

**T.C.  
ONDOKUZ MAYIS ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ  
SPOR YÖNETİCİLİĞİ ANA BİLİM DALI**



**TENİS, YÜZME VE FUTBOL BRANŞLARINDA UZMANLIK  
ALAN ÖĞRENCİLERİN ÖZ GÜVEN VE ÖZ YETERLİLİK  
DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ**

Yüksek Lisans Tezi

**Cabir ADIYAMAN**

Danışman

**Doç. Dr. Yener AKSOY**

SAMSUN  
2022

## TEZ KABUL VE ONAYI

**Cabir ADIYAMAN** tarafından, **Doç. Dr. Yener AKSOY** danışmanlığında hazırlanan “**TENİS, YÜZME VE FUTBOL BRANŞLARINDA UZMANLIK ALAN ÖĞRENCİLERİN ÖZ GÜVEN VE ÖZ YETERLİLİK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ**” başlıklı bu çalışma, jürimiz tarafından 30.12.2022 tarihinde yapılan sınav sonucunda oy birliği ile başarılı bulunarak Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

	<b>Unvanı Adı Soyadı</b> <b>Üniversitesi</b> <b>Ana Bilim/Ana Sanat Dalı</b>	<b>Sonuç</b>
<b>Başkan</b>	Prof. Dr. Soner ÇANKAYA Ondokuz Mayıs Üniversitesi Spor Yöneticiliği Ana Bilim Dalı	<input checked="" type="checkbox"/> Kabul <input type="checkbox"/> Ret
<b>Üye</b>	Doç. Dr. Yener AKSOY Ondokuz Mayıs Üniversitesi Rekreasyon Bölümü	<input checked="" type="checkbox"/> Kabul <input type="checkbox"/> Ret
<b>Üye</b>	Doç. Dr. Seda SABAH Amasya Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı	<input checked="" type="checkbox"/> Kabul <input type="checkbox"/> Ret

Bu tez, Enstitü Yönetim Kurulunca belirlenen ve yukarıda adları yazılı jüri üyeleri tarafından uygun görülmüştür.

Prof. Dr. Ali BOLAT  
Enstitü Müdürü

## BİLİMSEL ETİĞE UYGUNLUK BEYANI

Hazırladığım Yüksek Lisans tezinin bütün aşamalarında bilimsel etiğe ve akademik kurallara riayet ettiğimi, çalışmada doğrudan veya dolaylı olarak kullandığım her alıntıya kaynak gösterdiğimi ve yararlandığım eserlerin Kaynaklar'da gösterilenlerden oluştuğunu, her unsurun enstitü yazım kılavuzuna uygun yazıldığını ve TÜBİTAK Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu Yönetmeliği'nin 3. bölüm 9. maddesinde belirtilen durumlara aykırı davranılmadığını taahhüt ve beyan ederim.

Etik Kurul Gerekli mi ?

Evet  (Gerekli ise ekler kısmına ekleyiniz)

Hayır

13 / 12 / 2022  
Cabir ADIYAMAN

## TEZ ÇALIŞMASI ÖZGÜNLÜK RAPORU BEYANI

**Tez Başlığı:** TENİS, YÜZME VE FUTBOL BRANŞLARINDA UZMANLIK ALAN ÖĞRENCİLERİN ÖZ GÜVEN VE ÖZ YETERLİLİK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

Yukarıda başlığı belirtilen tez çalışması için şahsım tarafından 13.12.2022 tarihinde intihal tespit programından alınmış olan özgünlük raporu sonucunda;

Benzerlik oranı : % 24

Tek kaynak oranı : % 4 çıkmıştır.

13 / 12 / 2022  
Doç. Dr. Yener AKSOY

## ÖZET

### TENİS, YÜZME VE FUTBOL BRANŞLARINDA UZMANLIK ALAN ÖĞRENCİLERİN ÖZ GÜVEN VE ÖZ YETERLİLİK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

Cabir ADIYAMAN

Ondokuz Mayıs Üniversitesi

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

Spor Yöneticiliği Ana Bilim Dalı

Yüksek Lisans, Aralık/2022

Danışman: Doç. Dr. Yener AKSOY

Bu tez çalışmasının amacı; spor bilimleri fakültelerinde öğrenim gören, tenis, yüzme ve futbol branşlarında uzmanlık alan üniversite öğrencilerinin öz güven ve öz yeterlilik düzeylerinin incelemektir. Araştırmanın evrenini spor bilimleri fakültelerinde öğrenim gören öğrenciler örneklemini ise Trabzon Üniversitesi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Fırat Üniversitesi, Kafkas Üniversitesi ve İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören 318 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak araştırmacı tarafından hazırlanan “Kişisel Bilgi Formu” Akın (2007) tarafından geliştirilen Öz-güven Ölçeği ve Schwarzer ve Jerusalem (1995) tarafından geliştirilen, Aypay (2010) tarafından Türkçeye uyarlanan Genel Öz Yeterlilik Ölçeği kullanılmıştır. Çalışmada, ölçek toplam puanlarının cinsiyet, spor türü, ana okuluna gitme durumu, alkol kullanım durumuna göre farklılık gösterip göstermediği Student t-test ile uzmanlık aldığı branş ile kaç yıldır ilgilendiği, uzmanlık branşı, uzmanlık branşını kaç dönem aldığı, okuduğu bölüm, yaş, uzmanlık aldığı branşı seçme sebebi, gelir durumu gibi değişkenlerine göre farklılık gösterip göstermediği ise Tek Yönlü Varyans Analizi ve Tukey çoklu karşılaştırma testi ile belirlenmiştir. Öğrencilerin cinsiyet, yaş, ana okuluna gitme durumu, alkol kullanımı, uzmanlık aldığı branşı seçme sebebi, gelir durumu, üniversite öncesi ilgilendiği spor türü değişkenlerinde öz yeterlilik ve özgüven düzeyleri arasında anlamlı bir farklılığa rastlanılmazken, uzmanlık aldığı branş ile kaç yıldır ilgilendiği, uzmanlık branşı, uzmanlık branşını kaç dönem aldığı ve okuduğu bölüme göre olan değişkenlerde öz yeterlilik ve özgüven düzeyleri arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Sonuç olarak uzmanlık alan öğrencilerin tercih ettikleri branş, bölüm, uzmanlık branşı ile ilgilenme süresinin özgüven ve öz yeterlilik düzeyleri ile yakından ilişkili olduğu gözlemlenmiştir. Futbol branşında uzmanlık alan spor yöneticiliği bölümünde öğrenim gören 4-5 yıl üstü branş ile ilgilenen ve 1 dönem üstü uzmanlık dersini alan öğrencilerin özgüven ve öz yeterlilik düzeylerinin artırılması bireylerdeki saygınlık ve başarı açısından önem arz etmektedir. Öz güveni yükselen antrenörün öğrencisi ile iletişimi kuvvetli olup daha başarılı sporcuların yetişmesinin önünü açabileceği söylenebilir. Tenis branşını tercih eden, 1 dönem uzmanlık alan dersini alan ve rekreasyon bölümünde eğitim gören bireylerin özgüven ve öz yeterlilik düzeyleri daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

**Anahtar Sözcükler:** Özgüven, öz yeterlilik, spor.

## ABSTRACT

### INVESTIGATION OF THE SELF-CONFIDENCE AND SELF-EFFICIENCY LEVELS OF STUDENTS WITH EXPERTISE IN TENNIS, SWIMMING AND FOOTBALL BRANCHES

Cabir ADIYAMAN

Ondokuz Mayıs University

Institute of Graduate Studies

Department of Sports Management

Master Degree, December/2022

Supervisor: Assoc. Prof. Dr. Yener AKSOY

The aim of this thesis study; this study aims to examine the self-confidence and university degrees of the students who study at the faculties of sports sciences and who are evaluated in tennis, swimming and football branches. The students who study in the faculties of sports sciences in the research room consist of 318 students who study at Trabzon University, Ondokuz Mayıs University, Firat University, Kafkas University and İnönü University Sports Sciences Faculty. In the research, the “Personal Information Form” produced by the researcher, the Self-Confidence Scale obtained by Akın (2007), and the General Self-Efficacy Scale used by Schwarzer and Jerusalem (1995) and adapted into Turkish by Aypay (2010) was used. Whether or not the total scores of the scale show according to gender, type of sport, attending kindergarten, and weight of alcohol use. This study aims to evaluate whether it evaluates the income status according to variables such as one-way analysis of variance and Tukey’s multiple comparison test. While there was no excessive difference between the self-efficacy and self-confidence assumptions in the variables of internal gender, age, going to kindergarten, alcohol use, choosing the branches taken at the end, income status, the type of sport that he was interested in during the university period, how many years he was interested in the branches that were terminated, his last branches, In the variables according to how many semesters they earn from their branches and the departments they studied, it was determined as one-way among those with self-efficacy and self-confidence. As a result, it has been observed that the preferred branches, department, last branches, and the welcome time of the students who take it, as a result, are in a close environment with self-confidence and self-efficacy. It is important to increase the self-confidence and self-efficacy levels of the students who study in the sports management department, who are specialized in the football branch, who are interested in the branch for more than 4-5 years, and who take the specialization course for more than one semester, in terms of prestige and success in individuals. A coach whose self-confidence has increased has a strong communication with his student and can pave the way for the training of more successful athletes. It has been concluded that individuals who prefer the tennis branch, take the specialization course for one semester, and are educated in the recreation department have higher levels of self-confidence and self-efficacy.

**Keywords:** Selfconfidence, self-efficacy, sport.

## ÖN SÖZ VE TEŞEKKÜR

Tüm eğitim hayatım boyunca desteğini hiçbir zaman benden eksik etmeyen abim Yahya ADIYAMAN, lisans eğitimi hayatımda olduğu gibi lisansüstü eğitim hayatımda da desteklerini benden hiç esirgemeyen kıymetli hocam Spor Yöneticiliği Ana Bilim Başkanı Prof. Dr. Soner ÇANKAYA, danışman hocam Doç. Dr. Yener AKSOY ve lisansüstü eğitimi boyunca her zaman yanımda Arş. Gör. Muhammet KUSAN'a sonsuz teşekkürü bir borç bilirim.

Cabir ADIYAMAN

# İÇİNDEKİLER

<b>TEZ KABUL VE ONAYI</b> .....	<b>i</b>
<b>BİLİMSEL ETİĞE UYGUNLUK BEYANI</b> .....	<b>ii</b>
<b>TEZ ÇALIŞMASI ÖZGÜNLÜK RAPORU BEYANI</b> .....	<b>ii</b>
<b>ÖZET</b> .....	<b>iii</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>iv</b>
<b>ÖNSÖZ VE TEŞEKKÜR</b> .....	<b>v</b>
<b>İÇİNDEKİLER</b> .....	<b>vi</b>
<b>SİMGELER VE KISALTMALAR</b> .....	<b>vii</b>
<b>TABLolar DİZİNİ</b> .....	<b>viii</b>
<b>1. GİRİŞ</b> .....	<b>1</b>
1.1. Araştırmanın Hipotezleri.....	3
1.2. Araştırmanın Varsayımları.....	4
1.3. Araştırmanın Sınırlılıkları.....	5
<b>2. GENEL BİLGİLER</b> .....	<b>6</b>
2.1. Spor.....	6
2.1.1. Bireysel Spor.....	8
2.1.2. Takım Spor.....	10
2.2. Tenis.....	10
2.3. Yüzme.....	12
2.4. Futbol.....	14
2.5. Antrenör.....	15
2.6. Özgüven.....	16
2.7. Özyeterlilik.....	18
<b>3. MATERYAL VE YÖNTEM</b> .....	<b>20</b>
3.1. Araştırmanın Amacı.....	20
3.2. Araştırmanın Modeli.....	20
3.3. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi.....	20
3.4. Veri Toplama Araçları.....	20
3.4.1. Kişisel Bilgi Formu.....	20
3.4.2. Genel Öz Yeterlilik Ölçeği (GÖYÖ).....	21
3.4.3. Öz-güven Ölçeği (ÖGÖ).....	21
3.4.4. İstatiksel Analiz.....	21
<b>4. BULGULAR</b> .....	<b>23</b>
<b>5. TARTIŞMA</b> .....	<b>31</b>
<b>6. SONUÇ VE ÖNERİLER</b> .....	<b>39</b>
6.1. Sonuç.....	39
6.2. Öneriler.....	41
<b>KAYNAKÇA</b> .....	<b>42</b>
<b>EKLER</b> .....	<b>46</b>
Ek 1. Etik Kurul Formu.....	46
Ek 2. Kişisel Bilgi Formu.....	47
Ek 3. Özgüven Ölçeği.....	48
Ek 4. Genel Özyeterlilik Ölçeği.....	49
<b>ÖZ GEÇMİŞ</b> .....	<b>50</b>

## SİMGELER VE KISALTMALAR

BSÖ	: Beden eğitimi spor öğretmenliği bölümü
ANT	: Antrenörlük bölümü
SYB	: Spor yöneticiliği bölümü
REK	: Rekreasyon bölümü



