluk yönünde bir seçim yaptığınızı anlamak için hayatın bütün yönlerine bakmakla vakit harcamanın anlamı yoktur. Mutsuzluğun nedeni daima istediğiniz gibi gitmeyen önemli bir ilişkiye bakış açınızdır. Gerçeği görene kadar özgürlüğe sahip olduğunuzdan söz edilemez. Gerçekleşmesi mümkün olmayan hayallerin peşinden koşmak sizi mutsuzluktan kurtaramaz. Eğer yüzleşmezseniz sorunları asla çözemezsiniz.
4. Sorunlu ilişkiler şu anki yaşamımızın bir parçasıdır. İlişkilerin geçmişine uzanmaya gerek yoktur. Söz konusu ilişki geçmişe ya da geleceğe değil şu ana aittir. Özgürlüklerin yeniden tanımını şu anda yapmalıyız. Pek çok özgürlüğe sahibiz, fakat hayatımızda en az bir doyum verici ilişki olmadan mutlu yaşama özgürlüğüne sahip değiliz. İlişkilerde maksimum özgürlüğü yakalayabilmek önemlidir. Ancak yapılan seçimlerde tam anlamıyla özgür olunamaz. Karsıdaki kişinin de neler hissettiği göz önünde tutulmalıdır. Çözüm, seçim teorisini bilen iki kişinin özgürlüklerini tanımlamaları için gayet iyi bir fırsattır.
5. Geçmişte bize acı veren yaşantılarımızın izleri bugün hale kendilerini belli edeceklerdir. Fakat geçmişten yeniden yasamanın şu anki mutluluğumuza en ufak bir katkısı olamaz. Geçmişin doyum verici bölümlerini yeniden gündeme

getirmek mutluluk verici olabilir. Çoğu zaman aslında neler yaşadığımızı biliriz, fakat bunlar çok travmatik olaylarsa yaratıcı sistemlerimiz bir araya gelip çoktan bu mutluluk verici olayı silmiş olurlar. Asıl görevimiz su anki ilişkilerimizi daha iyiye götürmek için neler yapabileceğimizdir, bu bizim yapabileceğimiz bir seçimdir, bu ne zorunluluktur, ne de bizim kaderimizdir.

6. Hareketlerimizin temelini beş genetik ihtiyaç oluşturur. Hayatta kalma, sevgi ve ait olma, güç, özgürlük eğlence. Bu ihtiyaçlar tatmin beklemektedir. Tatmin kararını sadece biz veririz.
7. Bu ihtiyaçları ancak nitelik dünyamızdaki resim ya da resimlerinin tatmini yoluyla doyurabiliriz. Bütün bildiklerimiz arasında nitelik dünyamıza katmayı seçtiklerimiz en önemli olanlardır. Nitelik dünyamızdaki resimler tatmin edebildiğimiz zaman tattığımız özgürlük en büyük özgürlük, tatmin edemediğimiz resimlere yer vermek özgürlüğümüzden vazgeçmekle eşdeğerdir
8. Doğumdan ölüme kadar durmadan çeşitli davranışlarda bulunuyoruz. Bütün bu davranışlar toplam davranışlardır. Birbirinden ayrılmayan dört bileşenden oluşmuşlardır; hareket, düşünce, duygu, fizyoloji.
9. Bütün toplam davranışlar fiillerle anlatılır. Çöküntü ve moral çöküntüsü yerine durgunlaşmayı seçiyorum ya da durgunlaşıyorum denilir. Bu aksiyonu kabul etmek dış kontrol psikolojisine inananlar için rahatsızlık verici bir durumdur. Bunu kabul etmemek özgürlüğü kaybetmektir. Bu kişiler bu durumun kaynağının dışarıda olduğunu düşünürler. Durgunlaşmayı seçiyorum dediğimizde bir seçim olduğunun farkına varırız ve o andan itibaren kazanmış oluruz.
10. Bütün toplam davranışlar seçimimiz sonucu ortaya koyduğumuz davranışlardır. Fakat üzerinde doğrudan doğruya bir kontrolümüz olduğu bileşenler hareket etme ve düşünmedir. Duygularımızı ve fizyolojimizi hareket etme ve düşünme konusunda yaptığımız seçimler yoluyla, dolaylı olarak kontrol edebiliriz. Bu konunun farkına vardığımızda üzerinde kontrolümüz olmayanlardan uzak durma özgürlüğünü elde ederiz.

Ne zaman bir ilişkide istediğiniz özgürlüğe sahip olmadığınızı hissederseniz unutmayın “sadece kendi davranışlarınızı kontrol edersiniz”. Bu aksiyonu öğrenene

kadar temel ihtiyaçlar olsun, nitelik dünyası olsun, toplam davranış olsun, seçim teorisinden hiç birini hayata geçirmeniz mümkün değildir (Glasser,1999).

1.3.3. İlgi- Etki Alanı

İlgi ve etki alanı kavramları Heinz Kohut tarafından geliştirilmiş ve psikolojinin en önemli okullarından olan benlik psikolojisinin kullandığı insanın çevresine karşı davranışını açıklamaya yönelik modellerdir.

Eşmerkezinde "birey" bulunan iki çember olarak düşünülebilirler: Merkez aynı olunca bu çemberlerden biri diğerinin alt kümesi olacaktır. "Etki çemberi" (circle of influence) genellikle "ilgi çemberi" (circle of interests) İnden daha küçüktür." Bunun bilincinde olarak ilgi alanı ile etki alanının sınırlarını iyice belirledikten sonra, zaman ve enerjisini "etki alanı" üzerinde yoğunlaştırarak etki çemberini ilgi çemberini kapsayacak şekilde genişletmeye çalışan girişimci birey zamanla bilgi, beceri ve tecrübe yönünden gittikçe gelişir ve etki alanını genişletir. Zaman ve enerjisini "ilgi alanı"na giren şeylere yönelten birey ise tepkici bir tutum geliştirir; adeta kırkambardır, her şeyle ilgilenir fakat hiçbir konuya sağlıklı çözüm getiremez.

Kendi proaktivite derecemizi daha iyi kavramak için zaman ve enerjimizin odak noktasına bakmamız gerekir. Hepimiz bir dizi şeyle ilgileniriz, bunları zihinsel ya da duygusal açıdan bizim için önem taşımayan şeylerden, bir “ilgi alanı” yaratarak ayırabiliriz. İlgi alanımızın içinde yer alanlara bakarken bazı şeylerin gerçekten denetimimiz dışında olduğunu görürüz. Diğerleri için ise bir şeyler yapabiliriz. Bu ikincileri daha küçük bir “etki alanı” içine alarak tanımlayabiliriz (Covey,1998).

Bireylerin öncelikle kendi göreviyle ilgili ve seviyesine uygun işlerle uğraşması yerine getirilmesi gereken önemli bir prensip olarak karşımıza çıkmaktadır, bunun gerçekleşmesi de bireyin etki alanına odaklanması ile mümkün olur. Bu etki alanının sınırlarını "görev tanımı" çizmektedir. Ancak ne yazık ki, bu konu genelde kişiler tarafından yeterince anlaşılamaz. Kişileri, odaklanması gereken konulardan saptıracak bir dürtü daima vardır. Oysaki ilgi alanına odaklanmak, bireyin asıl sorumlu olduğu konularda uzmanlaşmasını sağlar ve bu şekilde çevresindekilerin bireye güveni artar ve etki alanı genişler. Çabaların odak noktası olarak çevredeki sorunlara, denetleyemedikleri koşullara, başkalarının zayıflıklarına odaklanan yani

ilgi alanlarını seçen kişiler ise başkalarının gözündeki saygınlıklarını yitirirler. Odaklandıkları nokta suçlayıcı davranışlara, reaktif bir dile ve gitgide artan bir mağduriyet duygusuna neden olur. O odaktan yayılan negatif enerji, etki alanlarının ihmaliyle birleştiğinde performans olağanüstü derecede düşer.

Yine Covey şu hususlara temas etmektedir:

"Odağımızın hangi alanda olduğunu belirlemenin yolu 'olsaydılar la, 'olabilirsizleri birbirinden ayırt etmektir. İlgi alanı 'olsaydı'larla doludur.

İlgi alanına odaklanan kişilerden sürekli olarak;

"Denetleme daha sonra olsaydı..."

"Daha nitelikli personelim olsaydı..."

"Daha fazla ödeneğim olsaydı..." gibi sözler duyarsınız.

Etki alanı ise 'olabiliriz'lerle doludur.

Etki alanına odaklanan kişiler genellikle;

"Daha başarılı olabiliriz."

"Sorunları çok kısa zamanda çözebiliriz."

"Güçlükleri aşabiliriz." ifadelerini kullanırlar.

1.3.4. Pozitif Yaklaşım

Pozitif düşünce, olumsuzluklara razı olmayan, her koşulda yapabilecek iyi bir şeyin olduğuna inanan, insan hayatını olumlu yönde etkileyen bir düşünce tarzıdır. Bugün artık iş, spor ve sanat dünyasında bile pozitif düşünce ve beyin gücü verim arttırıcı bir faktör olarak kabul edilmektedir. Olumlu düşüncede temel nokta, beyni olumlunun üzerine programlamaktır. Yani, başarısız olmamayı değil, sadece başarmayı düşünmek gerekir. Bunu hafıza noktasında düşünürsek, unutmayı değil hatırlamayı seçmeli, ona kilitletilmeli. Başarının en önemli anahtarlarından birisi, beynin olumlu düşünceye programlanmasıdır.

Geleceğimiz, aldığımız sonuçları nasıl yorumladığımıza bağlı olarak şekilleniyor. Karamsar bakış açısı ile yorumlarsak karamsar, iyimser bakış açısı ile yorumlarsak iyimser sonuçlar elde ediyoruz. Böylece bakış açımıza bağlı olarak ya geleceğe umutla bakarak yeni atılımlar planlıyor ve öyle davranıyoruz, ya da tam tersi geleceği atılımlar yapmaya değer bulmayarak, hayatın bize getireceklerini bekliyoruz. Ve daha sonra “biz nasıl istersek öyle oluyor”. Proaktif davranırsak, hatalarımıza rağmen istediğimize ulaşıyor, davranmazsak hayatın bize getirdiklerine katlanıyoruz. Değişimi seçmek, dünyaya reaktif yani etki tepki zinciri içinde değil, proaktif yani etkileri kendimiz yaratarak, sonuçları etkilediğimiz davranış biçimini seçmektir. Proaktif yaşamı seçmek beraberinde sürekli aktif olmayı, yasama sürekli aktif uyum sağlama çabasını ve sürekli farkında olmayı getirir (Gülertan,2003).

1.4. Kişiliğin Tanımı

Psikolojide kişilik, kapsamı en geniş olan kavramlardan biridir. Kişilik, bir insanın bütün ilgilerinin, tutumlarının, yeteneklerinin, konuşma tarzının, dış görünüşünün ve çevresine uyum biçiminin özelliklerini içeren bir terimdir. Bununla birlikte kişilik kendine özgü ve ahenkli bir bütündür. Öyle ki, bir insana ilişkin her nitelik, o insanı anlamada bize ipucu verir. Onun belleği, dış görünüşü, direnme süreci, sesi ve konuşma tarzı, tepki hızı, insanlara, doğaya ya da makinelere karşı ilgi duyması, sporculuğu vb. özelliklerinin tümü o insanın kişiliğini betimlemede önemlidir (Yanbastı,1996).

Kişilik psikolojisi, insanlar arasındaki “bireysel ayrılıkları” oluşturan özellikleri saptamak yoluyla, bireyler arası ve birey içi ayrılıkları inceler. Böylece her insanın kendine özgü olan bireyselliğini (emsalsizlik, benzersizlik) ya da diğer insanlarla olan ortak özelliklerini (benzer yönlerini) betimler. O halde kişilik psikolojisi, genelde bireysel ayrılıkları oluşturan “bağımsız değişkenleri” belirlemek yoluyla davranışın düzenli oluşunu ve böylece davranışların yordanabileceğini olanaklı kılmaya çalışır. Kişilik kavramı bir kuruntudur. Çünkü kişilik doğrudan doğruya gözlenemez. Gözlenenlerin ve ölçülenlerin ötesine gidilerek, bu davranışların temelindeki psikolojik yapıyı, süreçleri ve organizasyonu keşfetme, kişilik psikolojisinin kuramsal ve deneysel çalışmalarının amacıdır. Kişiliği tanımlama çabaları yüzlerce tanımın ortaya çıkmasına neden olmuştur. Bu tanımlar, çoğunlukla

belirli bir kişilik kuramı çerçevesinde oluşturulmuş, kuram sayısı kadar farklı kişilik tanımı ortaya çıkmıştır. Eldeki tanımlar “kişilik nedir” sorusunu yeterli bir şekilde yanıtlayamamasalar da psikologların çoğunun üzerinde anlaşabildiği hemen hemen tüm tanımlar için geçerli olan bazı anahtar kavramlar üzerinde durmakta yarar vardır. Bunlardan birisi, emsalsizlik ya da bireye özgülük kavramıdır. Emsalsizlik, bireyi başkalarından ayıran ve kendine özgülüğü oluşturan tüm davranışsal özelliklerdir. Birey bu özellikleri, biyo-psikososyal gelişim süreci içinde yer alan koşullar ve geç girdiği yaşantıların bir sonucu olarak kazanır. O halde bireyin emsalsiz olmasının başlıca nedeni, geçirdiği farklı gelişim ve öğrenme yaşantılarıdır (Özkalp ve Erkal,2002).

Daha önce de değinildiği gibi, insanların birbirlerine benzeyen yönleri olduğu gibi ayrılan yönleri de vardır. Bu benzerlikler ve farklılıklar davranışların zaman içinde kazandığı özelliklerden kaynaklanmaktadır. Kişilik alanında çalışan psikologlar bu benzerlik ve farklılıklarla, onların sürekliliği ile ilgilenir. Bunun nedeni, kişiliği oluşturan davranış ve tutumlarda zaman içinde gözlenen süreklilik, dolayısıyla tutarlılıktır. Bu özelliğin altında yatan ana fikir, kişiliğin yavaş yavaş oluşan, aniden değişip değişmeyen, kişiye özel bir davranışsal özellikler bütünü olduğudur. Kişiliğin yavaş da olsa değişebilmesi davranışlara, onların yapılma nedeni, ortam ve koşullarına bağlıdır. Çünkü oluşan kişilik bulunduğu aşamada davranışları etkiler ve onların da zaman için de değişmesine neden olur. O halde davranış ve tutumlardan oluşan, oluşmasını sürdüren kişilik, davranışları etkiler ve etkilenen davranışlar da kişiliği tekrar etkiler. Bu aktif bir etkileşim sürecidir. Davranış, tutum ve kişiliğin birbirinden bağımsız olarak düşünülmemesi gerekir (Özkalp ve Erkal,2002).

Kişilik terimini tanımlamak istediğimizde birçok tanım karşımıza çıkar. Burger’a göre kişilik, bireyde meydana gelen tutarlı davranış modelleri ve bireyin zihninde oluşan süreçlerdir. Eysenck, kişiliği, kalıtım ve çevre tarafından belirlenen organizmanın gerçek veya potansiyel davranış modellerinin genel toplamı olarak tanımlar (Muppala,2008).

Mischel, kişiliği, her bireyin yaşamındaki durumlara adaptasyonunda gösterdiği farklı duygu ve düşünce modelleri olarak açıklar (Morgan ve King ve Robinson,1979).

Atkinson’a göre kişilik, bir kişinin çevreye uyumunu belirleyen karakteristik davranış örüntüleri ve düşünme biçimleridir (Atkinson ve Atkinson,1995).

Adasal’a göre kişilik, bireyin kendisine özgü olan, tek tek vasıfları toplayan, ruhsal bir bütünlüktür. Bu bütünün içine, bireyin vücut yapısı, genel fizik görünümü, zekâsı, yetenekleri, heyecani tepkileri, duyguları, ilgileri ve genel kültürü girer (Başer,1998).

Kısaca özetlenecek olursa “Kişilik, değişmez bir gerçek değil, aksine bir görüntü, bir etkileşim ve algılama ürünü, bir izlenimdir” denilebilir (Başer,1998).

Kişiliği tanımlayan sözcüklerin ya da kişilikle eş anlamda kullanılan terimlerin çok fazla olması bize kişilik kavramının sınırlarının kesin hatlar ile belirlenemeyeceğini göstermektedir. Buna karşın, kullanılan ifadelerde ve tanımlamalarda benzer özellikler görmek mümkündür.

1.4.1. Kişiliğe Etki Eden Faktörler

Kişiliğin oluşumuna etki eden faktörleri *biyolojik* ve *çevresel* faktörler olarak iki genel başlık altında değerlendirilebilir:

1.4.1.1. Biyolojik Faktörler

Biyolojik faktörler, insanın anne karnına düşmesiyle başlayan fiziksel özellikler, cinsiyet gibi faktörlerdir. Bu faktörlerle ilgili genel sonuç, kalıtsal olan faktörlerin kişilik karakteristiklerinin ne kadar geliştirilebileceğine sınır koymasındır. Çevre ise bu sınırlar içinde gelişimi belirler (Schermerhon ve Hunt,1997 ve Çeribaş,2007).

Genetik etkenler fiziksel özellikleri belirlemekte, fiziksel özellikler de kişilik özelliklerini etkilemektedir. Beden yapısı ve fiziksel görünüş, yüzün yapısı, boy ve ağırlık büyük oranda genetik olarak belirlenir. Vücut yapısı ve kişilik arasında anlamlı bir ilişki vardır (Kulaksızoğlu,1999).

Genetik araştırmaların artışı ile biyolojik mekanizmaların tanımlanması, kişiliğin bu yönüne katkıda bulunmuş, modern kişilik araştırmacıları, biyolojik yapının rolü konusunda klasik görüşlerin ötesine geçmiştir. Bununla birlikte biyolojik

yapının etkisi çevresel koşullara göre belirir, aynı biyolojik potansiyel, farklı çevresel koşullarda oldukça farklı kişilik yapısı oluşumuna neden olur(Cloning,2004 ve Oğuz,2007).

1.4.1.2. Çevresel Faktörler

Bireyler, sürekli olarak insanlarla iletişim halinde oldukları için, dışarıdan gelen etkiler onların davranışlarını ve tutumlarını etkiler. Çevresel faktörler insan kişiliğinin oluşumunda ve devamında etkilidir (Akdoğan,2003).

Çevresel faktörler, kültürel, sosyal faktörleri içerir. Bireylerin kişilik ve davranış gelişiminde, kültürel değerler ve normlar önemli rol oynar. Aile hayatı, din, kişinin içinde yer aldığı formal veya informal gruplar, sosyal faktörlerdir (Schermerhon,1997 ve Çeribaş,2007).

Kişiler belirli kültürel çevreden başka bazı alt grupların da üyeleridir. Bunlar, aile, cinsiyet, yaş, sosyal sınıflar, meslek ve din gruplarıdır. Bu grupların her biri, kişinin öğrenip benimsediği sosyal roller vererek kendi değerlerini ve davranış şekillerini bireylere aktarırlar (Güler,2001 ve Kentsu,2007) .

1.4.1.3. Aile

İnsan kişiliğinin oluşmasında en önemli ve etkili çevresel faktör ailedir. Aile normal şartlarda insanların karşılaştığı ilk sosyal gruptur. Bireylerin sosyal değerleri ilk öğrenmeye başladığı yer aile ortamıdır. Anne-baba, toplumsallaşmanın ilk kaynağı ve ilk modelleridir. Kişiliğin oluşumunda, insanın içinde doğup büyüdüğü aile ve ev ortamının etkileri çok yönlüdür. Çocuklar, ailenin birçok kişilik özelliklerini, ahlaki ve kültürel standartlarını taklit ederek öğrenirler (Çeribaş,2007 ve Zel,2001).

Anne-babanın, çocuğun zihinsel yapısının şekillenmesinde de etken olduğu saptanmıştır. Aile bireyleri, çocuğa çeşitli yollarla deneyimlerini aktardıklarından dolayı ailenin yetiştirme biçimi de kişiliği belirleyici bir unsurdur. Ayrıca kız ve erkek kardeşlerin de kişilik oluşumunda etkili oldukları belirtilmektedir (Kentsu,2007 ve Özkalp,2002).

1.4.1.4. Sosyo-Kültürel Faktörler

Bireyler, yaşamları boyunca, bilincine varmış olsunlar veya olmasınlar, diğer insanların kendileri için hazırlamış oldukları belirli davranış şekillerini takip etmek zorunda kalmaktadırlar. Kişiliğin oluşumunda, sosyal çevreden etkilenme ve şartlanma, gerçekte bir öğrenme sürecidir. Kişiliği doğrudan etkileyen faktörler arasında önemli olan öğrenme, pekiştirilmiş tekrarlama veya deneyim sonucunda hafızada çok sayıda bilginin yer alması ve davranışta kalıcı değişimlerin meydana gelmesidir. Birey, bulunduğu kültürel yapı içinde öğrendikleri ile bazı yeni özellikler elde ederek kişiliğini şekillendirir (Zel,2001 ve Kültür 2006).

Bireysel davranışlarımızın çoğunda yaşadığımız çevredeki hâkim kültürün yansımaları vardır. Dili kullanma biçimi, dini inançlarımız ve yargılarımız, giyim tarzı, çalışma biçimimiz hep kültürümüzün etkisinde kalır. Topumlarda ortak bir kültürden söz edilmekle beraber, o toplumun içinde, çeşitli yöresel ve dini faktörlere bağlı olarak gelişen çeşitli alt gruplar ve bu grupların da kendilerine has kültürleri vardır ve farklı kişilik özellikleri bu alt kültürün üyelerinde gözlenebilir (Kulaksızoğlu,1999).

Biyolojik, kültürel, ailesel faktörlerin kişilik üzerindeki etkilerinin yanı sıra, diğer ilişkili kişiler, gruplar ve özellikle de organizasyonlar kişilik üzerinde etkilidir. Bu genellikle *sosyalleşme süreci* olarak adlandırılır. Sosyalleşme, ilk önce doğumda bebek ve anne arasında başlar. Daha sonra ailenin diğer üyeleri (baba, kardeşler), yakın akrabalar, aile dostları, daha sonra sosyal grup (akranlar, okul arkadaşları, iş arkadaşları) etkili rol oynar (Çeribaş,2007 ve Luthans,2005).

1.4.1.5. Diğer Faktörler

Kişiliğin oluşmasında, insanın içinde doğup büyüdüğü coğrafi çevrenin de etkisi olduğu inkâr edilemez. Coğrafi çevre içerisinde iklimin, tabiat ve yaşanan bölgenin fiziki şartlarının, fertlerin kişilik özellikleri üzerinde belirgin etkileri vardır (Kültür,2006).

Ayrıca kitle yayın organları, kitaplar, dergiler, genel anlamda medya da kişiliğin oluşumunda giderek önemini artırmaktadır (Başaran,2000).

1.5. Kişilik ve Spor

1994 yılına kadar spordaki kişiliğin görünüşleri üzerine 1000'den fazla makale yayınlanmıştır. Bu makalelerin pek çoğu 1960 ve 1970'li yıllarda yazılmıştır. Yapılan bu araştırmalar, spor ve egzersiz gruplarında yer almada kişiliğin rolünün ne kadar önemli olduğunu göstermektedir.

Kişilik, hemen hemen bütün spor ve egzersiz davranışlarında anahtar rol oynar. Bu nedenle spor ve egzersiz durumlarında bireysel farklılıklar açıkça belli olur. Araştırmacılar, bazı öğrencilerin beden eğitimi derslerinde heyecanlanmasına karşın diğer öğrencilerin böyle hissetmemelerini, bazı sporcuların sağlıklı yaşam programlarına dayanabilirken (uyum sağlayabilirken) diğerlerinin motivasyon kaybedip ilgiden düşmelerine neyin sebep olduğunu sorgulamışlardır. Ayrıca kişilik testlerinin takım için sporcu seçiminde kullanılıp kullanılmamasının gereğine ve sporcu başarısının sporcu kişiliğiyle öngörülüp görülemeyeceği gibi konulara yönelmişlerdir (Gill,2000 ve Weinberg ve Gould,2003).

Spor, bireyin biyolojik kökenli içgüdülerin neden olduğu dürtülerin amaca ulaşmasını sağlarken, aynı zamanda temel gereksinimlerini de karşılayan bir davranış biçimidir. Amacı ise, bireysel, toplumsal ya da ekonomik olabilir. Spor yapmak yalnızca bedensel bir uğraş olmayıp, aynı zamanda sosyalleşme ve topluma uyma sürecidir. O halde spor ortamındaki etkileşim, duyguların boşalımı ve kontrolü için uygun olanaklar sağlar. Sportif etkinliklere katılan birey, hareketler aracılığıyla duygularını ifade etme olanağı bulur. Uyumsuz davranışlar olarak nitelendirilen saldırganlık, öfke, utangaçlık, kıskançlık gibi duyguların boşalmasını ve bunların kontrolünü sağlar. Böylece uyum sağlama sürecine de olumlu etki yapmış olur. Aynı zamanda spor, nörovegetatif sinir sistemi üzerine olumlu etki yaparak bu sistemin dengeli bir şekilde çalışmasını sağlar. Böylece aşırı heyecanların, saldırganlık duygularının, sinirlilik hallerinin giderilmesine yardımcı olur. Sporda kazanılan başarılar, kendine güveni artırır (Feist,1990 ve Kuru,2003).

Kişiliğin sportif performansla ilişkisi hakkındaki çalışmalarda iki farklı grup ortaya çıkmıştır. Morgan birinci grubu, kişiliğin sportif başarı ile sıkı bir ilişkisinin olduğunu savunan saf görüşü benimseyenler olarak tanımlarken diğer grubu ise, kişiliğin sportif başarı ile ilgisinin olmadığı görüşünü savunan şüpheli grup olarak

tanımlamıştır. Ne saf ne de şüpheli görüşün doğru olduğu ortaya çıkmıştır. Daha doğrusu, kişilik ile sportif başarı arasında bir ilişki söz konusudur. Ama bu ilişki, mükemmel olmaktan uzaktır. Kişilik özellikleri ile içinde bulunulan özel durumların bilinmesi, sportif davranışı ve başarıyı öngörmeye yardım etse dahi, bu öngörü kesin değildir. Örneğin, olimpiik düzeydeki uzun mesafe koşan atletlerin içedönük kişilik özelliği göstermesi, uzun mesafe koşucularının başarılı olması için içedönük kişilik özelliği taşıması gerektiği anlamına gelmez. Benzer olarak futbolcularda birçok başarılı orta saha oyuncusu saldırgan kişiliğe sahipken, diğer başarılı orta saha oyuncuları ise saldırgan değildir. Tek başına kişilik, spor ve egzersizdeki davranış nedenini açıklamak için yeterli değildir. Spor ve egzersiz içindeki davranışları anlamak ve öngörmek için kişilik özelliklerinin ve içinde bulunulan durumun, bilişsel, fizyolojik ve sosyolojik değişimler ile beraber düşünülmesi gerekmektedir (Weinberg ve Gould,2003).

1.6. Kişiliğin Yapısı

Kişiliği anlayanın en iyi yollarından biri, onun yapısını bilmeden geçer. Hollander, kişiliği birbiri ile ilişkili üç düzeye ayırmıştır (Weinberg ve Gould,2003).