## TABLolar DİZİNİ

Tablo 4.1. Katılımcıların demografik özelliklerine ilişkin frekans ve yüzde dağılımları .	23
Tablo 4.2. Cinsiyete Göre Bireylerin Öz Yeterlilik ve Özgüven Düzeyleri .....	24
Tablo 4.3. Ana Okula Gitme Durumuna Göre Bireylerin Öz Yeterlilik ve Özgüven Düzeyleri .....	24
Tablo 4.4. Alkol Kullanım Durumuna Göre Bireylerin Öz Yeterlilik ve Özgüven Düzeyleri .....	25
Tablo 4.5. Üniversite Öncesi İlgilendiği Spor Türüne Göre Bireylerin Öz Yeterlilik ve Özgüven Düzeyleri .....	25
Tablo 4.6. Yaş Dağılımına Göre Bireylerin Öz Yeterlilik ve Özgüven Düzeyleri .....	25
Tablo 4.7. Uzmanlık Branşı Seçme Nedenine Göre Bireylerin Öz Yeterlilik ve Özgüven Düzeyleri .....	26
Tablo 4.8. Gelir Durumuna Göre Bireylerin Öz Yeterlilik ve Özgüven Düzeyleri .....	26
Tablo 4.9. Uzmanlık Branşına Göre Bireylerin Öz Yeterlilik ve Özgüven Düzeyleri .....	27
Tablo 4.10. Okuduğu Bölüme Göre Bireylerin Öz Yeterlilik ve Özgüven Düzeyleri.....	27
Tablo 4.11. Uzmanlık Aldığı Branş İle İlgilenme Süresine Bireylerin Öz Yeterlilik ve Özgüven Düzeyleri .....	28
Tablo 4.12. Uzmanlık Alan Dersi Kaç Dönem Alma Durumuna Göre Bireylerin Öz Yeterlilik ve Özgüven Düzeyleri.....	29
Tablo 4.13. Bireylerin Öz Yeterlilik ve Özgüven Düzeyleri Arası İlişkiler .....	30

# 1. GİRİŞ

Spor ortamında antrenör ve sporcu kavramları birbiriyle bağlantılı olarak değerlendirilmesi gereken önemli değerlerdir. Sporcuların antrenörleriyle olan ilişkileri, sporcuların küçük yaşlarındaki temel eğitim sürecinde başlamaktadır. Sporcuların spor yaşantılarında gelişimlerinin takip edilmesi ve gözlemlenmesi, iyi bir düzeye gelmeleri ve performanslarında süreklilik sağlanması için antrenörler tarafından yoğun bir bilgi birikimi ve uygulama tecrübesi ortaya koyulmaktadır (Gölleröglü İ., 2010). Bununla birlikte sporcu ve antrenör arasındaki ilişkide karşılıklı yüksek güvenin, saygının, beraber sorumluluk alabilme ve kazanma isteğinin ve meydana gelebilecek tüm duygusal olasılıkların varlığı göz ardı edilmeyecek kadar önemlidir. Buna benzer durumlar kuvvetli bir iletişim süreciyle ortaya çıkabilmektedir.

Spor ortamlarında meydana gelen antrenör öğrenci iletişimi, öğrencilerin psikolojik ve fiziksel olarak gelişimleri bakımından oldukça önemlidir (Demirkan vd., 2010). Sporcuların antrenman ve maçlar sırasında yaşadıkları farklı duyguların antrenörler tarafından iyi anlaşılabilmesi için birlikte geçirilen süreçlerdeki iletişimlerinin nitelikli ve etkili bir şekilde olmasının önemi oldukça fazladır. Antrenör adaylarının sporcularıyla olan iletişim süreçleri belirli bir yakınlık içerisinde ve yüzyüze olduğunda hem iletilmek istenen mesaj/bilgi daha iyi anlaşılabilir olabilmektedir hem de karşılıklı geri bildirimler daha verimli olabilmektedir. Belirli bir yakınlık ve yüzyüze gerçekleşen iletişim süreçleri kişilerarası iletişim kavramıyla da uyumlu hale gelmektedir.

Eğitim ve spor, başarılı bir birey olma yolundaki en önemli etkenlerdendir. T.C. Anayasasının 42. ve 59. Maddeleri hem eğitim hem de spora verilen önemi açık bir şekilde dile getirmiştir, her bir bireyin eğitim ve öğretim faaliyetlerinden faydalanabileceğini aynı zamanda da bireylerin beden ve ruh sağlığını korumak, sporu her alana yaymak, sporcuları korumak için gerekli tedbirleri alacağını açıkça belirtmektedir. Anayasamızın ibareleri bu iki kavramın ne kadar büyük bir ölçüde önem arz ettiğini açık bir şekilde ortaya koymaktadır.

Birey bir bütün olarak değerlendirilmeli ve tüm yönleri ile ele alınmalıdır. Bu yüzden bireyin eğitim hakkı gibi diğer hakların da kişinin toplumsal davranışları kazanmasında ve sürdürmesinde çok önemli bir yeri vardır. Çift kariyerli bireyler

(öğrenci aynı anda sporcu) için hem eğitim hem de spor yaşantısını bir arada yürütmek oldukça zordur. Öğrenci sporcuların Türkiye'deki mevcut eğitim programı değerlendirildiğinde bu öğrenciler okul ve sporu bir arada yürütmekte zorlanmaktadır.

Bireylerin bir bütün olarak gelişimine katkı sağlayan spor, aynı zamanda bilgi, beceri ve liderlik gibi yeteneklerin de gelişmesine olanak sağlayan önemli bir değerdir. Bunlara ek olarak insanın bireysel olarak kendini disipline etmesine, karşılaştığı çeşitli sorunlar ile başa çıkabilmesine yardımcı olur. Spor uluslararası yarışmalar sayesinde insanlar arasındaki dostluk ve barış bağlantısını güçlendirmesinin yanında ülkelerin iktisadına da pozitif katkılar sağlar. Spor alanında başarılar elde etmek için ilgili alanda yetenekli olan sporcuların tercih edilmesi ve tercih edilen bu sporcuların istikrarlı ve etkili bir eğitimle geliştirilmesi gerekmektedir.

Sporcular, eş zamanlı antrenman ve öğretim sürecinde sevdikleri günlük alışkanlıklarından mahrum kalmakta, yoğun fiziksel aktivite ve yüksek spor performansı beklentisi nedeniyle stres ve kaygı gibi olumsuz psikolojik sorunlarla da karşılaşmaktadırlar. Kavramsal olarak, öz yeterlilik inançları, bireylerin planlanmamış ve beklenmedik durumların üstesinden gelmek için gerekli yaptırımları nasıl kullandıklarıyla ilgili bağımsız karar verme durumlarıyla ilgilidir. Öz yeterlilik inançları, bireyin hayallerine ve kendi çabalarına dayalı olarak ulaşmak istediği hedefleri belirlemede ve bu hedeflere ulaşma sürecinde deneyimli bireyleri kontrol etmede bir pusula görevi görür (Adıgüzel, 2007). Gelecekte ki yaşam endişeleri, özellikle de aile baskıları, spor yapan öğrencileri bir yandan eğitime doğru yöneltirken, bir diğer yandan ise sportif kariyerlerini sürdürme istekleri, eğitim kariyerlerini olumsuz etkilemektedir. Yorucu eğitim programları ve antrenmanlara zaman ayıran ikili kariyerli öğrencilerin diğer öğrenci grubu gibi (yeterli ders çalışma zamanı bulan) akademik yaşantıları denk olmayacaktır. Bu öğrencilerin, akademik başarısızlıkla karşılaşması sporu bırakma nedeni olarak görülmektedir. Sportif başarıya ulaşmak zor olduğu gibi, bu başarıyı korumak da en az o kadar zordur. Maçlar ve antrenmanlar nedeniyle sporcu öğrencilerin okul devamsızlıkları artmakta sınıf tekrarına varan sorunlar yaşamaktadır. Bundan dolayı sporcu öğrenci ya sporu bırakmak ya da eğitim hayatından uzaklaşmak veya eğitimini normal süresinde tamamlayamamak durumuyla yüzleşmektedir.

Özgüvenin spor ortamında başarı elde edebilmek nasıl bir rol oynadığını belirlemeye yardımcı olmak için birçok değerlendirme yapılmıştır. Sporda özgüvenin nerede rol

aldığını anlamak, sporda özgüvenin nasıl geliştiğinin farkına varmakla başlar. Özgüven bireylerin hayatlarını sürdürebilmeleri için önemli bir olgudur. Bu araştırmanın amaçlarından bir tanesi de özgüvenin sporcu veya antrenörlerin yaşamlarında ne kadar büyük bir öneme sahip olduğunu ve bireylerin bundan ne kadar etkilendiğini belirlemektir. Terlemez (2019) tarafından sporda özgüvenin etkilerini göstermek için yapılan araştırmanın sonucuna bakıldığında; özgüvenin sporcuların performansı üzerinde olumlu bir etkiye sahip olabileceğini gözlemlemiştir. Spora olan bağlılık, spor ortamında inanç, çaba, enerji ve eğlence gibi kavramları içeren sürekli ve tutarlı bir deneyim olarak tanımlanabilir. Sporcu kimliği, fiziksel algı ve spor rollerinin benzersiz boyutları aracılığıyla kendini tanımlama sürecini ifade eder. Sporcu statüsü sosyal ve gösterge niteliğinde bir rol olarak kullanılabilir. Başka bir deyişle, sporcu kimliği, tutarlı davranış için bilgi ve ilhamı yorumlamak için bir çerçeve sağlayabilir. Ayrıca başkaları açısından bakıldığında, sporcunun kimliği bir ölçüde sosyal bir rol oynamaktadır. Başkaları sizi bir sporcu olarak görür, bu rol için sizi över ve içselleştirirse, kendinizi bir sporcu olarak tanımlarsınız. Çünkü yaklaşan spor aktiviteleri, güçlü sporcu statüsüne sahip kişileri fiziksel aktivite davranışlarını arttırmaya teşvik etmesine, sporcu statüsünün tutarlı davranış sergilemesine ve başkaları tarafından takdir edilmesine katkı sağlayacaktır (Yetim A., 2000 ).

Yapılan araştırmalara bakıldığında öz yeterliliğin ve özgüven düzeyinin sporla olan ilişkisi görmezden gelinemeyecek kadar önem arz etmektedir. Spor yapmanın, çeşitli gruplar oluşturularak spor aktivitelerine katılımın yüksek seviyelerde öz yeterliliğe ve pozitif yönde bir özgüven seviyesini ortaya çıkardığı yapılan çalışmalarla örneklendirilmiştir.

### **1.1. Araştırmanın Hipotezleri**

Hipotez, çoğunlukla araştırmacının, araştırma probleminin değişkenleri hakkında veya değişkenler arasında istatistiksel olarak nasıl bir ilişki olduğuna dair oluşturduğu yargılar ve yorumlamalar biçiminde tanımlanmaktadır (Doğan, 2016). Bu araştırmanın temel hipotezi “Spor Bilimleri Fakültelerinde 2021-2022 eğitim-öğretim yılında okuyan ve tenis, yüzme, futbol branşlarında uzmanlık alan üniversite öğrencilerinin öz güven ve öz yeterlilik düzeylerinin incelenmesi” biçimindedir. Demografik durumlar doğrultusunda incelenecek diğer hipotezlere ise aşağıda yer verilmiştir:

H1: Kadın ve erkek katılımcıların Öz yeterlilik ve Özgüven ölçek toplam puan ve alt boyut toplam puanları arasında anlamlı bir farklılık vardır.

H2: Ana okula gidip gitmeme durumuna göre katılımcıların Öz yeterlilik ve Özgüven ölçek toplam puan ve alt boyut toplam puanları arasında anlamlı bir farklılık vardır.

H3: Alkol kullanım durumuna göre katılımcıların Öz yeterlilik ve Özgüven ölçek toplam puan ve alt boyut toplam puanları arasında anlamlı bir farklılık vardır.

H4: Üniversite öncesi ilgilendiği spor türüne göre katılımcıların Öz yeterlilik ve Özgüven ölçek toplam puan ve alt boyut toplam puanları arasında anlamlı bir farklılık vardır.

H5: Katılımcıların yaş dağılımlarına göre Öz yeterlilik ve Özgüven ölçek toplam puan ve alt boyut toplam puanları arasında anlamlı bir farklılık vardır.

H6: Uzmanlık branşı seçme nedenine göre katılımcıların Öz yeterlilik ve Özgüven ölçek toplam puan ve alt boyut toplam puanları arasında anlamlı bir farklılık vardır.

H7: Katılımcıların gelir durumuna göre Öz yeterlilik ve Özgüven ölçek toplam puan ve alt boyut toplam puanları arasında anlamlı bir farklılık vardır.

H8: Katılımcıların uzmanlık branşına durumuna göre Öz yeterlilik ve Özgüven ölçek toplam puan ve alt boyut toplam puanları arasında anlamlı bir farklılık vardır.