1. Psikolojik Nüve (Çekirdek)
2. Tipik Davranışlar
3. Rol-İlişkili Davranış

1.6.1. Psikolojik Nüve

Kişiliğin en temel basamağı psikolojik nüve olarak adlandırılır. Bu en derin öge, kişinin tutum ve değerlerini, ilgilerini, davranışın nedenlerini ve kendi hakkındaki inançları kapsamaktadır. Esasta, psikolojik nüve, kişiliğin merkez parçasını ve diğerlerinin, sizi düşünmenizi istediğiniz şekilde değil, “gerçek siz” i gösterir. Örneğin, kişinin ailesi, arkadaşları ve yaşam içindeki ilişkileri, o kişinin sahip olduğu temel değerleri üzerinde etkilidir (Weinberg ve Gould,2003).

1.6.2. Tipik Davranışlar

Tipik davranışlar, çevreye uyum için gösterdiğimiz her bir yol veya etrafımızdaki dünyaya verdiğimiz tepkilerdir. Örnek olarak kişi, kaygısız, utangaç ve

sakin olabilir. Çoğu kez tipik davranışlar, psikolojik nüvenin göstergeleridir. Öyle ki, sürekli olarak sosyal durumlara sakin ve çekingen olarak davranış sergileyen kimseler, muhtemelen dışadönük değil, içedönük kişilik özelliğine sahiptirler. Bununla birlikte, bir birey toplantıda birisinin hakkında sakin olduğu şeklinde bir fikir beyan eder ve buna dayanarak da o kişinin içedönük olduğu kanısına varırsa, epeyce büyük bir hata yapmış olacaktır. Çünkü o kişinin, sakin tavırları o özel durum için sakin olmasının nedeni olabilir. Kişinin sakin davranışları ve tavırları, o kişinin tipik davranışı olmayabilir (Weinberg ve Gould,2003).

1.6.3. Rol-İlişkili Davranış

Rol ilişkili davranış, kişiliğimizin en yüzeysel yanını temsil eder. Bu davranış, kişiliğin en fazla değişebilir yönüdür. Rol ilişkili davranışlar, çevreyi algılayış biçimine göre ayarlanır. Davranışlar, çevrenin değişimi algılandığı zaman değişim gösterecektir. Farklı durumlar farklı rolleri oynamayı gerektirir. Aynı gün içerisinde bir kişi, üniversite öğrencisi, bir amatör lig takımının antrenörü ve arkadaş rollerini oynayabilir. Roller birbirleri ile çatışabilir. Örneğin, çocuğunun futbol takımının antrenörlüğünü yapan bir baba, antrenörlük ve baba rolleri arasında bir çatışma hissedebilir. Başka bir örnek verecek olursak, okul futbol takımında oynayan bir sporcu düşünelim. Futbol takımının antrenörüne, sporcusunun kişiliği sorulduğunda, antrenör o sporcunun sakin, çalışkan ve suskun birisi olduğunu söyleyebilir. Fakat aynı soru sporcunun kız arkadaşına sorulduğunda, kız arkadaşı onun girişken, cana yakın ve konuşkan olduğunu söyleyebilir. Bu nedenle rol ilişkili davranışlara dayanarak bireyin belli kişisel özellikleri olduğunu söylersek ve değerlendirmemizi bu şekilde yaparsak yanıltmış oluruz (Cox,1990 ve Weinberg ve Gould,2003).

Kişiliğin bu üç düzeyi, içsellikten dışsallığa doğru devam eden davranışları kapsamaktadır. Örnek verecek olursak kişiliğin düzeylerini çikolata ile kaplanmış kirazlı şekerlemeye benzetelim: Dış ambalaj (rol-ilişkili davranış) , herkes tarafından görülür, çikolata katmanı (tipik davranışlar) ambalajı çıkarma zahmetine girenler tarafından görülür, kirazın bulunduğu en iç düzey (psikolojik nüve) ise orada neyin olduğunu görmek isteyen, bu şekerlemeyi ısırmak için harekete geçen insanlar tarafından görülür (Weinberg ve Gould,2003).

Psikolojik nüve, bu üç düzeyin sadece en iç kısmı ve kavranması gereken en zor olanı değil, aynı zamanda kişiliğimizin en istikrarlı parçası konumundadır. Örneğin, doğruluk kişinin öz değerlerinden biri olduğundan dolayı kişi daima doğruyu söyleyebilir. Fakat, kişinin davranışları katı bir spor direktörü ya da şefkatli bir ebeveyn olma gibi yaşam içindeki rollerine göre değişiklik gösterebilir. Genellikle kişilerin tepkileri psikolojik nüve ile rol-ilişkili davranış arasındaki karşılıklı etkileşim sonucu meydan gelir (Weinberg ve Gould,2003).

Kişilikteki dengenin ve değişimin her ikisi de arzu edilen bir durumdur. Kişiliğin  ekirdeği veya dengeli y n , toplum tarafından ihtiyaç duyulan etkili fonksiyonel yapıyı sağlar, buna karşın enerjik ve değişken parça öğrenmeye izin verir. Antrenörler ve beden eğitimciler belirli durumlarda rol-ilişkili davranışların ötesinde kişilik yapısının farklı düzeylerini kavradıkları takdirde bu alanda daha etkili olabilirler. Gerçek insanın davranışının tipik tarzlarını bilmek, bireylerin motivasyonunu, hareketlerini ve davranışlarını anlama kabiliyetini meydana getirir. Özde, insanlara yardım etmek için en doğru yolu seçmede onları ayakta tutan şeyin ne olduğunun bilinmesi gerekir. Bir sezon veya daha uzun süren çalışmalar, öğrencilerin, sporcuların ve egzersiz yapan bireylerin öz değerlerini anlamada kısa süreli çalışmalara göre daha fazla yardımcı olmaktadır (Weinberg ve Gould,2003).

İKİNCİ BÖLÜM

MATERYAL METOD

2.1. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı, beden eğitimi ve spor yüksekokullarında öğrenim gören öğrencilerinin proaktif kişilik özelliklerini çeşitli değişkenler açısından incelemektir.

2.2. Deneklerin Özellikleri

Bu araştırmaya yaşları 18 - 47 arasında değişen 2014–2015 Eğitim-Öğretim Yılı'nda Türkiye'nin 7 bölgesinden 28 Üniversite'nin Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulları'nda öğrenim gören 847 si erkek 585 kadın olmak üzere toplam 1432 öğrenci gönüllü olarak çalışmaya katılmıştır.

2.3. Deney Protokolü

Bu çalışmada araştırmacılar Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda Okuyan Öğrencilerinin Proaktif Kişilik Özellikleri İle Çeşitli Değişkenler Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi amaçlamaktadır. Bu doğrultuda hazırlanmış olan ölçeğimiz ifadelerini değerlendirirken samimi cevaplar vermeleri ve sağlıklı sonuçlara ulaşabilmesi bakımından katılımcılara gerekli bilgiler verilmiştir.

Çalışmada yer alacak deneklere, araştırmanın amacı ve önemi ile ilgili açıklama yapıldıktan sonra anketler dağıtılmış yapılması gerekenler hakkında bilgi verildi. Katılımcılardan, anketler aracılığıyla yazılı olarak bilgi toplanmıştır.

2.4. Deneklere Ait Bazı Demografik Özellikler

Katılımcıların yaş, cinsiyetlerine göre dağılımı, eğitim durumları, kardeş sayıları, düzenli spor yapma durumları, yaşamlarının çoğunu geçirdikleri yerlere göre, yapmış oldukları spor branşları, ,sporculuk yaşları, Kazanmış oldukları başarı durumları, Anne eğitim düzeyleri ve Baba eğitim düzeyleri, Aile aylık gelir düzeyleri,

Kendi gelir düzeyleri ile proaktif kişilik özellikleri arasında bir farklılık olup olmadığı araştırılmıştır.

2.5. Evren ve Örneklemi

Araştırmanın evrenini 2014–2015 eğitim-öğretim yılında Türkiye’nin 7 bölgesinden 28 Üniversite’nin Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokullarından öğrenim gören toplam 1432 [16-47 yaş ($\bar{x}$ = 21,61, ss = 2,82), % 51,9 (847)’si erkek, % 40,9 (585)’i kadın] öğrenci oluşturmaktadır.

2.6. Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama aracı olarak anket tekniği uygulanmıştır. Araştırma için 1500 anket dağıtılmış, 1432 anket değerlendirilmeye alınmış ve veri olarak kullanılmıştır. Araştırma verilerinin toplanmasında, Bateman ve Crant (1993) tarafından geliştirilen ve bireylerin “Proaktif kişilik özelliklerini sorgulayan” (The proactive personality scale)’dan yararlanılmıştır. Proaktif Kişilik Ölçeği tek boyutlu olup 17 maddeden oluşmaktadır. Toplam 17 maddeden oluşan ölçek 7’li Likert türünde olup, 1-7 arasına derecelendirilmiştir (1: Kesinlikle Katılmıyorum, 2: Katılmıyorum, 3: Kısmen Katılmıyorum, 4: Kararsızım, 5: Kısmen Katılıyorum, 6: Katılıyorum, 7: Kesinlikle Katılıyorum).

Proaktif Kişilik Ölçeğinin Türkçe ’ye çevrilmesinde ölçeğin maddeleri; yabancı dilde öğrenim görmüş spor bilimlerinde araştırmalar yürüten 2 spor bilimci ve 1 dil bilimci olmak üzere toplam 3 akademisyen tarafından ayrı ayrı İngilizceden Türkçe’ye çevrilmiştir. Elde edilen maddeler karşılaştırılmış ve aynı çeviriye sahip maddeler belirlenmiştir.

2.7. İstatistiksel Analiz

Elde edilen verilerin SPSS (Statistical Package for Social Sciences) 18.0 programı ile analiz edildiği bu araştırmada, katılımcıların bireysel özellikleri frekans ve yüzde dağılımlarıyla sunulmuştur. Bununla birlikte katılımcıların proaktif kişilik özellikleri ile ilgili görüşleri frekans ve yüzde dağılımlarının yanı sıra aritmetik ortalama ve standart sapma değerleriyle ortaya konmuştur.

Araştırmada katılımcıların proaktif kişilik özelliklerine ilişkin görüşlerinin bireysel özelliklerine göre karşılaştırılmasında ise iki grup için bağımsız örneklemler için t testi (Independent Samples t test) ikiden fazla grup için ise varyans analizi (One Way Anova) ile test edilmiştir. Gruplar arası farklılıkların hangi grup yada gruplardan kaynaklandığının tespiti için de Tukey testi kullanılmıştır. Araştırmada katılımcıların yaşı ile proaktif kişilik özellikleri ortalamaları arasındaki ilişki Pearson korelasyon analizi ile belirlenmiştir. Güvenirlik katsayısı Cronbach's Alpha değerleri ile belirlenmiş ve 0,93 olarak bulunmuştur. Bu sonuca göre. $p < 0,05$ in altındaki değerler istatistiksel açıdan anlamlı kabul edilmiştir. Buna göre proaktif kişilik  l eğinin güvenirlik düzeyinin yüksek olduğu tespit edilmiştir.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

Tablo 1. Katılımcıların cinsiyetlerine göre dağılımı

Cinsiyet	Sayı (f)	Yüzde (%)
Erkek	847	59,1
Kadın	585	40,9
Toplam	1432	100,0

Ankete katılan üniversite öğrencilerin cinsiyetlerine göre dağılımı Tablo 1'de verilmiş olup buna göre ankete katılan öğrencilerin %59,1'i (f=847) erkek, %40,9'u (f=585) kadındır.

Tablo 2. Katılımcıların yaş gruplarına göre dağılımı

Yaş	Sayı (f)	Yüzde (%)
16-20	559	39,0
21-25	758	52,9
26 ve üzeri	115	8,0
Toplam	1432	100,0

Katılımcıların yaş gruplarına göre dağılımı Tablo 2'te sunulmuş olup, %39,0'ı (f=559) 16-20 yaş, %52,9'u (f=758) 21-25 yaş ve %8,0'ı (f=115) 26 ve üzeri yaş gruplarında yer almaktadır.

Tablo 3. Katılımcıların yaşadıkları yerlere göre dağılımı

Yaş	Sayı (f)	Yüzde (%)
Köy	92	6,4
Kasaba	54	3,8
İlçe	327	22,8
İl	919	64,2
Yurtdışı	40	2,8
Toplam	1432	100,0

Katılımcıların yaşadıkları yerlere göre dağılımı Tablo 3'te sunulmuş olup, %64,2'si (f=919) ilde, %22,8'i (f=327) ilçede, %6,4'ü (f=92) köyde, %3,8'i (f=54) kasabada ve %2,8'i (f=40) yurtdışında yaşamaktadır.

Tablo 4. Katılımcıların düzenli spor yapma durumlarına göre dağılımı

Spor yapma durumu	Sayı (f)	Yüzde (%)
Hayır, spor yapmıyorum.	166	11,6
Evet, okul takımındayım.	186	13,0
Evet, bir kulüpte lisanslı sporcuyum.	588	41,1
Evet, lisanslı değilim ama belirli günlerde spor yapıyorum.	492	34,4
Toplam	1432	100,0

Öğrencilerin düzenli spor yapma durumlarına göre dağılımı Tablo 4'te sunulmuş olup %11,6'sı (f=166) "hayır spor yapmıyorum", %13,0'ı (f=186) "Evet, okul takımındayım", %41,1'i (f=588) "Evet, bir kulüpte lisanslı sporcuyum", %34,4'ü (f=492) "Evet, lisanslı değilim ama belirli günlerde spor yapıyorum" şeklinde cevap vermişlerdir.