H9: Katılımcıların okudukları bölüme göre öz yeterlilik ve özgüven ölçek toplam puan ve alt boyut toplam puanları arasında anlamlı bir farklılık vardır.

H10: Katılımcıların uzmanlık branşı ile ilgilendikleri süreye göre Öz yeterlilik ve Özgüven ölçek toplam puan ve alt boyut toplam puanları arasında anlamlı bir farklılık vardır.

H11: Katılımcıların uzmanlık alan dersini aldıkları dönem sayısına göre Öz yeterlilik ve Özgüven toplam puanları arasında anlamlı bir farklılık farklılık vardır.

## **1.2. Araştırmanın Varsayımları**

✓ Araştırmada, evrenden oluşturulan örneklemin yeterli olduğu varsayılmıştır.

- ✓ Araştırmaya katkı sağlayan öğrencilerim, ölçeklerde bulunan sorulara gönüllülük esası kapsamında ve dürüst bir şekilde doldurduğu varsayılmıştır.

### **1.3. Araştırmanın Sınırlılıkları**

- ✓ Araştırma ülkemizin farklı şehirlerinde eğitim gören spor bilimleri öğrencileri tarafından sınırlı tutulmuştur.
- ✓ Uzmanlık branşı tenis, yüzme ve futbol olan öğrencilerle sınırlı tutulmuştur.
- ✓ Araştırmadan tespit edilen bulgular, Öz-güven Ölçeği ve Genel Öz Yeterlik Ölçeğinin ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır.



## 2. GENEL BİLGİLER

### 2.1. Spor

Spor, insanın zihinsel, duygusal, fiziksel ve sosyal alanlarda sosyalleşmesini ve kullanımını sağlayan bir sosyal amaç alanıdır. Spor ile ilgilenen bireylerin en önemli gerekçelerinden birisi hoş görünme, fiziki açıdan hoş görünme ve bu durumdan ötürü zihinsel olarak kendini iyi hissetme algısı içerisinde bulunmaktadır. Spor, kişilerin hem ruhsal gelişimini sağlar hemde aynı zamanda ruhsal gelişimini sağlarken kişinin kendine olan güven duygusunu ortaya çıkarmaya yardımcı olur. Bunun yanı sıra spor bireylerin psikolojik yönden hayata daha güçlü bir şekilde hazırlanmasını sağlayan en etkili faaliyet biçimidir. Spor bu yönüyle insanların psiko-sosyal toplumsal ve bireysel olarak denge kurmasına katkı sağlar (Yalçın Y., 2009).

Karşı tarafa üstün gelmek ve güç sahibi olmak gibi, insanın bilinçaltı duygularını doyurmayı amaç edinen, belirli kurallar çerçevesinde yapılan, sosyalleştirici, bütünleştirici ve rekabete dayanan ruhi, fiziki ve zihni faaliyetler bütünüdür (Şahin MH. 2002).

Spor insanların toplumsal davranışlarını düzenleyen, psikolojik açıdan olgunluk kazandıran aynı zamanda fiziksel özelliklerini geliştiren, pedagojik, biyolojik ve sosyal bir kavramdır (Orkunoglu, 1985). Spor farklı amaçlar için gerçekleştirilen bu fiziksel hareketler zamanla belirli kıstaslar içerisinde şekillenerek, bugün spor olarak adlandırılan sitemli hareketler haline gelmiştir (Argan vd., 2006). Avrupa konseyi sporu, fiziksel olarak formda tutmayı ve psikolojik sağlığı ifade etmek veya düzeltmek, sosyal ilişkileri kurmak ve tüm seviyelerdeki rekabette netice elde etmek amaçlarıyla, tesadüfi veya organize katılım yoluyla süregelen tüm bedensel faaliyet olarak tanımlamaktadır.

Spor, yüzyıllar boyunca belirli dönemlerde insan yaşamının önemli bir parçası olmuş ve günümüzde gelişimi toplumsal değişim, gelişme, teknolojik ilerleme ve artan ekonomik ilgi gibi pek çok farklı faktöre neredeyse bağlı olan büyük bir endüstridir. Bugün çok yüksek miktarlar ile ifade edilen spor endüstrisi büyük bir gelir kaynağı olarak sektörde yer alan bireylerin, şirketlerin veya kulüplerin daha fazla kazanım elde etmek için çalışmasına sebep olmaktadır. Bu sektörde doğrudan veya dolaylı olarak var olan ve bu büyük pastadan pay almak isteyen bir kuruluş için en önemli unsurlardan biri sporcu veya antrenör gelirleridir. Bu kazanımları elde etmesini

sağlayacak yol ise özellikle üniversitede alınan eğitim ile başlamaktadır. Üniversitelerin spor bölümlerinde seçilen uzmanlık branşları ile öğrenciler bu büyük spor endüstrisinin içerisine artık sporcu olarak değil eğitici ve öğretici olarak adım atmaktadırlar.

Gün geçtikçe zorlaşan rekabet ortamından dolayı sürdürülebilirliğini devam ettirmek isteyen spor endüstrisi içerisinde yer alan kurumlar, bireyler gücünü daha çok arttırmak ve iş yükünü hafifletmek için üniversitelerin spor bölümlerinde eğitim gören ilgili uzmanlık branşında staj hakkı tanımaktadır. Öğrenciler bu şekilde spor alanında tecrübelerine sahip olmaktadır.

Bugün insanları peşinden sürükleyen sporun geçmişine bakacak olursak yapılış ve bakış açısı olarak çok fazla değişime uğradığını ve insanoğlunun olduğu her yerde spor bir şekilde var olduğunu görmemiz mümkündür. Tarihteki en eski yarı spor aktivitelerinin, farklı alet ve silahlarla savunma harbi hazırlıkları olduğu söylenmektedir. Kendilerini korumak avlanmak ve doğaya uyum sağlamak amacıyla insanların ok kılıç ya da ellerini kullanmaları günümüz okçuluk boks binicilik atıcılık gibi bazı spor dallarının doğuşunun temellerini atmıştır. Spor geçmişimizde insanların keyfi olarak değilde daha çok hayatlarına sürdürebilme açısından yardımcı bir olgu olarak tanımlanmaktadır.

Sporun keşfedildiği ilk dönemlerden bu yana gerek sporun yapılma amacı gerekse yapılma biçiminde yüzlerce yıllık farklılıkların olduğuna şüphe yoktur. Eskiden amatör bir şekilde kurallar dahilinde olmayan ve fazla bir ekonomik karşılığı olmadan yapılan spor, günümüzde profesyonelleşmiş ve diğer sosyal olgularla aynı yolu izleyerek kendi kanunlarını oluşturmuştur. Bunları göz önünde bulundurarak sporun değişen dünyaya ayak uydurduğunu ve gelişmeler birlikte daha fazla ön plana çıktığı söylenebilir. Artık tüm dünyada ve ülkemizde özellikle son yıllarda artan bir hızla gelişen spor, hayatın her alanını doğrudan etkiliyor. Sporun hayatımızı bu kadar etkilemesine neden olan birçok farklı faktör var.

İlk organize spor faaliyetleri antik Yunanistan'da ortaya çıkmıştır. Kaydedilen ilk olimpiyat oyunları tanrı Zeus adına milattan önce 776'da yapılmıştır(Güçlü M., 2011). Modern olarak belirtebileceğimiz ilk olimpiyat oyunları Gelişen dünya ile 1896 yılında Yunanistan'ın Atina kentinde yapıldığı bilinmektedir (Güçlü M., 2011).

Bireysel açıdan ele aldığımız zaman spor, bireyin fiziksel ve zihinsel gelişimi üzerinde olumlu bir etkiye sahiptir. İmamoğlu (1992) yaptığı çalışmada spor yapan bireylerin spor yapmayan bireylere oranla kendilerini daha iyi hissettikleri sonucuna ulaşmıştır bu da sporun insan hayatına olumlu bir şekilde ettiğini ortaya koymaktadır. Yaşlı yetişkinler arasında, fiziksel olarak aktif olanlar, fiziksel olarak aktif olmayanlara göre daha az sağlık sorunuyla karşı karşıya kalmaktadırlar. Spor yapan her yaşta insan, yapmayanlara göre sağlık açısından daha az günlük şikayetlerini daha az bildirirler. Öte yandan sporun sosyal bağları kuvvetlendirici etkisi olduğu da göz önünde bulundurulmalıdır. Spor, toplumda bir sosyalleşme aracı olarak, toplum ve birey arasındaki ilişkinin güçlenmesinde etkin rol oynamaktadır.(Karahüseyinoğlu vd., 2005.).

Bireyler veya takımlar tarafından oynanan sporun genellikle kesin, tespit edilebilir, ölçülebilir ve bir amacı olduğu söylenir. Bahsi geçen hedef, bir rakibi veya yarışmacıyı geçmek, bir rakipten daha fazla puan almak, bir koşuya veya yarışa liderlik etmek, bir engeli aşmak ve benzeri nedenlerle olabilir. Bu ve benzeri sebeplerden ötürü insanların eski çağlardan beri kendi aralarında rekabet içinde oldukları veya çeşitli fiziksel aktivitelere katıldıkları bilinmektedir (Yalçın Y., 2006).

### **2.1.1. Bireysel Spor**

Bireylerin ve bu bireylerden oluşan toplulukların kültür düzeylerinin ve refah düzeylerinin bir göstergesi olarak anlam kazanan ve toplumsal yaşamı bir bütün olarak etkileyen son derece önemli bir kavram olarak spor olgusunu tanımlayabiliriz (İmamoğlu, 1992). Aslında sporun en temel bedensel faaliyetlere öncülük ettiğini açık bir şekilde dile getirebiliriz. İnsanlar sıklıkla hayatlarının hemen hemen her bölümünde bir şekilde farklı branşlarda spora katılmaktadır. Yüzyıllar boyunca herhangi bir tarihsel dönemde sporun insanlık ve insanlık tarihinin ayrılmaz bir parçası olduğu bilinmektedir (Dever, 2008).

Spor, eski dönemlere bakıldığında bireylerin hem yaşamlarını sürdürmek amacıyla hemde doğada savunma ve saldırma amacı ile yapıldığı belirtilmektedir. Daha sonra bu tarz mücadeleler giderek değişime ve yeniliklere uğramıştır. Bilhassa bireysel sporun amacı insanın benlik duygusunun geliştirilerek rekabetçi ruhunun artırılmasını sağlamaktır. Sportif aktivitelerin toplumların ekonomisine katkı sağlaması ve bireylerin maddi getirisinin artmasıyla birlikte insanların toplumsal etkinliklere yöneltmek konusunda en çok sporun payı vardır. Özellikle bireysel spor

yapan insanların karar verme özelliklerinin diğer insanlara göre daha yüksek olduğu gözlemlenmektedir. Bilhassa sportif faaliyetlerin artması ile birlikte bireyler arasında birtakım sporsal alanlarında ön plana çıkması gerçekleşmiştir. Spor; “bireyin toplumsal davranışlarını düzene sokan, psikolojik yönden geliştiren, zihinsel ve fiziksel özelliklerini güçlendiren, pedagojik, biyolojik ve sosyal bir kavramdır” (Orkunoglu, 1985).

Bireysel spor faaliyetleri, bireyin tek başına herhangi birinden yardım almadan yaptığı hareketleri kapsamaktadır. Eğitim ve kazanç düzeyi düştükçe kişiler kendilerini ispatlamaya çalışırken, eğitim ve kazanç düzeyi yükseldikçe spor daha çok eğlenme, mutlu olma amaçları için yapılmaktadır. Örneğin, eğitim düzeyi yükseldikçe uzak doğu sporları, binicilik, kayak, tenis, yüzme, dağcılık gibi branşların daha çok tercih edildiği görülmektedir. Bu çalışmanın amaçlarından bir tanesi; yüzme ve tenis gibi iki tane günümüzde önplanda olan bu branşları tercih eden öğrencilerin günlük hayatta karar verme ve hızlı düşünme gibi özelliklerinin değerlendirilerek özgüven ve özyeterlilik seviyelerini incelemektir. Yüzme branşını tam anlamıyla bireysel bir spor olarak adlandırabiliriz. Bunun yanısıra tenis sporu zaman zaman takım halinde ikili takımlar ile oynanabilmektedir. Bu yüzden ikili takımlar halinde oynandığı zaman takım sporu olarak adlandırılmaktadır ama tenis branşı özünde bireysel bir spor olarak tanımlanmaktadır. Bireysel sporlar aracılığıyla kişiler kendilerine güveni, kendilerinin denetlenmesi, hızlı karar vermesi ve haklarının korunması hususlarını geliştirilmektedir. Birey kabiliyetini fark eder ve mahareti artar (Hazar, 1996). Sportif aktiviteler bireylerde; kurallara uyma, saygı, hoşgörü, yardımlaşma ve işbirliğine dayalı bir takım alışkanlıkları kazandırır. Ayrıca spor faaliyetleri kişilik gelişimine de katkı sağlar. Bununla birlikte bireylere sorumluluk yükleme, etkin olma gibi olanakları da sağlar (Tokat, 2013). Gök ve Modern çağda çalışma zorunluluğu bulunmayan ya da iş yükü az olan ekonomik seviyesi yüksek olan insanların serbest zamanlarını değerlendirme aktivitesi olan spor, yaşamlarının içinde giderek büyük bir yer edinmiştir ve toplumun her kesiminden insan için önemli olmuştur.