Tablo 5. Katılımcıların branşlara göre dağılımı

Spor Branşı	Sayı (f)	Yüzde (%)
Bireysel	739	51,6
Takım	693	48,4
Toplam	1432	100,0

Ankete katılan öğrencilerin spor branşlarına göre dağılımı Tablo 5'te yer almaktadır. Buna göre, katılımcıların %51,6'sı (f=739) bireysel branşlar ile, %48,4'ü (f=693) takım branşları ile ilgilenmektedir.

Tablo 6. Katılımcıların spor yaşlarına göre dağılımı

Spor yaşı	Sayı (f)	Yüzde (%)
1-5	552	38,5
6-10	599	41,8
11 ve üzeri	281	19,6
Toplam	1432	100,0

Katılımcıların spor yaşlarına göre dağılımı Tablo 6’da sunulmuş olup, %38,5’i (f=552) 1-5 spor yaşı, %41,8’i (f=599) 6-10 spor yaşı ve %19,6’sı (f=281) 11 ve üzeri spor yaş gruplarında yer almaktadır.

Tablo 7. Katılımcıların spor derecelerine göre dağılımı

Spor dereceleri	Sayı (f)	Yüzde (%)
Derece yok	778	54,3
Ulusal başarı	539	37,6
Uluslararası başarı	115	8,0
Toplam	1432	100,0

Öğrencilerin spor derecelerine göre dağılımı Tablo 7’de sunulmuş olup %54,3’ü (f=778) derecesi yok iken %37,6’sı(f=539) ulusal başarı, %8,0’ı (f=115) ise uluslararası başarı elde etmiştir.

Tablo 8. Katılımcıların kardeş sayılarına göre dağılımı

Kardeş sayıları	Sayı (f)	Yüzde (%)
0-2	438	30,6
3-5	755	52,7
6 ve üzeri	239	16,7
Toplam	1432	100,0

Katılımcıların kardeş sayılarına göre dağılımı Tablo 8’de sunulmuş olup, %30,6’sı (f=438) 0-2 kardeş sayısına, %52,7’si (f=755) 3-5 kardeş sayısına ve %16,7’si (f=239) 6 ve üzeri kardeş sayısına sahip olduğunu belirtmiştir.

Tablo 9. Katılımcıların anne eğitim durumlarına göre dağılımı

Anne eğitim durumu	Sayı (f)	Yüzde (%)
Yok	115	8,0
İlkokul	653	45,6
Ortaokul	307	21,4
Lise	257	17,9
Üniversite	94	6,6
Lisansüstü	6	0,4
Toplam	1432	100,0

Ankete katılan öğrencilerin anne eğitim durumlarına göre dağılımı Tablo 9’da yer almaktadır. Buna göre, katılımcıların %8,0’ının (f=115) annesinin hiçbir eğitimi yok iken %84,9’unun (f=1217) annesi "ilkokul", "ortaokul" ve "lise" eğitim düzeyine ve %7,0’ının (f=100) annesi ise "üniversite" ve "lisansüstü" eğitim düzeyine sahip olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 10. Katılımcıların baba eğitim durumlarına göre dağılımı

Baba eğitim durumu	Sayı (f)	Yüzde (%)
Yok	65	4,5
İlkokul	441	30,8
Ortaokul	347	24,2
Lise	386	27,0
Üniversite	183	12,8
Lisansüstü	10	0,7
Toplam	1432	100,0

Ankete katılan öğrencilerin baba eğitim durumlarına göre dağılımı Tablo 10’da yer almaktadır. Buna göre, katılımcıların %4,5’inin (f=65) babasının hiçbir eğitimi yok iken %82,0’ının (f=1174) babası "ilkokul", "ortaokul" ve "lise" eğitim düzeyine ve %13,5’inin (f=193) babası ise "üniversite" ve "lisansüstü" eğitim düzeyine sahip olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 11. Katılımcıların aile aylık gelir durumlarına göre dağılımı

Aile Aylık Gelir	Sayı (f)	Yüzde (%)
0-1000tl	357	24,9
1001-2000tl	810	56,6
2000 ve üzeri tl	265	18,5
Toplam	1432	100,0

Katılımcıların aile aylık gelirlerine göre dağılımı Tablo 11’de sunulmuş olup, %24,9’unun (f=357) 0-1000tl arası, %56,6’sının (f=810) 1001-2000tl arası, ve %18,5’inin (f=265) 2000tl ve üzeri aylık gelire sahip olduğu belirlenmiştir.

Tablo 12 .Katılımcıların kendi gelir durumlarına göre dağılımı

Kendi Gelir	Sayı (f)	Yüzde (%)
0-330tl	738	51,5
331-660tl	263	18,4
661 ve üzeri tl	431	30,1
Toplam	1432	100,0

Öğrencilerin kendi aylık gelirlerine göre dağılımı Tablo 12’de sunulmuş olup, %51,5’inin (f=738) 0-330tl arası, %18,4’ünün (f=263) 331-660 tl arası ve %30,1’inin (f=431) 661 tl ve üzeri aylık gelire sahip olduğu belirlenmiştir.

Tablo 13. Katılımcıların proaktif kişilik özelliğine yönelik betimsel istatistiksel dağılımları

Madde No	Maddeler	Kesinlikle katılmıyorum	Katılmıyorum	Kısmen katılmıyorum	Kararsızım	Kısmen katılıyorum	Katılıyorum	Kesinlikle katılıyorum	$\bar{X}$	s.s.
		%	%	%	%	%	%	%		
1.	Sürekli olarak yaşamımı geliştirmenin yeni yollarını ararım.	7,2	4,3	5,9	5,5	15,4	25,1	36,7	5,40	1,84
2.	Yaşadığım toplumda veya dünyada değişiklik yapmaya istekli hissediyorum.	4,3	5,2	7,3	9,1	21,7	30,0	22,3	5,18	1,65
3.	Başkalarının yeni projeleri hayata geçirebilmesi için inisiyatif almasına izin veririm.	3,9	4,5	6,9	12,7	20,6	30,4	20,9	5,16	1,60
4.	Bulduğum her ortamda yapıcı değişikliklerin öncüsü olmuşumdur.	3,6	4,8	8,7	12,6	28,9	25,1	16,3	4,99	1,54
5.	Fikirlerimin önündeki engellerle yüzleşmek ve engellerin üstesinden gelmekten hoşlanırım.	3,8	3,7	5,8	5,9	19,2	31,8	29,8	5,48	1,59
6.	Benim için hiçbir şey, düşüncelerimin hayata geçtiğini görmekten daha heyecan verici olamaz.	3,5	3,4	5,1	9,2	17,5	27,7	33,5	5,51	1,59
7.	Sevmediğim bir şey gördüğümde onu düzeltirim.	4,0	3,4	5,7	8,9	19,8	29,0	29,2	5,41	1,60
8.	İhtimaller ne olursa olsun, bir şeye inandığımda onu yaparım.	3,8	3,2	5,0	7,2	16,8	27,9	36,2	5,59	1,60
9.	Başkaları karşı çıksa bile düşüncelerimin arkasında durmayı severim.	3,8	2,7	5,3	6,4	16,3	28,2	37,3	5,62	1,59
10.	Fırsatların farkına varma konusunda son derece iyiyimdir.	2,9	3,3	7,3	10,4	25,2	29,7	21,2	5,26	1,50
11.	Her zaman işleri daha iyi yapmanın yollarını ararım.	3,9	3,1	5,9	7,6	20,3	31,3	27,9	5,43	1,57
12.	Ne kadar zor olursa olsun, eğer bir şeye inanırsam onu gerçekleştiririm.	3,5	3,0	5,3	8,5	18,4	26,5	34,7	5,54	1,58
13.	Statükoyla mücadele etmeyi severim.	5,4	3,9	6,4	18,3	22,4	25,3	18,3	4,97	1,62
14.	Bir sorunun olduğunda üzerine yoğunlaşırım.	3,3	3,7	4,9	9,1	20,7	30,7	27,7	5,43	1,54
15.	Sorunları fırsata dönüştürmekte ustayım.	4,2	4,7	8,2	13,8	25,0	25,5	18,7	5,02	1,60
16.	İyi bir fırsatı başkalarından çok daha önce fark ederim.	3,1	4,4	8,4	12,6	26,0	24,9	20,5	5,11	1,55
17.	Birisinin bir sorunu olduğunu görürsem, elimden geldiğince ona yardım ederim.	3,8	2,7	3,6	4,7	13,3	25,0	46,9	5,83	1,58
	Genel								5,35	1,10

Tablo 13'deki bulgulara göre her bir maddeye ilişkin aritmetik ortalama değerleri incelendiğinde proaktif kişilik özelliği bakımından en yüksek görüşler "Birisinin bir sorunu olduğunu görürsem, elimden geldiğince ona yardım ederim." ($\bar{x}$ =5,83), "Başkaları karşı çıksa bile düşüncelerimin arkasında durmayı severim." ($\bar{x}$ =5,62) ve "İhtimaller ne olursa olsun, bir şeye inandığımda onu yaparım." ($\bar{x}$ =5,59) maddelerine yöneliktir. Buna göre, "Birisinin bir sorunu olduğunu görürsem, elimden geldiğince ona yardım ederim." maddesine katılımcıların %85,2'si "kesinlikle katılıyorum", "katılıyorum" ve "kısmen katılıyorum" seçenekleri ile olumlu görüş belirtirken %10,1'i ise "kesinlikle katılmıyorum", "katılmıyorum" ve "kısmen katılmıyorum" seçenekleri ile olumsuz görüş belirtmişlerdir. Bununla birlikte "Başkaları karşı çıksa bile düşüncelerimin arkasında durmayı severim." maddesine katılımcıların %81,8'i "kesinlikle katılıyorum", "katılıyorum" ve "kısmen

katılıyorum" seçenekleri ile olumlu görüş belirtirken %11,8'i ise "kesinlikle katılmıyorum", "katılmıyorum" ve "kısmen katılmıyorum" seçenekleri ile olumsuz görüş ifade etmişlerdir. Aynı şekilde "İhtimaller ne olursa olsun, bir şeye inandığımda onu yaparım" maddesine katılımcıların %80,9'u "kesinlikle katılıyorum", "katılıyorum" ve "kısmen katılıyorum" seçenekleri ile olumlu görüş belirtirken %12,0'ı ise "kesinlikle katılmıyorum", "katılmıyorum" ve "kısmen katılmıyorum" seçenekleri ile olumsuz görüş belirtmişlerdir.

Tablo 2'deki bulgulara göre katılımcıların proaktif kişilik özelliği bakımından diğer maddelere göre en düşük görüş bildirilen maddeler "Statükoyla mücadele etmeyi severim." ($\bar{x}=4,97$), "Bulunduğum her ortamda yapıcı değişikliklerin öncüsü olmuşumdur." ($\bar{x}=4,99$) ve "Sorunları fırsata dönüştürmekte ustayımdır." ($\bar{x}=5,02$) maddeleri olmuştur. Buna göre, "Statükoyla mücadele etmeyi severim." maddesine katılımcıların %66,0'ı "kesinlikle katılıyorum", "katılıyorum" ve "kısmen katılıyorum" seçenekleri ile olumlu görüş belirtirken %15,7'si ise "kesinlikle katılmıyorum", "katılmıyorum" ve "kısmen katılmıyorum" seçenekleri ile olumsuz görüş belirtmişlerdir. Bununla birlikte "Bulunduğum her ortamda yapıcı değişikliklerin öncüsü olmuşumdur." maddesine katılımcıların %70,3'ü "kesinlikle katılıyorum", "katılıyorum" ve "kısmen katılıyorum" seçenekleri ile olumlu görüş belirtirken %17,1'i ise "kesinlikle katılmıyorum", "katılmıyorum" ve "kısmen katılmıyorum" seçenekleri ile olumsuz görüş ifade etmişlerdir. Aynı şekilde "Sorunları fırsata dönüştürmekte ustayımdır." maddesine katılımcıların %69,2'si "kesinlikle katılıyorum", "katılıyorum" ve "kısmen katılıyorum" seçenekleri ile olumlu görüş belirtirken %17,1'i ise "kesinlikle katılmıyorum", "katılmıyorum" ve "kısmen katılmıyorum" seçenekleri ile olumsuz görüş ifade etmişlerdir.

Araştırmada Kullanılan Proaktif Kişilik Ölçeğinin Katılımcıların Demografik Özelliklerine Göre Karşılaştırılmasına Yönelik Bulgular;

Ankete katılan öğrencilerin araştırmada kullanılan ölçeğe yönelik görüşlerinin kişisel özelliklerine göre karşılaştırılmasına ilişkin bulgular Tablo 13 ile Tablo 23 aralığında sunulmuştur.

Tablo 14. Katılımcı görüşlerinin cinsiyetlere göre karşılaştırması

Ölçek	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	Ss	T	P
Proaktif Kişilik	Erkek	847	5,34	1,10	-0,465	0,642
	Kadın	585	5,36	1,10		

Tablo 14'de katılımcıların ölçeğe yönelik görüşlerinin cinsiyete göre karşılaştırılmasına ilişkin t testi sonuçları verilmiştir. Buna göre katılımcıların proaktif kişilik özelliklerine yönelik görüşlerinin cinsiyetlere göre anlamlı bir farklılık göstermediği görülmektedir ($p>0,05$). Tablo 14'teki ortalamalar dikkate alındığında erkekler ($\bar{x}=5,34$) ile kadınların ($\bar{x}=5,36$) proaktif kişilik özellikleri ortalaması birbirine çok yakındır.

Tablo 15. Katılımcı görüşlerinin yaş gruplarına göre karşılaştırılması

Ölçek	Yaş grubu	N	$\bar{X}$	Ss	F	P
Proaktif Kişilik	16-20	559	5,42 ^a	1,08	3,846	0,022*
	21-25	758	5,28 ^b	1,11		
	26 ve üzeri	115	5,49 ^a	1,09		

* $p<0,05$; ^{a,b} Farklı harfler gruplar arası farklılığı temsil eder.