Tarihimize bir göz atacak olursak sporun çeşitli Türk devletlerinde toplumların yaşayış şekilleri ile coğrafik yapılarına göre farklı şekillerde ve tarih boyunca büyük değişimlere şahit olarak yapıldığını söyleyebiliriz. Bahsi geçen konu sporların çoğunlukla bireysel sporlar olması dikkat çekmektedir; “güreş, atıcılık, binicilik, avcılık, sıklet kaldırma ve lobut atma, yaya koşuları, atlama, kılıç, okçuluk tepük,

tomak, cirit, gökbörü, kayak, matrak çöğen” gibi sporlar olduğu ifade edilmektedir (Özen, 2013). Bireysel sporların takım sporlarına öncülük ettiğini ve geçmişimize baktığımızda bir çok bireysel sporu takım sporundan daha önce gördüğümüzü söyleyebiliriz.

### **2.1.2. Takım Sporları**

İnsanların spor yapması sadece bedensel bir aktivite değil aynı zamanda onların sosyalleşme ve topluma uyum sağlama sürecidir. Spor aktiviteleri, belli kurallara göre yapılmaktadır. Sporun en güzel yanlarından bir tanesi belli ve kesin kurallara sahip olmasıdır. Kesin kuralları olmayan aktivitelere bakıldığında bireyler veya takımlar arasında gerilim yarattığını veya sözlü diyaloglara sahne olabileceğini söyleyebiliriz. Antrenman ve müsabakalar sürecinde başarı, günlük hayatta alışık olunmayan kurallara uymak ile elde edilir. Uyum sürecini başarıyla tamamlayan sporcular veya takımlar böylece kendilerinde olmayan, gizli yetenekler adı verilen bazı yeni özellikler kazanırlar. Bir başka ifadeyle hâlihazırdaki bazı nitelikleri geliştirirken yeni yeteneklerin ortaya çıkmasını sağlamıştır.

Dünyada sporun ortaya çıktığı ilk zamanlardan itibaren başlayan ve insanlar için vazgeçilmeyen bir unsur olarak günümüze kadar yenilenerek ve değişerek gelmiş olup bugünkü şeklini almıştır. Özellikle 1950’li yıllar ile birlikte tüm dünyada spor alanında takım sporları da insanları etkileyerek ilgi alanını genişletmiştir. Teknolojik ilerleme ile birlikte 1980’li yıllar öncesinde bireysel sporlar daha popüler iken, 1980’lerden sonra takım sporlarının da öne çıktığı görülmektedir. Özellikle futbola olan ilgi artmış ve diğer spor branşlarına da sıçrayarak devam etmiştir. Futbol takım sporları arasında dünya genelinde en çok dikkat çeken ve en çok tercih edilen bir spordur. Futbol ve diğer takım sporlarını tercih eden insanlar yardımlaşma, iletişim kurma, kişisel gelişimini sağlama, yeni insanlar tanıma gibi birçok fırsat elde ederler. Takım sporları insanların sosyalleşmesi açısından büyük bir öneme sahiptir. Bugün en büyük spor organizasyonlarının, olimpiyat oyunlarının ve dünya futbol şampiyonasının olduğu bilinen bir gerçektir. Futbol başta olmak üzere basketbol, voleybol, hentbol, Amerikan futbolu, su topu ve çim hokeyi gibi sporlar ön plana çıkmaktadır (Şahan, 2007). Dünya genelinde takım sporları arasında en çok tercih edilen spor olması sebebiyle futbol branşını çalışmamıza dahil edip futbol branşını tercih eden insanların özgüven ve öz yeterlilik seviyelerini inceleyeceğiz.

### **2.2. Tenis**

Tenis sporu günümüzde en çok tercih edilen spor dallarından birisidir. İnsanlar turnuvalarda hem oynama hem de izlemenin kayfini tatmaktadır. Bundan ötürü bireylerin tenis oynamaya ve izlemeye ayırdığı zaman da giderek artmaktadır. Tenis branşında amaç başarıyı mükemmele yakın bir teknik ve beceri ile fiziksel hazırlığı koruma, üst seviye psikoloji ile rakibe göre yapılacak kort taktiğine ve tekniğine dayalı bir oyundur. Günümüzde modern teniste kazanmak, bu unsurları doğru yerde ve zamanda kullanmayı gerektirir. Tenis oyununun içerisinde algı yetisini, kısa mesafeli koşuları ve maksimal kuvveti kullanarak egzersizlerin tümünü doğrudan veya dolaylı fizyolojik özellikler oldukça ön plandadır. Bu özelliği ile birçok spor uzmanı ve spor bilimcisi, tenis antrenörleri ve tenis oyuncularını arasında antrenman sistemlerine dayalı uygulanan antrenman programlarında tartışmalar ortaya atılmaktadır. Bunun nedeni tenis branşının aerobik veya anaerobik enerji sistemlerinden hangisinin baskın olduğu sorusudur.

Tenis branşında yapılan fiziksel antrenmanların yanı sıra mental olarak adlandırılan ruhsal yönden sporcuların güçlenmesinde bir o kadar önemlidir. Bazen ikili takımlar olarak oynandığı zaman takım sporu olarak görünse de tenis bireysel bir spordur. Bireylerin tenis oyunu içerisinde anlık karar verme durumları oluşabilir bu yüzden sporcuların yüksek oranda odaklanması gerekmektedir. Tenis sporunu tercih eden bireylerin özgüven düzeylerinin takım sporunu tercih edenlere göre daha yüksek olması mümkündür. Çünkü bireysel yapılan sporlarda sahada sporcu yalnızdır herhangi birinden yardım alamaz ve tüm kararları kendisi verir ve doğru kararlar verdikçe olumlu sonuçlar elde ettikçe sporcuların özgüvenlerinde ilerleme görülür.

Tenis branşında başlangıç seviyesindeki eğitimler sırasında önemle kullanılması istenilen basamak vuruşlarda dinamik koordinasyonu geliştirmektir. Bunun sebebi daha yeni başlayan sporcular ister çocuk olsun ister yetişkin olsun topların sertlik durumları göz önüne alındığı için hassasiyet ön planda tutulmaktadır. Bu hassasiyet ve algılama yetisi farklı sertliklerdeki toplar ve farklı ölçülerdeki raketler ile gerçekleştirilebilir. Tenis eğitimi gören sporculara göre tenis eğitimi almayan sporcular arasındaki beceri farklılıkları bilişsel seviye ve algılamadaki gelişim farklılık gösterdikleri belirtilmiştir (Tiryaki, 2000).

Her spor alanında olduğu gibi veya sporda olduğu gibi son yıllarda tenisin öğrenimi ve öğretiminde de değişimler görülmektedir. Modern öğrenim ve öğretim metotlarında rutin bir sistematik çalışmalar yerine, sporcuların oyun seviyelerine göre

geliştirilmeli ve öğretim yöntemlerinin yanı sıra tenisin eğitimini kolaylaştırmak için birçok tenis malzemesi ve materyallerinden yararlanılmaktadır. Teniste de birçok oyun kuralında da zaman geçtikçe kurallarında değişikliğe gidilmiştir. Öğrenim sürecindeki bu değişmelerle oyuncuların fiziksel, ruhsal ve beceriyi öğrenmedeki kapasiteleri eskiye göre gelişme göstermiştir (Korkut, 1996).

Tenis, diğer spor branşları gibi sakatlık riskinin oldukça yüksek olduğu ve motorik becerilerinin gelişiminde fazlasıyla katkısının bulunduğu bir spor branşıdır. Bu branşta sportif başarının elde edilebilmesi için sporcu küçük yaşlarda başlamalı, iyi bir teknik ve taktik bilgisi olan bir antrenör tarafından antre edilmeli, özellikle aileden ve okuldaki arkadaş çevresinin de destek olması gerekmektedir. Bir tenisçi, spor branşında başarılı olması için sürekli ve modern antrenman programları ile antrenman yapması gerekmekte, dinlenmesi ve beslenmesine çok dikkat etmesi gerekmektedir (Yılmaz, 2011). Sadece fiziksel yönden değil aynı zamanda ruhsal açıdan da sporcunun kendisini geliştirmesi gerekmektedir. Tenis sporcuların odaklanma seviyelerinde bir o kadar yüksek olması gerekir bu yüzden tenis müsabakaları esnasında seyircilerden herhangi bir ses yükseldiği zaman maçın hakemi tarafından uyarı alır. Son yıllarda tüm dünya çapında hızla artan popüleritesi sayesinde ülkelerin okullarına ve iyice tabana doğru yayılan bir spor haline gelmiştir. Sporcu sosyal olma ve tanınma isteği sayesinde büyük keyif almak, yarışmak, müsabık olmak ve en büyük getirisi olan ekonomik özgürlüğe yani para kazanmaya profesyonelleşmeye başlamıştır.

### **2.3. Yüzme**

Yüzme, kişinin su yüzeyinde veya içinde hareket ederek belirli bir mesafeyi yol alması için yapmakta olduğu anlamlı hareketler bütünü olarak ifade edilirken, sportif yüzme ise, suyun içerisinde sporcunun belirli mesafeleri serbest, kurbağalama, sırt, kelebek ve karışık teknikler ile en kısa süre içinde kat edebilme yeteneği olarak ifade edilmektedir.

Yüzmenin dünyadaki tarihçesi ele alındığında yapılan arkeolojik çalışmalar, yüzmeyle ilgili ilk bilgilerin milattan önce 9000 yıllarına kadar uzandığını göstermektedir. En eski bulgular, Libya Çölündeki Sori vadisindeki mağara duvarlarının kazılması sonucu elde edilmiştir. Görseller incelendiğinde bugünkü yüzme görselleri yazılar ve hikayelere denk gelinmiştir. Pers Atina ve Isparta uygarlıklarının, kabartma resimlerinde yaşları küçük olan çocuklara yüzme

öğretilmesi yolunda ilerlendiği kazılar ve araştırma sonrasında öğrenilmiştir (Odabaş, 2003; Şen, 2001)

Roma ve Eski Yunan uygarlıklarında yüzme, askeri eğitim ile beraber temel eğitimin mühim bir unsuru olarak görülmüştür. Yunanlılar bazı vakitlerde yüzme müsabakaları organize etmişler, Romalılar hamamlardan yanı sıra yüzme havuzları inşa etmişler, Japonlar ise okullarda yüzme dersini mecbur kılan imparatorluk fermamı yayınlamışlardır (Bozdoğan, 2001).

Türk yüzme tarihinin kökeni çok eskilere uzanmaktadır. Denizler ile sıkı ilişkilere ve güçlü bir donanmaya sahip olan Osmanlılar, yüzmeye büyük ölçüde önem göstermişlerdir. Askeri eğitim esnasındaki yüzme çalışmaları Türk yüzme tarihinin temelini oluşturmaktadır. 1800'lü yılların son dönemlerinde Türk gençleri sportif manada yüzme ile tanışmışlar Galatasaray Sultanisi öğrencileri, beden eğitimi öğretmenleri Moiroux gözetiminde yüzme çalışmalarına başlangıç yapmışlardı. Moiroux iyi bir yüzücüdür, daha sonra Tophane Askeri Sanayi Mektebinde göreve başlayarak modern yüzme eğitimine burada devam etmiştir. Türkiye'de çağdaş manada yüzme branşına atılan ilk adım, 1873 senesinde Mekteb-i Sultani, yani Galatasaray Lisesi'nde icra edilmiştir (Bozdoğan, 2006).

Yüzme ile ilgilenen bireylerin, sporun başlangıcından itibaren fiziksel gelişimlerinde önemli derece de farklılıklar gözlemlenir. Yaşamın içerisinde karar verebilme yetenekleri zamanla değişkenlikler gösterir. Bireysel spor ile ilgilenen bireylerin zaman içerisinde karar verebilme yeteneklerinin güçlendiğini ve öz yeterlilik seviyelerininde buna paralel olarak değişkenlikler gösterdiğinden bahsedebiliriz. Bu gelişmeler kişinin bütün yaşantısına etki edebilecek gelişmelerdir. Yüzme vücuttaki bütün kasların aktif şekilde kullanıldığı temel spor branşlarından. Su direncine karşı koyulduğu için genel kuvveti ve kas kuvvetinin gelişmesine katkı sağlamaktadır. Aşırı yüklenme sonucunda vücut ağırlarına sebebiyet vermeyen bir spor dalıdır (Altay, 2009).

Metabolizmanın dinç ve sağlıklı olmasına olanak sağlayan yüzme, insan vücudundaki organları ve tüm sistemi uyararak bunların körelmemesine neden olur. Suda yapılmakta olduğundan rahatlama hissiyatı verir. Yer çekimi etkisinin suyun içinde %90 oranına düşmesi ile yüzme yapıldığı gün içinde bacaklara binen yük oldukça azalır. Yüzme esnasında eklemlerde bir yük oluşmamasından eklemlerdeki

kireçlenme ve bel ağrıları gibi rahatsızlık yaşayan kişilere doktorların önerdiği en önemli spor branşlarının başında yüzme gelir (Baltacı, 1980).

#### **2.4. Futbol**

Modern futbol Türk tarihine 19. Yüzyılın son dönemlerinde katılım sağlamıştır. Dini inanışların tesiriyle o yıllarda Müslüman olan Türkler içinde futbol oyunu gelişim gösterememiştir. Osmanlı sınırları içerisinde barınan gayrimüslimler ve yabancı vatandaşlar da bu oyunu oynamışlardır. İzmir’de 1894’de İngilizler eliyle Football Club Smyra oluşturulmuştur. Bornova’da bir arada yaşayan İngilizler ve zaman ile onlara eşlik eden rum gençler de futbol oyunu ile tanışmışlardır. (Saçaklı vd., 1995). Türkiye’de futbolun gelişmesinde La Fontaine Ailesi’nin önemli katkıları olmuştur. Üst kısımda bahsedildiği üzere İzmir ilinde gençlerin içinde giderek yaygınlaşan futbol oyunu birden fazla çeşitli kulüplerin oluşmasıyla gelişim gösterdi. Oluşturulan Kulüplere örnek vermek gerekirse “Footbaland Rugby Club, Apollon, İskoç, Midilli Karması” takımları La Fontaine ailesinin öncülüğünde kurulan takımlardır. Farklı dinsel sebeplerden ötürü rahatsızlık oluşabileceği endişesi ile futbolu, ülke dışında eğitim gördükleri esnada görüp geri gelen öğrencilerin oynaması konusunda geç kalınmıştır. Üstelik bundan dolayı Türk gençler baskıdan sıyrılabilmek için adlarını bile başkalaştırarak yabancıların ve İzmir ile İstanbul’daki Rum ve Ermeni gençlerin sorun yaşamadan oynadıkları futbolu oynamaya başlamışlardır. Buna binaen 1901’de birinci olarak Black Socking Football Club’ın oluşumunu, 1903’te Beşiktaş’ın, 1905’te Galatasaray’ın, 1907’de Fenerbahçe’nin kuruluşları takip etmiştir (Müniroğlu, Deliceoğlu, 2008). Futbol takım sporları arasında en fazla popüleriteye sahip olan spor branşdır. Dünya genelinde futbol, spor endüstrisinin büyük bir çoğunluğunu oluşturmaktadır. Yayın gelirleri, reklam gelirleri, yapılan yüksek miktarda ki sponsorluk anlaşmaları bu endüstriyi oluşturan başlıca etmenlerdendir. Spor bilimleri fakültelerinde öğrenim gören öğrencilerin bir çoğu spor ile futbol branşı sayesinde tanışmışlardır. Türkmen ve ark.(2013)’na göre, futbolun tüm dünyada bir endüstri haline gelmesinde ki faktörlerden bazıları, futbolun taraftar boyutunun uzun zamandır birden fazla araştırmacı insanlar tarafından çeşitli farklı kitaplar ve makaleler kapsamında değerlendirilmesi, televizyon programları düzenlenmesi, medya ve basında devamlı olarak yer bulması gösterilebilir. Toplumun büyük bir kısmının dikkatini çeken futbol branşı, bireyleri psikolojik ve sosyal açıdan tatmin ettiği eğlence aracı olarak bir etkinlik alanı şeklini almıştır. Futbol ülkemizde sosyal, ekonomik,

psikolojik, görsel ve yazılı medya alanlarında baktığımızda önemli bir yere sahiptir. Takım sporu olarak bakıldığında pek çok insan, destekledikleri takımlara uzun süre boyunca inançla bağlanmışlardır. Destekledikleri takımların müsabakalarını takip edebilmek amacıyla uzun süreler bilet kuyruklarında zaman harcayan bu bireyler, rakip takımı mağlup etmek için heyecan ile beklerler ve elde edilen galibiyetin ardından büyük bir gurur ile evlerine dönerler. Bu unsurlar göz önünde bulundurulduğunda bağlılık ve sadakat, spor takımlarına olan inancın insanların hayatında psikolojik bir öneme sahip olduğunu göstermektedir. Takımınızla bir destekçi olarak bağlantı kurmak iki önemli işleve hizmet eder. Bunlar: başarısızlık duygularından ve günlük hayatın rutininden uzakta, aracılık yoluyla haysiyet ve gurur yaratan bir grupla birlikte olmak.

## **2.5. Antrenör**

Antrenörlük; hangi spor branşında olursa olsun sporcularının veya öğrencilerin görevlerini başarısındaki en büyük destekçisi olarak onları yönetme ve koordine etmedeki etkinin zora dayanmayan kullanımı şeklinde tanımlanırken; pedagojik olarak bakıldığında, bireyin en yüksek performansını yakalaması için verilen eğitim; psikolojik açıdan, yeteneğin dışarıya çıkartılması ve bu etkileri kısıtlı bir yöntem ile; fizyolojik açıdan da sporcunun vücudundaki iç ve dış yapı farklılıklarını yerine getirmek için yeteneği geliştiren kişi olarak adlandırılmaktadır. Liderlik açısından antrenörlük ise; bir hedef doğrultusunda mücadeleden vazgeçmeyen sporcular yetiştirmek ve eğitilmiş birer birey olarak onları geliştirmek ve yetiştirmeyi amaçlayan sporcuları başarıya yönlendiren kişi olarak adlandırılır (Yılmaz, 2008). İletişim süreci, aynı zamanda da bilgi alışverişindeki akışının da içeriğinde bulunan bir öğedir (Ertürk, 2008).

Antrenör davranışı, Feltz, Chase, Moritz ve Sullivan'ın (1999) sporcuların öğrenme ve performans düzeylerini etkileme yetenekleri olarak tanımladıkları antrenör yeterliliği ile ilgilidir (Unutmaz ve Gençler, 2017). İyi ve etkili bir iletişim becerisini yansıtabilme becerisinin, bir antrenör başarısının hedeflenen en önemli öğelerden biri olduğunu fakat iletişimin iş hayatı boyunca değiştirilebilir ve gösterilmesi zorunlu birtakım tecrübeler olduğu ileri sürülmektedir. Etkili bir antrenörün liderlik becerileri; sporcu ile doğru iletişim kurması sebebiyle, motivasyonu arttırmada, aktarmak istediği bilgiyi öğretilmesinde, çalışılan kondisyon, koordinasyon, teknik, taktik ve psikolojik beceriler önemlidir (Konter, 1996). Dil ve

iletişim; Bireylerin, meydana getirdikleri bilgileri birbirlerine ileterek anlamlandırır. Dil ötesi iletişim sesin niteliğiyle ilgilidir; sesin tonu, sesin hızı, sesin şiddeti, hangi cümlenin vurgulandığına, verilen eslere ve benzeri özellikler dil ötesi iletişim sayılmaktadır. Dil ile iletişim bireylerin “ne dedikleri”, dil ötesi iletişimde ise “nasıl söyledikleri” önemlidir. Araştırmalar sporcuların günlük yaşamında iletişim kurduklarını, ne söylediklerinden çok nasıl söylediklerine dikkate almakla göstermişlerdir. Sözsüz iletişim; Bir bireyin mesaj gönderdiği zaman onun hisleriyle, duygularıyla ve vücut hareketleriyle veya jest ve mimikler ile pekiştirmek amacıyla kullanılır. Sözsüz iletişim genellikle alıcı üzerinde sözlü iletişimden daha büyük bir etkiye sahiptir. (Tutar ve Yılmaz, 2003).

Günümüzde antrenörlerin davranış ve yeterliliklerinin spordan zevk alma ve spor performansının gelişimini etkileyen önemli faktörlerden bazıları olduğu söylenebilir. Sporcular ve antrenörler birbirlerine oldukça etkiler ve etkileşimleri uzun süredir performansın büyük bir belirleyicisi olarak görülmektedir. (Toros ve Duvan, 2011). Bir antrenörün sporcusunu başarıya yönlendirmede motivasyonun önemi iyi bilinir ve motivasyon tipinin sporu nasıl etkilediğine dair araştırmalar güncel olarak devam etmektedir. Bu durumun sporcular üzerinde motivasyon etkisinde önemli bir faktör olduğu düşünülmektedir (Wampbell and Jones 1994). Yeniliklerin güçlü etkisi altındaki günümüz dünyasında, hepimizin bildiği gibi, karar verme süreci saniyelerle sınırlı olmakla birlikte, karar vermeyi etkileyen güçler birçok makro değişimi de beraberinde getirmektedir (Tozoğlu 2013). Sporcuların yeteneklerini keşfetmek ve başarıya ulaşmak için antrenörler sıklıkla karar vermek durumunda kalırlar ve başarıya ulaşmak için doğru kararları vermelidir antrenörler. Bu durumda antrenörün kendisi ve sporcusu ile ilgili ne kadar bilgi sahibi olduğu ile doğrudan ilişkilidir. Antrenör, yerine getirdiği görevler, üstlendiği yetki ve sorumluluklar açısından hem sporcular hem de sporseverler için önemlidir. Bu nedenle görevlerini etkin bir şekilde yerine getirebilmeleri için belirli nitelik ve özelliklere sahip olmaları gerekir.

## **2.6. Özgüven**

Güven kelimesini özünde insanların inanç ve hislere dayanan ve arzuları ve eğilimlere dikkat çeken bir tutum olarak tanımlayabiliriz (Govier, 1993). Birey dünyaya geldiği ilk andan itibaren güven duygusunu belirli oranla kazanmaya başlar. Bakıcı ile bebek arasında güven temeli Erikson'un psikososyal gelişim teorisine göre,

yaşamın ilk birkaç yılında kurulur. Karşılanması ve sevilmesi gereken ihtiyaçları olan bebekler bu ihtiyaçları karşılandıkça temel bir güven duygusu geliştirir. Çevredeki güven belli bir oranda tatmin edildikten sonra, zamanla bebekte kendine güven duygusu gelişmeye başlar. Lauster (1974) çocukluktan itibaren belirli aralıklarla gelişen özgüvenin doğuştan sahip olunmayan bir özellik olduğunu savunmuştur. Özgüven olgusu eski çağlardan beri psikoloji ve diğer sosyal bilimlerde üzerinde en çok çalışılan ve araştırma yapılan olguların başında gelmiştir. Sunulan araştırma ve hipotezler, kişinin ruh sağlığı, başarısı ve mutluluğu için özgüvenin önemini vurgulamaktadır (Soner, 2000). Bireyin kişiliğine oluşturan unsurlardan bir tanesinin özgüven olduğu Kungle (1983) tarafından ileri sürülmüştür. Özgüven, öznel bir olgudur, kişinin kendini değerlendirmesinin sonucunda elde edilir. Özgüveni yüksek olan insan, değiştiremeyeceği koşulları kabul eden, değiştirebileceği koşulları değiştirme cesaretine sahip olan, değiştirebileceği koşullar ile değiştiremeyeceği şeyleri ayırt edebilecek bakış açısına sahiptir. Bahsi geçen insan huzurlu, mutlu ve bu hisleri çevresine yansıtabilen olarak tanımlanabilir (Soner, 2000). Günümüzde spor insan yaşamının önemli bir parçası olarak yer almaktadır, bu nedenle sporun bireye sadece fiziksel olarak neler kazandırdığını düşünmek mümkün değildir. Sporun fiziksel, zihinsel ve sosyal faydalarını bütüncül düşünmeliyiz (Yarımkaya vd, 2014). Spor alanında duyulan güven, aslında başarı için yüksek beklentilerle karakterize edilebilir. Yapılan araştırmalar sonucunda araştırmacılar, kendine güvenen sporcuların kendilerine inandıklarını ve daha da önemlisi başarılı olacaklarına inandıklarını ve başarı potansiyellerini gösterecek fiziksel ve zihinsel becerilere sahip olduklarını ileri sürmüşlerdi. (Yıldırım, 2013). Bu, özgüveni yüksek sporcuların stres altında bile sakin ve rahat kalmasına ve daha olumlu düşüncelere odaklanmasına yardımcı olmak için bunun önemli bir faktör olduğunu gösteriyor. Jones ve Swain'e (1995) göre özgüveni yüksek sporcuların kaygılarını yönetebildiklerini ve diğer sporculara göre olumlu düşünmeye daha kolay odaklanabildiklerini bulmuşlardır. Özgüven öğrencilerin başarısı ve sosyal gelişimi açısından büyük önem taşımaktadır. Kendine güvenen bireyler, sözlerinin ve eylemlerinin etrafındaki bireyleri nasıl etkilediğini bilirler. Branden (1969), benlik saygısı olgusunun üç bölümden oluştuğunu ortaya atmıştır. Bilişsel bölüm, kişinin idealize edilmiş bir imajı ile algılanan imajı arasındaki farkın farkındalığını ifade eder. Duygusal bölüm, kişinin duygularını ve bu farklılıklara yönelik hislerini ifade eder. Davranışsal bölüm ise bazı atılganlık, dayanıklılık, saygınlık gibi davranışlarını ifade eder. Aynı zamanda özgüven, insanın hayatı

boyunca tecrübe ettiği yaşanmışlıklardan faydalanarak ilerleme gösterdiği, yapabildiklerinin ve yapamadıklarının bilincinde olarak bu durumları kabullenmesi ve hareketlerini de bu doğrultuda şekillendirmesi biçiminde de ifade edilebilir. Bu duruma sahip olan insanlar başarabildiklerinin ve başaramadıklarının farkında olan insanlar olduğundan başaramadıkları durumları başarabilmek adına çaba gösterirler (Karagöz A. 2019). Yapılan araştırmalara bakıldığında sporun hem beden hem de ruh sağlığı açısından insanları olumlu etkilediği söylenebilir. Yapılan sportif aktiviteler sonrasında vücudun ve hormonların bazı değişikliklere uğradığı bilinmektedir. Mutluluk gözlemlenen bu sonuçların en başında yer alır. Kişisel mutluluk, benlik saygısı ve özgüvenin birleşimidir. Bu nedenle spor sayesinde vücudunda mutluluk hormonu salgılanan birey kendini beğenir ve olumlu bir ruh haline bürünerek özgüven gelişimini sağlar (Yaylacı S.T. 2019).