Tablo 15'de katılımcıların ölçeğe yönelik görüşlerinin yaş gruplarına göre karşılaştırılmasına ilişkin varyans analizi sonuçları verilmiştir. Buna göre katılımcıların proaktif kişilik özelliklerine yönelik görüşleri yaş gruplarına göre anlamlı bir farklılık gösterdiği görülmektedir ($p<0,05$). Tablo 15'deki ortalamalar dikkate alındığında 16-20 yaş grubu ($\bar{x}=5,42$) ve 26 ve üzeri yaş grubu ortalamaları ($\bar{x}=5,49$) istatistiksel olarak birbirine benzer iken 21-25 yaş grubu ortalaması ($\bar{x}=5,28$) diğer gruplardan düşük çıkmış olup istatistiksel olarak farklı bulunmuştur.

Tablo 16. Katılımcı görüşlerini kardeş sayısına göre karşılaştırılması

Ölçek	Kardeş Sayıları	N	$\bar{X}$	Ss	F	p
Proaktif Kişilik	0-2	438	5,36	1,06	0,711	0,491
	3-5	755	5,37	1,10		
	6 ve üzeri	239	5,27	1,15		

Tablo 16'da katılımcıların ölçeğe yönelik görüşlerinin kardeş sayısı gruplarına göre karşılaştırılmasına ilişkin varyans analizi sonuçları verilmiştir. Buna göre katılımcıların proaktif kişilik özelliklerine yönelik görüşlerinin kardeş sayısı gruplarına göre anlamlı bir farklılık göstermediği görülmektedir ($p>0,05$).

Tablo 17. Katılımcı görüşlerinin yaşadıkları yere göre karşılaştırması

Ölçek	Yaşadıkları yer	N	$\bar{X}$	Ss	F	p
Proaktif Kişilik	Köy	92	5,34	1,12	0,475	0,754
	Kasaba	54	5,31	1,05		
	İlçe	327	5,28	1,10		
	İl	919	5,38	1,10		
	Yurtdışı	40	5,34	1,16		

Tablo 17'de katılımcıların ölçeğe yönelik görüşlerinin yaşadıkları yerlere göre karşılaştırılmasına ilişkin varyans analizi sonuçları verilmiştir. Buna göre katılımcıların proaktif kişilik özelliklerine yönelik görüşlerinin yaşadıkları yerlere göre anlamlı bir farklılık göstermediği görülmektedir ($p>0,05$).

Tablo 18. Katılımcı görüşlerinin spor branşlarına göre karşılaştırılması

Ölçek	Branş	N	$\bar{X}$	Ss	T	P
Proaktif Kişilik	Bireysel	739	5,33	1,11	-	0,411
	Takım	693	5,37	1,09	0,823	

Tablo 18'de katılımcıların ölçeğe yönelik görüşlerinin spor branşlarına göre karşılaştırılmasına ilişkin t testi sonuçları verilmiştir. Buna göre katılımcıların proaktif kişilik özelliklerine yönelik görüşlerinin spor branşlarına göre anlamlı bir farklılık göstermediği görülmektedir ($p>0,05$). Tablo 18'teki ortalamalar dikkate alındığında bireysel branşlar ($\bar{x}=5,34$) ile takım branşları ($\bar{x}=5,36$) proaktif kişilik özellikleri ortalaması birbirine çok yakındır.

Tablo 19. Katılımcı görüşlerinin anne eğitim durumuna göre karşılaştırması

Ölçek	Eğitim durumu	N	$\bar{X}$	Ss	F	P
Proaktif Kişilik	Yok	115	5,47	1,07	1,385	0,227
	İlkokul	653	5,31	1,13		
	Ortaokul	307	5,40	1,03		
	Lise	257	5,39	1,07		
	Üniversite	94	5,26	1,21		
	Lisansüstü	6	4,60	,74		

Tablo 19'da katılımcıların ölçeğe yönelik görüşlerinin anne eğitim durumuna göre karşılaştırılmasına ilişkin varyans analizi sonuçları verilmiştir. Buna göre katılımcıların proaktif kişilik özelliklerine yönelik görüşlerinin anne eğitim durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermediği görülmektedir ($p>0,05$).

Tablo 20. Katılımcı görüşlerinin baba eğitim durumlarına göre karşılaştırması

Ölçek	Eğitim durumu	N	$\bar{X}$	Ss	F	P
Proaktif Kişilik	Yok	65	5,45	1,17	1,047	0,389
	İlkokul	441	5,30	1,17		
	Ortaokul	347	5,37	1,01		
	Lise	386	5,40	1,05		
	Üniversite	183	5,31	1,16		
	Lisansüstü	10	4,79	,97		

Tablo 20'de katılımcıların ölçeğe yönelik görüşlerinin baba eğitim durumuna göre karşılaştırılmasına ilişkin varyans analizi sonuçları verilmiştir. Buna göre katılımcıların proaktif kişilik özelliklerine yönelik görüşlerinin baba eğitim durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermediği görülmektedir ($p>0,05$).

Tablo 21. Katılımcı görüşlerinin aile aylık gelirine göre karşılaştırması

Ölçek	Aile Aylık Gelir	N	$\bar{X}$	Ss	F	P
Proaktif Kişilik	0-1000	357	5,19 ^a	1,17	4,742	0,009
	1001-2000	810	5,40 ^b	1,03		
	2000 ve üzeri	265	5,39 ^b	1,17		

*p<0,05; ^{a,b} Farklı harfler gruplar arası farklılığı temsil eder.

Tablo 21'de katılımcıların ölçeğe yönelik görüşlerinin aile aylık gelirine göre karşılaştırılmasına ilişkin varyans analizi sonuçları verilmiştir. Buna göre katılımcıların proaktif kişilik özelliklerine yönelik görüşleri aile aylık gelirine göre anlamlı bir farklılık gösterdiği görülmektedir (p<0,05). Tablo 21'deki ortalamalar dikkate alındığında 0-1000 tl ($\bar{x}$ =5,19) ile 1001-2000 tl ($\bar{x}$ =5,40) ve 2000 tl ve üzeri ($\bar{x}$ =5,39) aile aylık gelir düzeyi ortalamaları istatistiksel olarak birbirinden farklıdır.

Tablo 22. Katılımcı görüşlerinin kendi aylık gelirine göre karşılaştırması

Ölçek	Kendi Aylık Gelir	N	$\bar{X}$	Ss	F	P
Proaktif Kişilik	0-330 tl	738	5,36	1,09	0,062	0,940
	331-660 tl	263	5,35	1,17		
	661 ve üzeri	431	5,33	1,07		

Tablo 22'de katılımcıların ölçeğe yönelik görüşlerinin kendi aylık gelirine göre karşılaştırılmasına ilişkin varyans analizi sonuçları verilmiştir. Buna göre katılımcıların proaktif kişilik özelliklerine yönelik görüşlerinin kendi aylık gelirlerine göre anlamlı bir farklılık göstermediği görülmektedir (p>0,05).

Tablo 23. Katılımcı görüşlerinin spor yaş gruplarına göre karşılaştırması

Ölçek	Spor Yaşı Grubu	N	$\bar{X}$	Ss	F	P
Proaktif Kişilik	1-5	552	5,22 ^a	1,08	6,305	0,002*
	6-10	599	5,42 ^b	1,10		
	>10	281	5,45 ^b	1,11		

*p<0,05; ^{a,b} Farklı harfler gruplar arası farklılığı temsil eder.

Tablo 23'de katılımcıların ölçeğe yönelik görüşlerinin spor yaşı gruplarına göre karşılaştırılmasına ilişkin varyans analizi sonuçları verilmiştir. Buna göre katılımcıların proaktif kişilik özelliklerine yönelik görüşleri spor yaşı gruplarına göre anlamlı bir farklılık gösterdiği görülmektedir (p<0,05). Tablo 22'deki ortalamalar dikkate alındığında 1-5 spor yaşı grubu ($\bar{x}$ =5,222) ile 6-10 spor yaşı grubu ($\bar{x}$ =5,42) ve 11 ve üzeri spor yaşı grubu ($\bar{x}$ =5,45) ortalamaları istatistiksel olarak birbirinden farklı bulunmuştur.

Tablo 24. Katılımcı görüşlerinin spor başarı derecelerine göre karşılaştırması

Ölçek	Derece	N	$\bar{X}$	Ss	F	P
Proaktif Kişilik	Derece yok	778	5,26 ^a	1,15	5,480	0,004*
	Ulusal başarı	539	5,47 ^b	0,98		
	Uluslararası başarı	115	5,38 ^{ab}	1,25		

*p<0,05; ^{a,b} Farklı harfler gruplar arası farklılığı temsil eder.

Tablo 24'de katılımcıların ölçeğe yönelik görüşlerinin derece durumlarına göre karşılaştırılmasına ilişkin varyans analizi sonuçları verilmiştir. Buna göre katılımcıların proaktif kişilik özelliklerine yönelik görüşleri derece durumlarına göre anlamlı bir farklılık gösterdiği görülmektedir (p<0,05). Tablo 23'deki ortalamalar dikkate alındığında derecesi olmayan öğrencilerin proaktif kişilik özellikleri ($\bar{x}$ =5,26) ulusal başarısı ($\bar{x}$ =5,47) ve uluslararası başarısı ($\bar{x}$ =5,38) olan öğrencilere göre düşük olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 25. Katılımcı görüşlerinin spor yapma durumlarına göre karşılaştırması

Ölçek	Spor Yapma Durumları	N	$\bar{X}$	Ss	F	p
Proaktif Kişilik	Hayır, spor yapmıyorum.	166	5,16 ^a	1,19	2,787	0,040*
	Evet, okul takımındayım.	186	5,40 ^b	1,09		
	Evet, bir kulüpte lisanslı sporcuyum.	588	5,42 ^b	1,04		
	Evet, lisanslı değilim ama belirli günlerde spor yapıyorum.	492	5,31 ^b	1,13		

*p<0,05; ^{a,b} Farklı harfler gruplar arası farklılığı temsil eder.

Tablo 25’de katılımcıların ölçeğe yönelik görüşlerinin spor yapma durumlarına göre karşılaştırılmasına ilişkin varyans analizi sonuçları verilmiştir. Buna göre katılımcıların proaktif kişilik özelliklerine yönelik görüşleri spor yapma durumlarına göre anlamlı bir farklılık gösterdiği görülmektedir (p<0,05). Tablo 24’deki ortalamalar dikkate alındığında "hayır spor yapmıyorum" diyenlerin ortalaması ($\bar{x}$ =5,16)"Evet, okul takımındayım"($\bar{x}$ =5,40), "Evet, bir kulüpte lisanslı sporcuyum"($\bar{x}$ =5,42) ve "Evet, lisanslı değilim ama belirli günlerde spor yapıyorum"($\bar{x}$ =5,31) diyenlerden daha düşüktür.

Tablo 26. Katılımcı yaşlarının proaktif kişilik özelliği ile ilişkisi

Değişkenler	Yaş
Korelasyon katsayısı	0,014
P	0,606
N	1432

Tablo 26’da proaktif kişilik ortalamaları ile yaşlar arasındaki ilişki verilmiştir. Buna göre, proaktif kişilik ortalamaları ile yaş arasında çok düşük, pozitif yönde bir ilişki olmasına rağmen bu ilişki istatistiksel olarak anlamsız bulunmuştur (p>0,05)

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

TARTIŞMA

Katılımcıların yaş, cinsiyet, eğitim durumları, kardeş sayıları, spor yapma durumları, yaşamlarının çoğunu geçirdikleri yerlere göre, yapmış oldukları spor branşları, spor yaşları, kazanmış oldukları başarı durumları, anne eğitim düzeyleri ve baba eğitim düzeyleri, aile aylık gelir düzeyleri, kendi gelir düzeyleri ile proaktif kişilik özellikleri düzeyleri arasındaki ilişkiyi ortaya koymak amacıyla yapılan bu araştırmada elde edilen bulgular tartışılıp yorumlanmıştır.

1. Yapılan bu çalışmada proaktif kişilik ortalamaları ile yaşlar arasındaki ilişki incelenmiştir. Buna göre, proaktif kişilik ortalamaları ile yaş arasında düşük düzey, pozitif yönde bir ilişki olmasına rağmen bu ilişki istatistiksel olarak anlamsız bulunmuştur. Literatürde yaş değişkeni ile proaktif kişilik yapısının karşılaştırılmış olduğu bir araştırmaya rastlanılamamıştır.
2. Katılımcıların ölçeğe yönelik görüşlerinin cinsiyetlere göre karşılaştırılmasına ilişkin t testi sonuçları verilmiştir. Buna göre katılımcıların proaktif kişilik özelliklerine yönelik görüşlerinin cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermediği sonucuna varılmıştır.

Karasu (2013), yapmış olduğu çalışmada öğrencilerin özerklik gelişimleri, bağlanma stilleri ve proaktif kişilik yapılarını karşılaştırmış ve yapılan t-testi sonuçlarına özerklik gelişimlerinde cinsiyete göre anlamlı farklılaşma olmadığı; ancak bağlanma stillerinde yüksek erkek öğrencilerin güvenli ve saplantılı bağlanma puan ortalamalarının yüksek olduğu kız öğrencilerinde korkulu bağlanma puan ortalamasının yüksek olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Proaktif başa çıkma düzeylerinin erkek öğrencilere göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Özellikle proaktif, reaktif, stratejik planlama ve aracı-duygusal destek arayışı puanları açısından kızların erkek öğrencilere göre daha yüksek ortalamaya sahip oldukları bulgusuna ulaşılmıştır.