## **2.7. Özyeterlilik**

Öz kavramının temellerine yönelik araştırmalara bakıldığında, benlik olarak algılanan kavram, bireylerin geçmiş deneyimleri ve onu model alan değerlendirmeleri ile şekillendiğini söyleyebiliriz. Benlik kavramı, kişinin kendi yetenekleri, geçmişinin mevcut zaman içinde edindiği deneyimler ve kişinin benlik kavramı açısından olumlu ya da olumsuz bir algıdır. (Uzel,2009 Akt. Sağ 2019). Yeterlilik, kişinin ne düşündüğü, nasıl hissettiği, kendini nasıl motive ettiği ile ilgili kararlarıdır. (Sağ Y. 2019). Yetkinlik algısının iki ana unsuru vardır: yeterlilik beklentileri ve sonuç beklentileri. Yeterlilik beklentileri, bireyin bir eylemi başarılı bir şekilde gerçekleştirmesinin olumlu sonuçlar göstereceğine olan inancıdır. Sonuç beklentileri ise, beklenen olumlu bir sonucu kesinliğe dönüştürebilen kişinin kendi sezgileridir(Bandura,1977).

Öz yeterlilik inancı, görev seçimi, hedef belirleme, motivasyon düzeyi, hedeflere ulaşma çabası, duygusal durum ve başarı gibi insan işleyişinin birçok yönünü etkileyen ana faktörlerden biri olarak kabul edilir(Bandura,2006). Banduranın (1989) sosyal öğrenme kuramına bakıldığında öz yeterliliğin temellerini görebiliriz. Bu teoride Bandura, bireyin olaylarla başa çıkma ve farklı durumlarda performans gösterme becerisini, bireyin öz-yeterlik algısıyla ilişkilendirmiştir (Gürcan, 2005, s. 180). Başka bir deyişle, bireyin bir işi veya performansı tamamlamak için gerekli unsurları bir araya getirmesi, organize etmesi ve koordine etme becerisi Bandura'ya (1997) göre bireyin öz yeterlilik düzeyine ilişkin yargısı olarak tanımlanmaktadır. Başka bir

tanımda Pajares (2002), öz yeterliliği motivasyon ve başarı için en önemli faktör olarak yorumlamaktadır. Bunun nedeninin ise bireyin davranışlarının beklediği sonuçlara ulaşamaması ve zorluklarla yüzleşme isteğinin azalması olduğunu belirtmiştir. İnsan faaliyetlerinin inanç sistemleriyle ilişkili olduğunun anlaşılması; öz yeterlilik, özgüven, benlik kavramı, beceri algısı, beceri algısı, benlik saygısı algılanan kontrol düzeylerinin seviyelerinin belirlenmesi gibi beklenti inançlarının, eğitim ve psikoloji alanlarında büyük ilgi uyandırması ve çeşitli disiplinlerde bu konularla ilgili önemli ölçüde sayılabilecek çeşitlilikte araştırma yapılmasına neden olmuştur. Pajares'e (1996) göre, teoriler arasında bahsi geçen kavramların tanımı konusunda tam bir fikir birliği olmaması, eğitim alanında kavram karmaşasına yol açmıştır. Özellikle çeşitli araştırmalara baktığımızda özyeterlilik kavramının farklı bakış açıları ile ele alındığını görebiliriz (Israel,2007).

Tanımlarda yapılan açıklamalar göz önünde bulundurulduğunda özyeterlilik kavramına inancı kuvvetli olan bireylerin kısa sürede sonuca ulaştıkları görülmektedir. Çünkü öz yeterlilik inancı güçlü olan kişiler, karşılaştıkları zorlukların üstesinden gelme konusunda kendilerine daha fazla güvenirlir (Yaman, Koray ve Altunçekiç, 2005). Benlik kavramı ile ilgili algılara bakıldığında öz yeterlilik algısının üst sıralarda yer aldığı görülmektedir. Çünkü özyeterliliği sadece yapılan bira davranışa karşı gösterilen sabit bir tepki olarak ele alamayız. Özyeterlilik yapılan işin verimliliği değil beceriyi meydana getirmeye karşı geliştirilen davranışın adıdır. Bu davranışın etkin olduğu düşünülmektedir. Bireyin algıladığı öz yeterliliğe olan inancı yüksek olduğunda, birey daha başarılı ve motive olacak ve tam tersi, birey daha az mutlu ve daha az başarılı olacaktır. (Çakır ve diğ., 2005). Beden eğitimi ve beden eğitimi öğretmenlerinde öz yeterlilik ve mesleğe yönelik tutumlar önemlidir ve eğitimde önemli bir yere sahiptirler. Üniversitelerin spor bilimleri fakültelerinden mezun olan veya mezun olacak öğretmen adaylarının kariyer başarılarında ve adanmışlıklarında öz yeterlilik inançları ve mesleğe yönelik tutumlar ağırlıklı olarak yer almaktadır. Bu tanımları öz yeterliliğin bireyler açısından önemini vurgulamaktadır. Temel olarak öz yeterlilik kavramının genel çerçevesini oluşturan ana unsurları özetleyecek olursak; kişinin bir hareketi planlaması, kişinin kendisinde bulunan yetenek ve becerilerinin farkında olması ve bu doğrultuda gruplaşıp örgütlenerek, elde edilebilecek faydaların göz önünde bulundurulduktan sonra ortaya çıkan güdülenme seviyesi gibi bileşenleri kapsadığını söylenebilir. ( İlhan,2010 Akt. Ünlü,2016).

### **3. MATERYAL VE YÖNTEM**

Araştırmada ölçeklerin uygulanabilmesi ve verilerin toplanabilmesi için Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Sosyal ve Beşerî Bilimler Etik Kurulu'ndan 29/04/2022 tarih ve 2022/275 sayılı kararı ile onay alınmıştır.

#### **3.1. Araştırmanın Amacı**

Araştırmada, öğrencilerin bazı sosyo-demografik özellikleri açısından tenis, yüzme ve futbol branşlarında uzmanlık alan öğrencilerin özgüven ve özyeterlilik düzeylerini incelemektir. Araştırma bulgularının ilgili alan yazına katkı sağlaması tahmin edilmektedir.

#### **3.2. Araştırmanın Modeli**

Araştırmada, mevcut durumu belirlemek için betimsel özellik barındıran tarama modeli kullanılmıştır. Tarama modeli, geçmişte ya da halen var olan bir durumu olduğu gibi betimlemeyi amaçlayan araştırma yaklaşımıdır (Karasar, 1999).

#### **3.3. Araştırmanın Evreni ve Örnekleme**

Çalışmanın evrenini, Spor Bilimleri Fakültelerinde 2021-2022 eğitim-öğretim yılında okuyan ve tenis, yüzme, futbol branşlarında uzmanlık alan üniversite öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise Trabzon Üniversitesi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Fırat Üniversitesi, Kafkas Üniversitesi ve İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültelerinde 2021-2022 eğitim-öğretim yılında okuyan ve tenis, yüzme, futbol branşlarında uzmanlık alan öğrenciler içerisinde tesadüfi örnekleme yöntemi ile seçilmiş 318 birey oluşturmaktadır.

#### **3.4. Veri Toplama Araçları**

Araştırmada, Akın (2007) tarafından geliştirilen 2 alt boyut toplamda 33 maddeden oluşan Öz-güven Ölçeği ile Schwarzer ve Jerusalem (1995) tarafından geliştirilen ve Aypay (2010) tarafından Türkçeye uyarlanan Genel Öz Yeterlik Ölçeği kullanılmıştır.

##### **3.4.1. Kişisel Bilgi Formu**

Araştırmada kullanılan kişisel bilgi formunda, araştırmaya katılan öğrencilerin yaş, cinsiyet, ana okuluna gitme durumu, alkol kullanım durumu, üniversite öncesi ilgilendiği spor türü, uzmanlık branşı seçme nedeni, uzmanlık branşı, gelir düzeyi, okuduğu bölüm, branşı ile ilgilinme süresi(yıl), uzmanlık branşını kaç dönem aldığını içeren sorular yer almaktadır.

### 3.4.2. Genel Öz Yeterlik Ölçeği (GÖYÖ)

Schwarzer ve Jerusalem (1995) tarafından geliştirilen, Aypay (2010) tarafından Türkçeye uyarlanmış Genel Öz Yeterlik Ölçeği (GÖYÖ) ters puanlanan madde yoktur. Cevap seçeneklerinin puanlanması: Yüksek puan genel öz-yeterliğin yüksek olduğuna; düşük puan düşük olduğuna işaret etmektedir. Ölçek analizlere toplam puan üzerinden katılmaktadır. Bu ölçek 10 maddeden oluşmaktadır, bireylerin stresli yaşantılarla başa çıkabilme ve bunlara uyum sağlayabilme becerilerine yönelik algılarını belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçekte yer alan ifadeler şu şekildedir. “Tamamen yanlış”, “Biraz doğru”, “Orta düzeyde doğru”, ”Tamamen doğru” şeklinde sıralanmış; 4, 3, 2, ve 1 şeklinde derecelendirilmiş dörtlü likert tipindedir.

### 3.4.3. Öz-güven Ölçeği (ÖGÖ)

Akın (2007) tarafından geliştirilen Öz-güven Ölçeği’ndeki toplam madde sayısı 33’dür. Bu nedenle 5 dereceli Likert tipi hazırlanan bu ölçekten alınabilecek en yüksek puan 165, en düşük puan ise 33’dür. Olumsuz madde bulunmayan ölçekten alınan yüksek puan, yüksek düzeyde öz-güveni göstermektedir. Ölçek üniversite öğrencilerinin özgüven düzeylerinin değerlendirilmesi amacıyla geliştirilmiştir. (1) Hiç bir zaman (2) Nadiren (3) Sık sık (4) Genellikle ve (5) Her zaman anlamına gelmektedir. Ölçeğin iki adet alt boyutu bulunmaktadır. 1, 3, 4, 5, 7, 9, 10, 12, 15, 17, 19, 21, 23, 25, 27, 30, 32 numaralı maddeler İç öz-güven boyutunu, 2, 6, 8, 11, 13, 14, 16, 18, 20, 22, 24, 26, 28, 29, 31, 33 maddeler ise Dış öz-güven alt boyutunu temsil etmektedir.

### 3.4.4. İstatiksel Analiz

Araştırmada, 2021-2022 eğitim-öğretim yılında okuyan ve tenis, yüzme, futbol branşlarında uzmanlık alan üniversite öğrencilerin ölçek maddelerine verdiği cevapların iç tutarlılığını kontrol etmek amacı ile güvenilirlik katsayıları (cronbach alpha) hesaplanmıştır (Tablo 3.1).

Tablo 3.1. Katılımcıların ölçek maddelerine verdikleri cevaplara ait iç tutarlılık katsayıları

Ölçek	İç Tutarlılık Katsayısı	Değerlendirme
<i>Öz Yeterlilik Ölçeği</i>	0,925	Yüksek Düzeyde Güvenilir
<i>Özgüven Ölçeği</i>	0,973	Yüksek Düzeyde Güvenilir
<i>İç Özgüven</i>	0,949	Yüksek Düzeyde Güvenilir
<i>Dış Özgüven</i>	0,944	Yüksek Düzeyde Güvenilir

Verilerin istatistiksel değerlendirilmesinde ilk olarak normallik varsayımı Kolmogorov-Smirnov ve Shapiro-Wilk testi ile incelenmiştir ( $P>0,05$ ). Çalışmada,

ölçek toplam puanlarının cinsiyet (kadın-erkek), ana okula gitme durumu (evet-hayır), alkol kullanımı (evet-hayır), üniversite öncesi spor türü (bireysel-takım) değişkenine göre farklılık gösterip göstermediği Student t test, yaş, gelir düzeyi, okuduğu bölüm, uzmanlık branşı kaç dönem aldığı, uzmanlık spor branşı, uzmanlık branşı seçme sebebi, uzmanlık branşı ile ilgilenme süresi değişkenlerine göre farklılık gösterip göstermediği ise Tek Yönlü Varyans Analizi ve Tukey çoklu karşılaştırma testi ile belirlenmiştir. Tüm istatistiksel hesaplamalarda SPSS 22.0 V. istatistik paket programı kullanılmıştır. Araştırma bulguları, n(%), ortalama, standart sapma değerleri olarak verilmiş olup, bulgular  $p < 0,05$  düzeyinde anlamlı kabul edilmiştir.



## 4. BULGULAR

Araştırmada, 2021-2022 eğitim-öğretim yılında eğitim gören ve tenis, yüzme, futbol branşlarında uzmanlık alan üniversite öğrencilerin demografik özelliklerine göre dağılımları Tablo 4.1’de verilmiştir.

Tablo 4.1. Katılımcıların demografik özelliklerine ilişkin frekans ve yüzde dağılımları

Cinsiyet	n	%	Ana Okula Gitme Durumu	n	%
Kadın	130	40,9	Evet	132	41,5
Erkek	188	59,1	Hayır	186	58,5
Toplam	318	100,0	Toplam	318	100,0

  

Alkol Kullanım Durumu	n	%	Üniversite Öncesi İlgilendiği Spor Türü	n	%
Evet	94	29,6	Bireysel	180	56,6
Hayır	224	70,4	Takım	138	43,4
Toplam	318	100,0	Toplam	318	100,0

  

Yaş Dağılımı	n	%	Uzmanlık Branşı Seçme Nedeni	n	%
18-20	27	8,5	Ekonomik gelir	51	16,0
21-22	160	50,3	Kariyer planlaması	109	34,3
23-25	95	29,9	Arkadaş önerisi	31	9,7
26 ve üstü	36	11,3	Branşa olan ilgi	127	39,9
Toplam	318	100,0	Toplam	318	100,0

  

Gelir Düzeyi	n	%	Uzmanlık Branşı	n	%
Düşük (Gelir<Gider)	67	21,1	Tenis	105	33,0
Orta (Gelir=Gider)	183	57,5	Yüzme	106	33,3
Yüksek (Gelir>Gider)	68	21,4	Futbol	107	33,6
Toplam	318	100,0	Toplam	318	100,0

  

Okuduğu Bölüm	n	%	Branşıyla İlgilenme Süresi (yıl)	n	%
BSÖ	14	4,4	1	82	25,8
ANT	151	47,5	2-3	71	22,3
SYB	86	27,0	4-5	71	22,3
REK	67	21,1	6 ve üzeri	94	29,6
Toplam	318	100,0	Toplam	318	100,0

  

Uzmanlık Branşı Dersi Kaç Dönem Alıyor	n	%
1	107	33,6

2	98	30,8
4	113	35,5
Toplam	318	100,0

Araştırmaya gönüllü olarak katılan bireylerin %59,1'i erkek, % 58,5 ana okuluna gitmeyen, %70,4 alkol kullanmayan, % 56,6'sı üniversite öncesi ilgilendiği spor türü bireysel spor, %50,3'ü 21-22 yaş aralığında, %39,9'u uzmanlık branşı seçme nedeni branşa olan ilgi, %57,5 orta gelirli, %33,6 uzmanlık branşı tenis, %47,5 antrenörlük eğitimi bölümü, %29,6 6 yıl ve üzeri ve % 35,5 ise uzmanlık branş dersinin 4 dönem olduğunu beyan etmiştir (Tablo 4.1).

Tablo 4.2. Cinsiyete Göre Bireylerin Öz Yeterlilik ve Özgüven Düzeyleri

Ölçekler ve Alt Boyutlar	Cinsiyet	n	Ortalama	SS	P-değeri
<i>Öz Yeterlilik Ölçeği</i>	Erkek	130	36,90	6,96	0,715
	Kadın	188	37,18	6,57	
<i>Özgüven Ölçeği</i>	Erkek	130	139,32	24,09	0,143
	Kadın	188	135,36	23,22	
<i>İç Özgüven</i>	Erkek	130	71,65	12,43	0,196
	Kadın	188	69,83	12,18	
<i>Dış Özgüven</i>	Erkek	130	67,67	11,94	0,106
	Kadın	188	65,53	11,29	

Araştırmada kadın ve erkek katılımcıların Öz yeterlilik ve Özgüven ölçek toplam puan ve alt boyut toplam puanları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir ( $P>0,05$ ; Tablo 4.2).

Tablo 4.3. Ana Okula Gitme Durumuna Göre Bireylerin Öz Yeterlilik ve Özgüven Düzeyleri

Ölçekler ve Alt Boyutlar	Ana Okula Gittin mi?	n	Ortalama	SS	P-değeri
<i>Öz Yeterlilik Ölçeği</i>	Evet	132	36,64	7,23	0,346
	Hayır	186	37,37	6,34	
<i>Özgüven Ölçeği</i>	Evet	132	137,12	25,02	0,928
	Hayır	186	136,88	22,64	
<i>İç Özgüven</i>	Evet	132	70,68	12,86	0,894
	Hayır	186	70,49	11,91	
<i>Dış Özgüven</i>	Evet	132	66,44	12,41	0,965
	Hayır	186	66,38	11,01	

Araştırmada ana okula gidip gitmeme durumuna göre katılımcıların Öz yeterlilik ve Özgüven ölçek toplam puan ve alt boyut toplam puanları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir ( $P>0,05$ ; Tablo 4.3).

Tablo 4.4. Alkol Kullanım Durumuna Göre Bireylerin Öz Yeterlilik ve Özgüven Düzeyleri

Ölçekler ve Alt Boyutlar	Alkol Kullanımı	n	Ortalama	SS	P-değeri
<i>Öz Yeterlilik Ölçeği</i>	Evet	94	37,19	6,60	0,830
	Hayır	224	37,01	6,79	
<i>Özgüven Ölçeği</i>	Evet	94	135,51	25,80	0,474
	Hayır	224	137,59	22,68	
<i>İç Özgüven</i>	Evet	94	69,70	13,42	0,414
	Hayır	224	70,94	11,80	
<i>Dış Özgüven</i>	Evet	94	65,81	12,64	0,553
	Hayır	224	66,66	11,14	

Araştırmada alkol kullanım durumuna göre katılımcıların Öz yeterlilik ve Özgüven ölçek toplam puan ve alt boyut toplam puanları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir ( $P>0,05$ ; Tablo 4.4).

Tablo 4.5. Üniversite Öncesi İlgilendiği Spor Türüne Göre Bireylerin Öz Yeterlilik ve Özgüven Düzeyleri

Ölçekler ve Alt Boyutlar	Spor Türü	n	Ortalama	SS	P-değeri
<i>Öz Yeterlilik Ölçeği</i>	Bireysel	180	37,45	6,80	0,830
	Takım	138	36,57	6,60	
<i>Özgüven Ölçeği</i>	Bireysel	180	137,96	25,15	0,474
	Takım	138	135,70	21,49	
<i>İç Özgüven</i>	Bireysel	180	71,04	13,14	0,414
	Takım	138	69,96	11,11	
<i>Dış Özgüven</i>	Bireysel	180	66,92	12,24	0,553
	Takım	138	65,73	10,69	

Araştırmada üniversite öncesi ilgilendiği spor türüne göre katılımcıların Öz yeterlilik ve Özgüven ölçek toplam puan ve alt boyut toplam puanları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir ( $P>0,05$ ; Tablo 4.5).

Tablo 4.6. Yaş Dağılımına Göre Bireylerin Öz Yeterlilik ve Özgüven Düzeyleri

Ölçekler ve Alt Boyutlar	Yaş Dağılımı (yıl)	n	Ortalama	SS	P-değeri
<i>Öz Yeterlilik Ölçeği</i>	18-20	27	36,37	9,19	0,099
	21-22	160	36,78	5,91	
	23-25	95	38,37	6,56	
	26 ve üstü	36	35,44	8,02	
<i>Özgüven Ölçeği</i>	18-20	27	137,22	26,61	0,276
	21-22	160	137,30	20,86	
	23-25	95	139,01	22,38	

	26 ve üstü	36	130,00	33,81	
<i>İç Özgüven</i>	18-20	27	70,52	14,15	0,178
	21-22	160	70,94	10,74	
	23-25	95	71,56	11,69	
	26 ve üstü	36	66,39	17,57	
<i>Dış Özgüven</i>	18-20	27	66,70	12,55	0,411
	21-22	160	66,36	10,45	
	23-25	95	67,45	10,92	
	26 ve üstü	36	63,61	16,48	

Araştırmada katılımcıların yaş dağılımlarına göre Öz yeterlilik ve Özgüven ölçek toplam puan ve alt boyut toplam puanları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir ( $P>0,05$ ; Tablo 4.6).

Tablo 4.7. Uzmanlık Branşı Seçme Nedenine Göre Bireylerin Öz Yeterlilik ve Özgüven Düzeyleri

Ölçekler ve Alt Boyutlar	Uzmanlık Branşı Seçme Nedeni	n	Ortalama	SS	P-değeri
<i>Öz Yeterlilik Ölçeği</i>	Ekonomik gelir	51	35,33	8,38	0,250
	Kariyer planlaması	109	37,53	6,09	
	Arkadaş önerisi	31	37,35	7,66	
	Branşa olan ilgi	127	37,29	6,21	
<i>Özgüven Ölçeği</i>	Ekonomik gelir	51	135,14	28,08	0,627
	Kariyer planlaması	109	137,83	23,16	
	Arkadaş önerisi	31	132,65	30,10	
	Branşa olan ilgi	127	138,05	20,19	
<i>İç Özgüven</i>	Ekonomik gelir	51	69,65	14,22	0,641
	Kariyer planlaması	109	70,95	12,21	
	Arkadaş önerisi	31	68,35	15,95	
	Branşa olan ilgi	127	71,16	10,48	
<i>Dış Özgüven</i>	Ekonomik gelir	51	65,49	14,06	0,628
	Kariyer planlaması	109	66,87	11,20	
	Arkadaş önerisi	31	64,29	14,41	
	Branşa olan ilgi	127	66,89	10,03	

Araştırmada uzmanlık branşı seçme nedenine göre katılımcıların Öz yeterlilik ve Özgüven ölçek toplam puan ve alt boyut toplam puanları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir ( $P>0,05$ ; Tablo 4.7).

Tablo 4.8. Gelir Durumuna Göre Bireylerin Öz Yeterlilik ve Özgüven Düzeyleri

Ölçekler ve Alt Boyutlar	Gelir Durumu	n	Ortalama	SS	P-değeri
<i>Öz Yeterlilik Ölçeği</i>	Düşük	67	36,46	8,01	0,697
	Orta	183	37,17	5,82	
	Yüksek	68	37,37	7,62	
<i>Özgüven Ölçeği</i>	Düşük	67	139,28	19,84	0,461
	Orta	183	137,15	20,87	
	Yüksek	68	134,25	32,50	
<i>İç Özgüven</i>	Düşük	67	71,75	10,40	0,342
	Orta	183	70,81	10,86	
	Yüksek	68	68,76	16,84	
<i>Dış Özgüven</i>	Düşük	67	67,54	9,84	0,586
	Orta	183	66,33	10,30	
	Yüksek	68	65,49	15,80	

Araştırmada katılımcıların gelir durumuna göre Öz yeterlilik ve Özgüven ölçek toplam puan ve alt boyut toplam puanları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir ( $P>0,05$ ; Tablo 4.8).