Yine başka bir çalışmada Şahin (2006), kadınların proaktif basa çıkma, reflektif basa çıkma, stratejik planlama, önleyici basa çıkma, aracı-duygusal destek arayışı ve kaçınma basa çıkma becerilerinin erkeklerin basa çıkma beceri düzeylerinden düşük olacağını ifade etmektedir. Yapılan araştırmada stratejik

planlama ve aracı duygusal basa çıkma becerilerinde erkeklerin lehine üstünlük olduğu tespit edilmiştir. Kaçınma basa çıkma becerilerinde ise kızların lehine bir üstünlük olduğu ortaya konmuştur. Ancak proaktif basa çıkma, reflektif basa çıkma, ve önleyici basa çıkma becerilerinde cinsiyet etkin olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

3. Yapmış olduğumuz çalışmada katılımcıların ölçeğe yönelik görüşlerinin kardeş sayısı gruplarına göre karşılaştırılmasına ilişkin varyans analizi sonuçları incelenmiş. Buna göre katılımcıların proaktif kişilik özelliklerine yönelik görüşlerinin kardeş sayısı gruplarına göre anlamlı bir farklılık göstermediği görülmektedir.

Karasu (2013), yapmış olduğu çalışmada, öğrencilerin özerklik gelişimleri, bağlanma stilleri ve proaktif kişilik yapılarını karşılaştırmıştır. Yapılan analizler incelendiğinde özerklik gelişimi, bağlanma stilleri ve proaktif kişilik yapılarında öğrencilerin kardeş sayılarına göre bir farklılaşma olmadığı sonucuna varılmıştır.

Şahin (2006), araştırmasında bireylerin kardeş sayısı ile proaktif başa çıkma, stratejik planlama, önleyici başa çıkma, aracı duygusal destek arayışı ve kaçınma basa çıkma beceri düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir.

Proaktif kişiliğin oluşmasını sağlayan en önemli etken bireyin kendisidir. Kardeş sayısı gibi dış etkenler bu becerilerin oluşumunda ve geliştirilmesinde etkilidir ancak tek başına yeterli değildir. ABD’ de bir araştırmaya göre, tartışıp kavga eden kardeşler sorunların nasıl çözüleceğini de öğreniyor. Tek çocuk ise arkadaş edinmede başarısız oluyor. Yine ABD’ de yapılan bir başka araştırmada, kardeşi olmayan çocukların sosyal yetenekler açısından daha başarısız olduğu belirlenmiştir. Cinsiyet ve yaş farkının önemli olmadığını söyleyen Ohio Üniversitesi Profesörü Douglas Downey, “Kardeşler tartışır, kavga eder, bu sayede sorunları nasıl öğrenirler” demiştir. (<http://www.turkpsikoloji.com/content.asp?contentid=664>)

4. Yapmış olduğumuz çalışmada katılımcıların spor yapma durumları göre karşılaştırılmasına ilişkin varyans analizi sonuçları verilmiştir. Buna göre katılımcıların proaktif kişilik özelliklerine yönelik görüşleri spor yapma durumlarına göre anlamlı bir farklılık gösterdiği görülmektedir.

Literatürde spor yapma durumları ve proaktif kişilik yapısı arasındaki ilişki boyutunun bakıldığında konuyla ilgili bir araştırmaya rastlanılamamıştır. Yapılan bazı kişilik araştırmalarından yararlanılmıştır.

İkizler (2000), yaptığı çalışmada her şeyden önce, düzenli olarak yapılan spor, psikolojik olarak bir takım değişikliklere yol açtığını ruhsal sağlığın parametreleri arasında sayılan duygu durum, kaygı, depresyon ve benlik algısına yardımcı olduğunu belirtmiştir. Erkal ve arkadaşları, sportif etkinliklere katılan çocukların, hareket aracılığı ile duygularını ifade etme imkânı bulacaklarını saldırganlık, öfke, kıskançlık vb. gibi duygularında boşalma sağladığını ve bunları kontrol etmesini öğrendiklerini belirtmişlerdir.

Düzenli yapılan spor bireylere iyi düşünmeyi daha kapsamlı bakış açıları geliştirmeyi, sorunlara farklı yönlerden yaklaşmayı, hızlı ve doğru çözümler üretmeyi, güçlü bir bünye güçlü bir ruhsal denge, doğru iletişim kurmayı hem insan ilişkilerinde hem de iş hayatında başarılarını etkileyeceği varsayılmış, spor yapan bireylerin spor yapmayan bireylere göre proaktif kişilik özellikleri üzerinde farklılıklar olabileceği düşünülmektedir. Yapılan araştırma sonucunda spor yapan bireylerin proaktif kişilik düzeyleri arasında anlamsal bazı farklılıklar ortaya çıkmıştır.

5. Yapmış olduğumuz çalışmada katılımcıların ölçeğe yönelik görüşlerinin yaşadıkları yerlere göre karşılaştırılmasına ilişkin varyans analizi sonuçları incelenmiş olup, buna göre katılımcıların proaktif kişilik özelliklerine yönelik görüşlerinin yaşadıkları yerlere göre anlamlı bir farklılık göstermediği görülmektedir.

Şahin (2006), yapmış olduğu araştırmasında ortaya çıkan araştırma sonuçları bulgularımızı destekler niteliktedir ve araştırma sonuçlarına göre; proaktif başa çıkma ve onun alt boyutları olarak ele aldığımız başa çıkma stratejileri sonradan edinilen ve yalnızca bireyin kendi isteği ile geliştirebileceği kazanımlardır. Dolayısıyla bu kazanımlara sahip olmak çevresel koşullardan çok fazla etkilenmez.

Karasu (2013), çalışmasında en uzun süre yaşanan yerleşim yerine göre özerklik, bağlanma ve proaktif kişilik yapılarını karşılaştırmış, özerklik gelişimlerinin

ve proaktif kişilik yapılarının uzun yaşanan yerleşim yerine göre anlamlı farklılaşma göstermediği sonucuna ulaşmıştır.

Proaktif insanlar kendi hayatlarına kendi kararları doğrultusunda kılavuzluk ederler ve dışardan etkilenmezler. Bireyin yaşadığı yerin özellikleri ve bulunduğu çevrenin kültürel yapısı proaktif kişilik özelliğini etkileyeceği varsayılsa da yapılan araştırmada bunu destekleyecek bir bulguya rastlanamamıştır.

6. Yapmış olduğumuz çalışmada katılımcıların ölçeğe yönelik görüşlerinin spor branşlarına göre karşılaştırılmasına ilişkin t testi ile incelenmiş olup, buna göre katılımcıların proaktif kişilik özelliklerine yönelik görüşlerinin spor branşlarına göre anlamlı bir farklılık göstermediği görülmektedir.

Literatürde spor branşları ve proaktif kişilik yapısı arasındaki ilişki boyutunun bakıldığında konuyla ilgili bir araştırmaya rastlanılamamıştır. Yapılan bazı kişilik araştırmalarından yararlanılmıştır.

Çetinöz (2005), kişilik özelliklerini karşılaştırdığı çalışmada; bireysel sporcuların, takım sporcularına göre daha kararlı, sorumlu ve olgun olduğu sonucunu elde etmiştir.

7. Çalışmamızda katılımcıların ölçeğe yönelik görüşlerinin spor yaşı gruplarına göre karşılaştırılmasına ilişkin varyans analizi sonuçları incelendiğinde; katılımcıların proaktif kişilik özelliklerine yönelik görüşleri spor yaşı gruplarına göre anlamlı bir farklılık gösterdiği görülmektedir.

Literatürde spor yaşı ve proaktif kişilik yapısı arasındaki ilişki boyutunun bakıldığı araştırmaya rastlanılamamıştır. Yapılan bazı kişilik araştırmalarından yararlanılmıştır.

Hoffstetter ve ark. (1990), çalışmalarında; ilköğretim 6-14 yaş, orta öğretim 15-18 yaş ve yükseköğretimde spora başlayanlar arasında yetişkinlerin düzenli olarak yaptıkları egzersizle, sosyal öğrenme ve spor faaliyetlerinin sosyal yetkinlik beklentisi ile ilişkisini ortaya koymuşlardır.

Erken yaşıta spora başlamanın pek çok avantajı olduğu bilinmektedir. Uzun süre spor yapan bireylerin durağan yaşam ve obezitenin yol açabileceği sağlık sorunlarının önlenmesinin yanı sıra bireyin sosyalleşmesine yardımcı olan sporun içinde barındırdığı kurallar, öz disiplin, rekabetle baş etme, tekrar deneme, belli bir amaca yönelme, hedefe ilerleme hayat kalitesini etkileyebilecek davranışlar kazanması gibi önemli yetiler kazandırdığı bilinmektedir. Spor bireyin toplum içindeki kabulünü ve bireyin kendine olan güvenini artırır. Sporun bu kazanımlarının yanında spor yaşı ile proaktif kişilik özellikleri arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığı araştırılmış, yapılan analizler sonucunda spor yaşının öğrencilerin proaktif kişilik özelliklerini etkilediği tespit edilmiştir.

8. Yapmış olduğumuz çalışmada katılımcıların ölçeğe yönelik görüşlerinin derece durumlarına göre karşılaştırılmasına ilişkin varyans analizi sonuçları verilmiştir. Buna göre katılımcıların proaktif kişilik özelliklerine yönelik görüşleri derece durumlarına göre anlamlı bir farklılık gösterdiği görülmektedir.

Başarılı sporcuların sorunlarla başa çıkmada, kendine güven, hedef belirleme ve bir hazırlık planına sahip olma gibi psikolojik becerileri kullanmanın performansları üzerinde pozitif etkileri olabileceği ve bu özelliğe sahip bireylerin proaktif kişilik özelliklerine ne kadar sahip olabilecekleri düşünülmekte yapılan analizler sonucunda ortaya çıkan bulgulara göre başarı düzeyleri yüksek olan bireylerin proaktif kişilik özellikleri arasında anlamlı ilişkilere rastlanılmıştır. Başarı düzeyi yüksek olan sporcuların proaktif kişilik özellikleri arasında bir ilişki olacağı varsayılmış olup; yapılan araştırma sonucunda ortaya çıkan bulgular varsayımı destekler niteliktedir.

Literatürde başarı durumları ve proaktif kişilik yapısı arasındaki ilişki boyutunun bakıldığı araştırmaya rastlanılamamıştır. Yapılan bazı kişilik araştırmalarından yararlanılmıştır.

Yapılan diğer bir araştırmada ise başarılı ve başarısız güreşçi (Gould, Weiss, Weinberg, 1981; Highlen, Bennet, 1979), jimnastikçi (Mahoney, Avenner, 1977), raketball (Meyers, Cooke, Cullen, Liles, 1979) oyuncularını arasında kendine güven konusunda farklılıklar olduğu bulunmuştur. Kişi spor yapmakla bazı becerilerini

geliştirerek bu becerileri zorlu ortamlarda ihtiyaç duyduğu zaman kullanabilir. Baskı altında kararlar alabilme, değişik durumlara göre taktik geliştirebilme gibi beceriler başarılı olabilmek için ön koşullar olabilir. Kendine güvenin, performans üzerinde pozitif katkıları olduğu görülmektedir.

9. Çalışmamızda katılımcıların ölçeğe yönelik görüşlerinin anne eğitim durumuna göre karşılaştırılmasına ilişkin varyans analizi sonuçları verilmiştir. Buna göre katılımcıların proaktif kişilik özelliklerine yönelik görüşlerinin anne eğitim durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermediği görülmektedir.

Literatürde anne eğitim düzeyi ve proaktif kişilik yapısı arasındaki ilişki boyutunun bakıldığında konuyla ilgili bir araştırmaya rastlanılamamıştır. Yapılan bazı kişilik araştırmalarından yararlanılmıştır.

Annenin eğitim düzeyinin yükselmesiyle bireylerin proaktif kişilik özelliklerini etkileyeceği ve eğitim düzeylerinin de düşük olduğu annelerin ve çocuklarına sert, baskıya dayalı disiplin uyguladıkları, bu durumun da bireylerin proaktif kişilik özelliklerini olumsuz yönde etkilediği varsayılmış yapılan araştırma sonucunda anlamlı bir ilişkiye rastlanılamamış yapılan varsayımı destekler nitelikte bir sonuca ulaşılamamıştır.

10. Yapmış olduğumuz çalışmada katılımcıların ölçeğe yönelik görüşlerinin baba eğitim durumuna göre karşılaştırılmasına ilişkin varyans analizi sonuçlarına bakıldığında ise; katılımcıların proaktif kişilik özelliklerine yönelik görüşlerinin baba eğitim durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermediği görülmektedir.

Literatürde anne eğitim düzeyi ve proaktif kişilik yapısı arasındaki ilişki boyutunun bakıldığında konuyla ilgili bir araştırmaya rastlanılamamıştır. Baba eğitim durumunun karşılaştırıldığı bazı araştırmalarından yararlanılmıştır.

Duralp ve diğerlerinin (2009), sağlık yüksekokulu öğrencilerinin sosyal becerilerinin problem çözme becerileri üzerine etkisinin incelenmesi isimli araştırmasında; öğrencilerin anne ve babalarının öğrenim durumlarına göre Sosyal Beceri Ölçeği'nden aldıkları puanları incelemiş, anne öğrenim durumunun

öğrencilerin sosyal becerilerini etkilediği ancak baba öğrenim durumunun öğrencilerin sosyal becerilerini etkilemediği sonucuna varmışlardır.

11. Çalışmamızda katılımcıların ölçeğe yönelik görüşlerinin aile aylık gelirine göre karşılaştırılmasına ilişkin varyans analizi sonuçları verilmiştir. Buna göre katılımcıların proaktif kişilik özelliklerine yönelik görüşleri aile aylık gelirine göre anlamlı bir farklılık gösterdiği tespit edilmiştir.

Seven (2008), yaptığı çalışmada refah seviyesi yüksek olan ailelerin çocuklarının, daha düşük refah seviyesine sahip ailelerin çocuklarına oranla sosyal beceri düzeylerinin daha yüksek olduğu sonucuna varmıştır.

Sosyo-ekonomik düzeyi yüksek olan ailelerin çocuklarının sosyo-ekonomik düzeyi daha düşük seviyeye sahip ailelerin çocuklarına oranla, sosyal ilişkiler duygusal durumlar, liderlik davranışı açısından üst sosyo-ekonomik düzeyde olan öğrenciler daha düşük seviyede olan öğrencilere göre proaktif kişilik özelliklerini etkileyebileceği düşünülmüş ve yapılan araştırma sonucunda ailenin ekonomik düzeyi ile proaktif kişilik özellikleri arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Elde edinilen verilerin analizi sonucunda ortaya konulan bulgulara dayalı olarak refah seviyesi yüksek olan bireylerin proaktif kişilik özellikleri daha düşük refah seviyesine sahip olan bireylere göre farklılıklar ortaya çıkmıştır.

12. Araştırmamızda katılımcıların sosyoekonomik düzeyi ile proaktif kişilik yapısını karşılaştırılmasına ilişkin varyans analizi sonuçları verilmiştir. Buna göre katılımcıların proaktif kişilik özelliklerine yönelik görüşlerinin kendi aylık gelirlerine göre anlamlı bir farklılık göstermediği tespit edilmiştir.

Şahin (2006), araştırmasında bireyin sosyoekonomik düzeyi ile proaktif kişilik yapısını incelediği araştırmasında; bireyin sosyoekonomik düzeyi ile proaktif kişilik yapısı arasında bir ilişkiye rastlanamamıştır.

Başka bir araştırmaya göre Karasu (2013) araştırmasında sosyoekonomik durumlarına göre öğrencilerin özerklik, bağlanma stilleri ve proaktif kişilik yapılarını karşılaştırmış olup; özerklik ve proaktif kişilik yapılarında bireyin sosyoekonomik durumuna göre görece olarak alt ve üst sed gelen grupların ortalamaları arasında fark

olsa da istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşmanın olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuçlar araştırma bulgularımızı destekler niteliktedir.

Konuyla ilgili daha önceden yurt dışında gerçekleştirilen çalışmaların incelenmesi ve daha önce yapılmış olan araştırmalardan elde edilen verilerin analizi sonucunda ortaya konulan bulgulara dayalı olarak beden eğitimi spor yüksekokullarında öğrenim gören öğrencilerin proaktif kişilik özellikleri ile çeşitli değişkenler arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Yapılan araştırmalardan elde edilen bulgular tartışılıp yorumlanmıştır. Araştırma bulgularından bazıları denenceleri destekleyen niteliktedir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırma kapsamında beden eğitimi ve spor yüksekokulunda öğrenim gören öğrencilerin proaktif kişilik özellikleri ile çeşitli değişkenler incelenmiştir. Ayrıca öğrencilerin yaş cinsiyet kardeş sayısı spor yapma durumları, yaptıkları spor branşları anne eğitim durumu baba eğitim durumu aylık gelir düzeyleri, spor yaşı aile gelir düzeyleri kazanılan en üst düzeydeki başarıları, kardeş sayısına, ekonomik duruma ve yaşadıkları çevre gibi bağımsız değişkenlere göre farklılaşma gösterip göstermediği ile ilgili sorulara cevap aranmıştır.

Konuyla ilgili daha önceden gerçekleştirilen çalışmaların incelenmesi ve ölçeğin uyarlaması aşamasında elde edilen verilerin analizi sonucunda ortaya konulan bulgulara dayalı olarak proaktif kişiliğin yaşamın kalitelendirilmesinde önemli rol oynadığı tespit edilmiştir. Bulgulardan bazıları yapılan çalışmaları destekleyen niteliktedir. Bu bölümde proaktif kişilik özellikleri ile çeşitli değişkenler arasındaki ilişki incelenerek, elde edilen bulgulara dayalı olarak varılan sonuçlara ve bu sonuçlar doğrultusundaki önerilere yer verilmiştir.

Bireylerin proaktif kişilik özellikleri ve demografik özelliklere göre farklılık göstermesine ilişkin bulguların yorumu:

Elde edilen bulguya göre, bireylerin proaktif kişilik özellikleri ile yaş arasında çok düşük pozitif yönde bir ilişki olmasına rağmen gruplar arasında istatistiksel olarak anlamsız bir farklılık bulunmuştur.

Bir başka bulguya göre katılımcıların proaktif kişilik özellikleri ile cinsiyetlerine göre dağılımlarında anlamlı bir farklılık göstermemiştir. Yapılan istatistiklere göre proaktif kişilik ortalaması birbirine çok yakındır.

Elde edilen başka bir bulguya göre ise, proaktif kişilik özellikleri ile kardeş sayısına göre bireylerin proaktif kişilik özellikleri arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Kardeş sayısı ile proaktif kişilik özellikleri ilişkili değildir.

Araştırma sonuçlarından bir diğeri ise spor branşlarına göre proaktif kişilik özellikleri karşılaştırılmış ve ortaya çıkan bulgular sonucunda bireysel ve takım sporlarına göre anlamsal bir ilişki bulunamamıştır.

Diğer bir sonuca göre, bireylerin yaşadıkları yer ile proaktif kişilik özellikleri arasında anlamlı bir farklılık göstermediği ortaya çıkmıştır. Bireyin kendi isteğiyle geliştirebileceği kazanımlardır. Dolayısıyla bu kazanımlara sahip olmak çevresel koşullardan fazla etkilenmez.

Yapılan araştırma sonucunda, proaktif kişilik özelliklerine yönelik görüşlerinin anne eğitim durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermediği görülmektedir.

Araştırma sonuçlarından bir diğeri, katılımcıların proaktif kişilik özelliklerine yönelik görüşlerinin baba eğitim durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermediği görülmektedir.

Araştırma sonucunda ortaya çıkan başka bir bulguya göre, proaktif kişilik özellikleri ile katılımcıların aylık gelir düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Araştırma sonuçlarından bir diğeri ise, aile aylık gelir düzeyleri ile proaktif kişilik özellikleri incelenmiş olup, yüksek gelir düzeylerine sahip olan bireylerin düşük gelir düzeyine sahip olanlara göre daha yüksek olacağı varsayılmıştır. Yapılan araştırmalar bu denenceyi destekler niteliktedir. Bireylerin proaktif kişilik özellikleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır.

Diğer bir sonuca göre katılımcıların proaktif kişilik özellikleri spor yaşı ortalamaları arasında anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Uzun süredir spor yapan bireylerin kişilik özelliklerinin daha yüksek olduğu yapılan araştırmalar sonucunda ortaya çıkmıştır.

Yapılan başka bir araştırma sonucunda ortaya çıkan bir bulguya göre katılımcıların proaktif kişilik özellikleri ile derece durumlarına göre karşılaştırılmasında anlamlı bir ilişki görülmektedir. Katılımcıların uluslararası başarı elde etmiş bireylerin proaktif kişilik özellikleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır.

Diğer bir bulguda ortaya çıkan sonuca göre proaktif kişilik özellikleri ile spor yapma durumları arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Proaktif kişilik özelliklerine sahip bireylerin olaylar karşısında etkin     m bulma olaylara  zg ven ile yaklaşma ve bireysel kapasitelerini     me aktarmalarında olumlu yaklaşımlarının gözlemlendiği çalışmamız içerisinde yer almaktadır. Eğitim -  ğretimin her kademesindeki bireylerin bu özelliği kişiliklerine ve yaşamlarına eklemeleri gereken bir özellik olduğu düşünülmektedir.

Geleceğimizin teminatı olan yeni nesillerimizin, kişilik özelliklerinin gelişmesi ve olumlu özellikleri yaşamlarına katmalarının faydalı olacağı, bu ve devamının gelmesini arzu ettiğimiz diğer araştırmaların da bu yönde yapılacak olan çalışmalara ışık tutacağı kesindir. Araştırmamıza konu olan proaktif kişilik özelliklerinin tespiti ve analizi yapılacak çalışmalarda ilk adım olarak değerlendirilebilir. Yapılan çalışmanın farklı yaş gruplarında ve farklı eğitim kademelerinde yapılmasının daha geniş kapsamlı sonuçlar elde etmek için faydalı olduğu düşünülmekte ve bu yönde araştırma yapılması araştırmacılara önerilmektedir.

Toplum bireylerden teşekkül bir yapı olarak değerlendirilir. Toplumun sahip olduğu en büyük değer insandır. Bireylerin  zellikleri toplumunda özelliklerini ifade edecektir. Literatürde değinilen birçok özellik dikkate alındığında toplumu oluşturan bireylerde istendik durumlara proaktif özelliklerde kaçınılmaz olarak eklenecektir. Vizyon ve misyon sahibi, öz yeterliliği yerinde, öz güvenirliliği yüksek, bulunduğu çevreyi etkileyen, zeka alanları arasında koordinasyonunu sağlamış, hatalarından çıkarımları ile doğruya ulaşmayı bilen, gerçekçi, problemleri ile başa çıkabilen, problem ortaya çıkmadan önce tedbir alabilen, yaşamını planlayabilen ve hedefler belirleyebilen, lider özelliklerine sahip bireyler toplumun ihtiyaçları arasında daima yer alacaktır.

Sonuç olarak; proaktif kişilik özelliklerine sahip bireylerin var olmasında olumlu etkileri gözlemlenen ve anlaşılan sporun, ilk gelişim dönemlerinden başlayarak tüm eğitim kademelerindeki bireylere yayılması eğitim yöneticileri tarafından sağlanabilir. Eğitim, psikoloji, sosyoloji ve spor alanlarında yapılacak bu yönde daha fazla çalışma yapılması proaktif kişilik özelliklerinin öneminin anlaşılmasına, gelişmesine ve yayılmasına olumlu katkı saylayacağı tarafımızdan düşünülmekte ve önerilmektedir.

KAYNAKÇA

- Akbulut, A. (2001). Öğretmenlerin Etki Ve İlgi Alanı Alışkanlıkları İle Tükenmişlik Düzeyleri Ve Serbest Zamanlarda Yaşanılan Duygular Arasındaki İlişki, *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi* Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun.
- Akdoğan, T. (2003). Satışçıların Kişilik Özellikleri ve Satış Performansı ilişkisi. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Adana: Çukurova Üniversitesi.
- Antonacopoulou, E. ve Kandampully, J. (2000). "Alchemy: The Transformation To Service Excellence", *The Learning Organization*, Vol. 7 No. 1, pp. 13-22.
- Ashford, S. J. ve Black, J. S. (1996). "Proactivity during organizational entry: The role of desire for control." *Journal of Applied Psychology*, Vol. 81, 199-214.
- Atkinson, R.C. ve Atkinson, R. (1995). *Psikolojiye Giriş II* (Çeviren: Atakay, K., Atakay, M.), Ankara, Sosyal Yayınları, s.523
- Bakım, B. (2006). "Savunma Mekanizmaları"
- Baltas, A. (2003). "İnsanları Etkilemek", *Activeline Gazetesi* No:35, [http://www.makalem.com/Search/ArticleDetails.asp?nARTICLE_id=2371.\(01.Subat2003\)](http://www.makalem.com/Search/ArticleDetails.asp?nARTICLE_id=2371.(01.Subat2003))
- Baltas, A. (2004) . "Liderlikte Yeni Eğilimler", <http://www.baltas-baltas.com>, 26.03.2004.
- Baltas, A. (2005). "Girişimciliğin Ardındaki İnsan Profili", <http://www.baltas-baltas.com> 04/08/2005
- Başaran, G. (2000). *Örgütsel Davranış: insanın Üretim Gücü*. Ankara: Umut Yayımları.
- Başer, E. (1998). *Uygulamalı Spor Psikolojisi*, Ankara, Bağırhan Yayınevi, s.17, 92-93, 104
- Bateman, T.S. ve Crant, M. (1993). "The proactive component of organizational behavior: A measure and correlates, *Journal of Organizational Behavior*, Vo.14, 103-118.

- Brandtstadter, J. ve Wentura, D. (1995). *Adjustment to shifting possibility frontiers in later life: Complementary adaptive modes*, In R. A. Dixon&L. Backman (Eds.), *Psychological Compensation: Managing LossesAndPromotingGains*. Hillsdale, NJ: Erlbaum
- Caplan, G. ve Killilea, M. (1976). *Support Systemsand Mutual Help*, Gruneand Stratton.of Manage, New York.
- Cevizci, A. (2000). *Felsefe Terimleri Sözlüğü*, İstanbul, Paradigma Yayınları.
- Cloninger, S.C. (2004). *Theories of Personality Understanding Persons*. 4. Edition. New Jersey: Person Prentice Hall.
- Connolly, M. ve O’neill, J. (1999). “Teaching a research-based approach to the management of breathlessness in patient swith lungcancer”, *Eur J Cancer Care*, 8(1):30-36
- Covey, R. S. (1998). *Etkili İnsanların 7 Alışkanlığı*, Çev: Gönül Suveren- Osman deniz tekin, Varlık Yayınları, İstanbul.
- Covey, R. S. (1998). *Önemli İşlere Öncelik*, Çev. Osman Deniz tekin, Varlık Yayınları, İstanbul.
- Cox, R.H. (1990). *Sport Psychology, Personality and The Athlete*, Dubuque: Wm.C. Brown, p.6
- Crant, M. (2000). "Proactive Behavior in Organizations", *Journal of Management*, Vol. 26, 435-462. Coaching For Success, Inc. (2006), “Proactive people make most cash”, <http://www.coach.net/assess13.htm>
- Çeribaş, E.(2007). Yöneticilerin Kişilik Özelliklerinin iş Etiğine Etkileri.*Yüksek Lisans Tezi*. Kütahya: Dumlupınar Üniversitesi.
- Çüçen, K. (1997). *Heidegger’de Varlık Ve Zaman*, Asa Kitap evi, Bursa
- Dewey, J. (1933). *How We Think*, Heath And Co., New York.
- Dökmen, Ü. (2000). *Var olmak, Gelişmek Ve Uzlaşmak*, Sistem Yayıncılık, İstanbul.
- Duyan, V. (1998). *Hiv/Aids Hastalığının Sosyal Boyutu*, Hacettepe Üniversitesi Yayınları

- Ekiz, D. (2003). “Sınıf Öğretmeni Adaylarının Öğretmen Eğitimindeki Modeller Hakkında Düşünceleri” *Milli Eğitim Dergisi*, Sayı158, <http://yayim.meb.gov.tr/dergiler/158/ekiz.htm>. Bahar,2003.
- Feist J. (1990). *Theories of Personality*, McNeese State University, p.18
- Filiz, A. (2003). “Yönetim Sistemleri”, *Kaynak Elektrik Dergisi*, Sayı 172' Ağustos 2003. http://www.bilgiyonetimi.org/cm/pages/mkl_gos.php?nt=510.
- Folkman, S. (1984). “Personal control and stres and coping processes: A theoretical analysis”, *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 46, 839-852
- Frese, M., Kring, W., Soose, A., ve Zempel, J. (1996). “Personal initiative at work: Differences between East and West Germany”, *Academy of Management Journal*, Vol. 39 (1), 37-63.
- Frese, M., Kring, W., Soose, A., ve Zempel, J. (1996). “Unidimensionality of Abbreviated Proactive Personality Scalesacross Cultures”, *Academy of Management Journal*, Vol. 41, 40-59.
- Güler, B A. (2001). *Yerel Yönetimlerde Reform Sorunu. Çağda Yerel Yönetimler* ; 10, 3, Temmuz.
- Gill, D.L. (2000). *Psychological Dynamics of Sportand Exercise*, Champaign, Human Kinetics, p.54
- Glasser, W. (1999). *Kişisel Özgürlüğün Psikolojisi Ve Seçim Teorisi*, Çev. Müge İzmirli, Hayat Yayınları, İstanbul.
- Glasser, W. (1999). “Reality Theraphy And Choice Theory”,
- Gülertan, İ. (2003). “Siz Nasıl isterseniz Öyle Olacak” *Vision Europe Bülten*, Sayı.0015 <http://www.visioneurope.com.tr/bultenarsiv.asp?bno=51> (20.10.2003).
- İnsan Kaynakları (2003). “İnsan Kaynaklarında Stratejik Planlama”, <http://www.insankaynaklari.com/cn/ContentBody.asp?BodyID=1372>. 12.06.2003
- İnsan Kaynakları (2005). “Çatışmayı Çözmek Mi; Halının Altına Süpürmek Mi?”, <http://www.insankaynaklari.com/cn/contentbody.asp?Bodyıd=5089> 29.09.2005.

- Kentsu, J. (2007). Okul Yöneticilerinin Kişilik Özelliklerinin Örgütsel Etik Üzerine Etkisi. *Yüksek Lisans Tezi*. İstanbul: Yeditepe Üniversitesi;
- Kişilik Modeli ve Beş Faktör Kişilik Envanteri (5FKE) (2001). İzmir, Ege Üniversitesi Yayınları, s.1, 13-28, 47-49
- Kulaksızoğlu, A. (1999) . *Ergenlik Psikolojisi*. İstanbul: Remzi Kitabevi:
- Kuru, E. (2003). Farklı Statüdeki Beden Eğitimi Bölümü Öğrencilerinin Kişilik Özellikleri, *G.Ü. Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi* 23(1):175-191
- Kültür, Y. Z. (2006). Ortaöğretim Kurumlarındaki Yöneticilerin Liderlik Stilleri ve Kişilik Özelliklerinin Karşılaştırılması. *Yüksek Lisans Tezi*. Ankara: Gazi Üniversitesi;
- Luthans, F. (2005). *Organizational Behavior*. 10. Edition. McGraw-Hill, Inc;
- Morgan, C.T. King, R.A., Robinson, N.M. (1979). *Introduction to Psychology*, McGraw-Hill Companies, s.512
- Motivasyoncu. (2005). “Kişisel Gelişim ve Etkili İnsanların 7 Alışkanlığı” [Http://www.motivasyoncu.com/mod.php?mod=userpage&menu=401&page_id=76](http://www.motivasyoncu.com/mod.php?mod=userpage&menu=401&page_id=76)
- Muppala, M.M. (2008). *Personality and Posture*, The Ohio State University, p.32
- Oğuz Y. (2007). Okul Müdürlerinin Demografik Değişkenler ve Kişilik Özellikleri ile Çatışma Yönetimi Stili Tercihleri Arasındaki Farklılıklar ve ilişkiler. *Yüksek Lisans Tezi*. İstanbul: Yıldız Teknik Üniversitesi;
- Özkalp, E. ve Erkal, B. (2002). *Davranış Bilimlerine Giriş*, T.C. Anadolu Üniversitesi Yayını, s.241-242
- Özkalp, E. (1994). *Davranış Bilimlerine Giriş*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Açık Öğretim Fakültesi Yayınları;
- Parker, S.K. ve Sprigg, C.A. (1999). “Minimising strain and maximising learning: the role of job demands, job control and proactive personality”, *Journal Of Applied Psychology*, 84 (6), pp. 925-939.
- Patterson, C. H. (1973). *Theories Of Counselling And Psychotherapy*, Harper And Row Publishes, U.S.A.

- Schermerhon, J. R. ve Hunt, J. G. (1997). Osborn R N. *Organizational Behaviour*. 6. Edition. 1997.
- Schön, D. A. (1987). *Educating the Reflective Practitioner: Toward a New Design for Teaching and Learning in the Professions*, Basic Books, New York.
- Schwarzer, R. (1999).“Proactive Coping Theory”, Paper Presented At The 20th International Conference Of The Stres And Anxiety Research Society (STAR), Cracow, Poland.
- Schwarzer, R. (1999).“Teachers Proactive Attitude”, Emprische Padagogik, <<http://www.userpage.fu-berlin.de/health/preprint.html>>
- Schwarzer, R. (1999). “The Proactive Coping Inventory A Multidimensional Research Enstrument”, *20th International Conference Of The Stres And Anxiety Research Society*, Cracow, Poland, 12-14,1999
- Tas, Y. ve Sakarya, S. (1998). (Gary Ginter’dan aktaran), Stres Management", Bilkent Üniversitesi Yayını, Ankara, <http://www.ogdm@bilkent.edu>
- Tufan, B. (1994). *Göçmen İşçilerde İş Kazaları*, Sosyal Sigortalar Kurumu Genel Müdürlüğü, Ankara.
- Turner, E. ve Jonathan (2003). Proactive Personality And The Big Five As Predictors of Motivation to Learn”, *Doctor Thesse*, Old Dominion University, Norfolk, VA.
- Weinberg R.S. ve Gould D. (2003). *Foundations of Sport and Exercise Psychology*, Champaign: Human Kinetics, p.28-40
- Yanbastı G. (1996). *Kişilik Kuramları*, Ege Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Yayınları, s.7-12, 252
- Yapı Kredi Bankası (2005).“Stratejik Plan Oluşturma”, Http://www.ykb.com/tr/isletme/stratejik_plan_olusturma.shtml
- Zel U. (2001). *Kişilik ve Liderlik*. 1. Baskı. Ankara: Seçkin Yayınları.

EKLER

Ek 1:

Değerli Katılımcı,

Ölçeğimiz ifadelerini değerlendirirken tarafsız ve samimi davranmanız araştırma sonunda sağlıklı sonuçlara ulaşılabilmesi bakımından önemlidir. Ölçek maddelerini okuduktan sonra sizin için uygun olan kutucuğu ‘X’ ile işaretlemeniz yeterli olacaktır. Katılımınız ve desteğiniz için teşekkür ederiz.

1.BÖLÜM – KİŞİSEL BİLGİLER

1.Yaş _____

2.Cinsiyet ☐ Erkek ☐ Kadın

3.Eğitim Durumunuz ☐ İlkokul ☐ Ortaokul ☐ Lise ☐ Üniversite ☐ Master/Doktora

4.Kaç kardeşsiniz? _____

5.Herhangi bir spor branşı ile ilgili olarak spor yapıyor musunuz?

- ☐ Hayır, spor yapmıyorum.
☐ Evet, okul takımındayım.
☐ Evet, bir kulüpte lisanslı sporcuyum.
☐ Evet, lisanslı değilim ama belirli günlerde spor yapıyorum.

6.Yaşamınızın çoğunu aşağıdaki yerleşim birimlerinden hangisinde geçirdiniz?

- ☐ Köyde ☐ Kasabada ☐ İlçede ☐ Şehirde ☐ Yurt dışında

7.Hangi spor dalı ile uğraşıyorsunuz?

8.Kaç yıldır spor yapıyorsunuz?(Yıl/ay)

9.Alınan en üst düzeyde derecenizi yazınız?

10.Annenizin eğitim durumu?

- ☐ Yok ☐ İlkokul ☐ Ortaokul ☐ Lise ☐ Üniversite ☐ Master/Doktora

11.Babanızın eğitim durumu?

- ☐ Yok ☐ İlkokul ☐ Ortaokul ☐ Lise ☐ Üniversite ☐ Master/Doktora

12.Ailenizden ayrı yaşıyorsanız aylık gelir düzeyiniz?

13.Aileniz ile beraber yaşıyorsanız, aylık gelir düzeyiniz?

Ek 2:

Değerli Katılımcı,

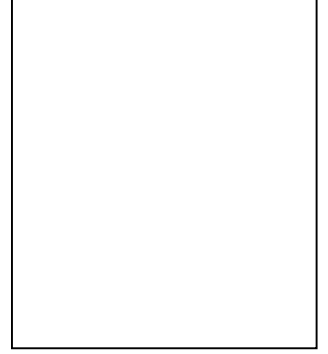
Bu çalışmada araştırmacılar sporcuların kişilik özellikleri ile çeşitli değişkenler arasındaki ilişkileri incelemeyi amaçlamaktadır. Bu doğrultuda hazırlanmış olan ölçeğimiz ifadelerini değerlendirirken tarafsız ve samimi davranmanız araştırma sonunda sağlıklı sonuçlara ulaşılabilmesi bakımından önemlidir. Ölçek sorularında doğru ya da yanlış cevap yoktur. Ölçek maddelerini okuduktan sonra sizin için uygun olan kutucuğu “X” ile işaretlemeniz yeterli olacaktır. Katılımınız ve desteğiniz için teşekkür ederiz.

		Kesinlikle katılmıyorum	Katılmıyorum	Kısmen katılmıyorum	Kararsızım	Kısmen katılıyorum	Katılıyorum	Kesinlikle katılıyorum
1.	Sürekli olarak yaşamımı geliştirmenin yeni yollarını ararım.	1	2	3	4	5	6	7
2.	Yaşadığım toplumda veya dünyada değişiklik yapmaya istekli hissediyorum.	1	2	3	4	5	6	7
3.	Başkalarının yeni projeleri hayata geçirebilmesi için inisiyatif almasına izin veririm.	1	2	3	4	5	6	7
4.	Bulduğum her ortamda yapıcı değişikliklerin öncüsü olmuşumdur.	1	2	3	4	5	6	7
5.	Fikirlerimin önündeki engellerle yüzleşmek ve engellerin üstesinden gelmekten hoşlanırım.	1	2	3	4	5	6	7
6.	Benim için hiçbir şey, düşüncelerimin hayata geçtiğini görmekten daha heyecan verici olamaz.	1	2	3	4	5	6	7
7.	Sevmediğim bir şey gördüğümde onu düzeltirim.	1	2	3	4	5	6	7
8.	İhtimaller ne olursa olsun, bir şeye inandığımda onu yaparım.	1	2	3	4	5	6	7
9.	Başkaları karşı çıksa bile düşüncelerimin arkasında durmayı severim.	1	2	3	4	5	6	7
10.	Fırsatların farkına varma konusunda son derece iyiyimdir.	1	2	3	4	5	6	7
11.	Her zaman işleri daha iyi yapmanın yollarını ararım.	1	2	3	4	5	6	7
12.	Ne kadar zor olursa olsun, eğer bir şeye inanırsam onu gerçekleştiririm.	1	2	3	4	5	6	7
13.	Statükoyla mücadele etmeyi severim.	1	2	3	4	5	6	7
14.	Bir sorunun olduğunda üzerine yoğunlaşıyorum.	1	2	3	4	5	6	7
15.	Sorunları fırsata dönüştürmekte ustayım.	1	2	3	4	5	6	7
16.	İyi bir fırsatı başkalarından çok daha önce fark ederim.	1	2	3	4	5	6	7
17.	Birisinin bir sorunu olduğunu görürsem, elimden geldiğince ona yardım ederim.	1	2	3	4	5	6	7

ÖZGEÇMİŞ

KİŞİSEL BİLGİLER

Adı Soyadı : Burhan ÖZKURT
Doğum Yeri ve Tarihi : Sakarya/1984
Medeni Hali : Evli, 1 çocuk sahibi
İletişim Bilgileri : b__ozkurt@hotmail.com
0530 363 87 97 GSM



EĞİTİM

1999-2003 : Sakarya Lisesi
2003-2007 : Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu
2011-2015 : Niğde Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü

İŞ DENEYİMİ

2007-2011 : İstanbul Güreş İhtisas Kulübü
2011----- : Emniyet Genel Müdürlüğü

YABANCI DİL

YAYINLARI