Tablo 4.9. Uzmanlık Branşına Göre Bireylerin Öz Yeterlilik ve Özgüven Düzeyleri

Ölçekler ve Alt Boyutlar	Uzmanlık	n	Ortalama	SS	P-değeri
<i>Öz Yeterlilik Ölçeği</i>	Tenis	105	38,54 a	5,48	0,015
	Yüzme	106	36,75 ab	6,99	
	Futbol	107	35,93 b	7,33	
<i>Özgüven Ölçeği</i>	Tenis	105	140,83 a	19,07	0,014
	Yüzme	106	138,43 ab	22,35	
	Futbol	107	131,76 b	27,80	
<i>İç Özgüven</i>	Tenis	105	72,92 a	9,41	0,009
	Yüzme	106	71,04 ab	11,93	
	Futbol	107	67,80 b	14,52	
<i>Dış Özgüven</i>	Tenis	105	67,90 a	10,03	0,025
	Yüzme	106	67,40 ab	10,65	
	Futbol	107	63,95 b	13,46	

Araştırmada katılımcıların uzmanlık branşına durumuna göre Öz yeterlilik ve Özgüven ölçek toplam puan ve alt boyut toplam puanları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ( $P<0,05$ ; Tablo 4.9). Araştırmada uzmanlık dersi olarak tenis branşını seçen bireylerin öz yeterliliği ve özgüveni futbol branşını seçenlere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Tablo 4.10. Okuduğu Bölüme Göre Bireylerin Öz Yeterlilik ve Özgüven Düzeyleri

Ölçekler ve Alt Boyutlar	Bölüm	n	Ortalama	SS	P-değeri
<i>Öz Yeterlilik Ölçeği</i>	BSÖ	14	36,71 ab	6,38	0,041
	ANT	151	37,04 ab	6,46	
	SYB	86	35,76 b	7,90	
	REK	67	38,88 a	5,31	
<i>Özgüven Ölçeği</i>	BSÖ	14	141,43 ab	17,23	0,005
	ANT	151	135,75 bc	21,03	
	SYB	86	132,06 c	31,87	
	REK	67	145,12 a	14,23	
<i>İç Özgüven</i>	BSÖ	14	73,14 ab	8,59	0,002
	ANT	151	69,68 ab	11,04	
	SYB	86	68,09 b	16,48	
	REK	67	75,24 a	7,18	
<i>Dış Özgüven</i>	BSÖ	14	68,29 ab	9,09	0,015
	ANT	151	66,08 ab	10,31	
	SYB	86	63,97 b	15,48	
	REK	67	69,88 a	7,58	

Araştırmada katılımcıların okudukları bölüme göre öz yeterlilik ve özgüven ölçek toplam puan ve alt boyut toplam puanları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ( $P < 0,05$ ; Tablo 4.10). Araştırmada rekreasyon bölümünde uzmanlık alan dersi seçen katılımcıların öz yeterlilik ve özgüven düzeyleri spor yöneticiliği bölümünde uzmanlık alan dersi seçen katılımcılara göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Tablo 4.11. Uzmanlık Aldığı Branş İle İlgilenme Süresine Bireylerin Öz Yeterlilik ve Özgüven Düzeyleri

Ölçekler ve Alt Boyutlar	İlgilenme Süresi(Yıl)	n	Ortalama	SS	P-değeri
<i>Öz Yeterlilik Ölçeği</i>	1	82	37,74 a	6,30	0,007
	2-3	71	38,72 a	5,95	
	4-5	71	35,00 b	8,19	
	6 ve üzeri	94	36,79 ab	6,03	
<i>Özgüven Ölçeği</i>	1	82	141,34 a	20,61	0,005
	2-3	71	140,23 a	20,64	
	4-5	71	128,83 b	26,67	
	6 ve üzeri	94	136,87 ab	24,51	
<i>İç Özgüven</i>	1	82	73,30 a	10,26	0,001
	2-3	71	72,17 a	10,84	
	4-5	71	65,85 b	14,05	
	6 ve üzeri	94	70,55 ab	12,69	

	1	82	68,04 a	10,71	
<i>Dış Özgüven</i>	2-3	71	68,06 a	10,05	0,025
	4-5	71	62,99 b	12,87	
	6 ve üzeri	94	66,32 ab	12,00	

Araştırmada katılımcıların uzmanlık branşı ile ilgilendikleri süreye göre Öz yeterlilik ve Özgüven ölçek toplam puan ve alt boyut toplam puanları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ( $P<0,05$ ; Tablo 4.11). Araştırmada uzmanlık branşı ile geçen süre 3 yıl ve daha az olan katılımcıların öz yeterlilik ve özgüveni 4-5 yıl olan katılımcılara göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Tablo 4.12. Uzmanlık Alan Dersi Kaç Dönem Alma Durumuna Göre Bireylerin Öz Yeterlilik ve Özgüven Düzeyleri

Ölçekler ve Alt Boyutlar	Dönem	n	Ortalama	SS	P-değeri
<i>Öz Yeterlilik Ölçeği</i>	1	107	37,81	6,12	0,142
	2	98	36,00	7,67	
	4	113	37,28	6,32	
<i>Özgüven Ölçeği</i>	1	107	143,09 a	18,32	0,002
	2	98	135,98 ab	24,42	
	4	113	132,05 b	26,16	
<i>İç Özgüven</i>	1	107	73,90 a	9,22	0,001
	2	98	69,87 b	12,76	
	4	113	68,04 b	13,75	
<i>Dış Özgüven</i>	1	107	69,20 a	9,39	0,004
	2	98	66,11 ab	11,93	
	4	113	64,02 b	12,66	

Araştırmada katılımcıların uzmanlık alan dersini aldıkları dönem sayısına göre Öz yeterlilik ( $P=0,142$ ) toplam puanları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık tespit edilemez iken, Özgüven ölçek toplam puan ve alt boyut toplam puanları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ( $P<0,05$ ; Tablo 4.12). Araştırmada uzmanlık alan dersini bir dönem alan bireylerin özgüven toplam puanları dört dönem alanlara göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Tablo 4.13. Bireylerin Öz Yeterlilik ve Özgüven Düzeyleri Arası İlişkiler

		Özgüven	İç özgüven	Dış özgüven
Öz yeterlik	r-değeri	0,528	0,529	0,515
	p-değeri	<0,001	<0,001	<0,001

Araştırmada katılımcıların Öz yeterlilik ve Özgüven ölçek toplam puan arasında % 52,8'lik orta düzey anlamlı pozitif bir ilişki olduğu belirlenmiştir (P<0,001; Tablo 13). Bir başka ifade ile bireylerin öz yeterlilik düzeyleri arttıkça öz güven düzeylerinin de artacağı söylenebilir.

## 5. TARTIŞMA

Bu kısımda üzerinde çalışılan araştırmanın problem cümlelerine yönelik ulaşılan verilerin bulguları yorumlanmış ve bu konuya yönelik literatürle ilişkilendirilerek tartışılmıştır.

Araştırmada öğrencilerin cinsiyet, yaş, ana okuluna gitme durumu, alkol kullanımı, uzmanlık aldığı branşı seçme sebebi, gelir durumu, üniversite öncesi ilgilendiği spor türü değişkenlerinde öz yeterlilik ve özgüven düzeyleri arasında anlamlı bir farklılığa rastlanılmazken, uzmanlık aldığı branş ile kaç yıldır ilgilendiği, uzmanlık branşı, uzmanlık branşını kaç dönem aldığı ve okuduğu bölüme göre olan değişkenlerde öz yeterlilik ve özgüven düzeyleri arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir.

Kadın ve erkek öğrencilerin öz yeterlilik ve özgüven düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Özen ve diğ.(2014), Yıldız ve diğ. (2016), üniversite öğrencileri üzerinde yaptıkları çalışmalarda cinsiyet değişkeni açısından öz yeterlilik düzeyi arasında anlamlı farklılığa rastlamamıştır. Yine yüksek okul öğrencileri ile yapılan başka bir çalışmada cinsiyete göre öz yeterliliğin değişmediği belirtilmektedir (Yiğitbaş ve Yetkin, 2003). Literatür incelendiğinde ağırlıklı olarak öz yeterlilik ve cinsiyet açısından fark olmamasına rağmen; Sarıdede (2018) hakemler üzerinde yaptığı çalışmada erkek hakemlerin öz yeterlilik puanlarının kadın hakemlere göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Sonuçlar göz önüne alındığında üniversite öğrencileri üzerinde yapılan çalışmalarda cinsiyet değişkeni ve öz yeterlilik arasında istatistiki olarak anlamlı farklılık görülmediği fakat farklı gruplar üzerinde yapılan çalışmalarda cinsiyetin öz yeterlilik üzerinde farklılaştığı görülmektedir. Özgüven düzeyine göre kadın ve erkek öğrenciler arasında anlamlı bir farklılığa rastlanılmamıştır. Şar ve diğerleri (2010) lisans öğrencileri üzerinde yaptıkları çalışmada kadın öğrencilerin daha yüksek öz güvene sahip olduğunu, Richards, M. ve ark. (1991) ve Che Liping (2000) ise yaptıkları farklı çalışmalarda erkek öğrencilerin kadın öğrencilere göre daha yüksek özgüvene sahip olduğunu bildirmişlerdir. Bu çalışmada ortaya çıkan farklı bulgular cinsiyetin özgüven üzerinde etkili olup olmadığı konusunda kesin bir yargıya ulaşılamadığını göstermektedir.

Ana okula gidip gitmeme durumuna göre katılımcıların öz yeterlilik ve özgüven düzeyleri açısından anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca

Güenalp (2007) tarafından yapılan araştırma sonucunda okul öncesi eğitime devam eden 5-6 yaş grubundaki çocukların özgüvenlerinin gelişimine anlamlı ve pozitif yönde etkisi olduğu belirlenmiştir. 0-6 yaş erken çocukluk dönemi gelişiminin en hızlı olduğu dönemdir. Bu nedenle okul öncesi eğitim çocuklar için oldukça önemli bir süreçtir. Okul öncesi eğitim alan çocuklar kendi başına yemek yemek, dişlerini fırçalamak, oyuncakları ile oynadıktan sonra onları yerine koymak, saatinde uyuyup saatinde uyanmak gibi bir çok öz bakım gerektiren davranışı yapmaya çalışırlar ve bunları öğrenirler. Bu da onlara özgüven ve öz yeterlilik kazandırır. Okul öncesi eğitimi tercih etmeyen aileler ise bireylere bu davranışları aile içerisinde kazandırmaya çalışır. Okul öncesi eğitimin genellikle ebeveynlerin yoğun iş hayatı temposundan dolayı tercih edildiği söylenebilir. İş hayatı yeterince yoğun olmayan aileler çocukların bu gelişim sürecini ana okulunu tercih etmeden özgüven ve özyeterlilik düzeylerinin temelini çocuklarına kendi tecrübelerinden faydalanarak kazandırmaya çalıştığı söylenebilir. Bundan ötürü ana okuluna gidip gitmeme durumuna göre bireyler arasında özgüven ve öz yeterlilik düzeyleri olarak bakıldığında anlamlı bir farklılık çıkmadığı göz önüne alınabilir.

Araştırmada alkol kullanım durumuna göre katılımcıların öz yeterlilik ve özgüven düzeyleri arasında anlamlı bir sonuç elde edilmemiştir. Schulenberg ve Maggs (2012) olumsuz aile ilişkileri ve düşük özgüvenene sahip gençlerin akran baskı ve yaptırımlarına karşı daha pasif davrandıklarını, alkol, madde kullanımı ve suçlama gibi sosyal olarak onaylanmayan tutum ve davranışlara daha yatkın oldukları sonucuna ulaşmışlardır. Steffenhagen ve Burns (1987) özgüveni düşük, kendini olduğu gibi kabul etmekte zorlanan, engellerle mücadele etmekten kaçınan, kısaca yaşamının sorumluluğunu alamayan kişilerde alkol ve madde bağımlılığına daha sık rastlandığını ileri sürmektedirler. Ayrıca alkol bağımlılarının geçmiş yaşantılarını detaylı olarak analiz ettiklerinde, bu kişilerin ailelerinin temel ihtiyaçlarına karşı empati yapmadıklarını gözlemlemişlerdir. Alkol, sigara gibi sağlığa zararlı maddelerden korunmaya ilişkin öz-yeterlilik inancı ergenlerin, kendi sağlıkları hakkında bilgilenmeleri ve sağlıklarını korumaya yönelik doğru davranış ve tutumlar kazanmalarına yönelik çalışmaların hedeflenmesi, kısacası sağlıklı bir toplumun oluşturulması açısından önemlidir (Schwarzer R, 199). Bireyler özellikle ergenlik zamanlarında olan bireyler yasaklı maddeleri kullanımın özgüveni ve özyeterlilik düzeylerini olumlu yönde etkilediklerini düşünürler bu yüzden bu tür davranışlar

gençler arasında yaygınlaşmaktadır. Bu çalışmadaki sonuç göz önüne alındığında bireylerin literatürdeki etkilere kapılmadığı söylenebilir.

Araştırmada üniversite öncesi ilgilendiği spor türüne göre katılımcıların öz yeterlilik ve özgüven düzeyleri açısından anlamlı bir farklılık yoktur. Zeyrek ve Doğar (2020) lise öğrencileri üzerinde yaptıkları toplamda 600 öğrenciyi içeren çalışmada bireysel-takım sporu yapma durumu ile özgüven seviyeleri arasında toplam özgüven puan ortalamaları arasında anlamlı farklılık sonucuna ulaşmışlardır. Elde edilen sonuca bakıldığında bireysel spor yapan bireylerin özgüven düzeyleri daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Ekinci (2013) yaptığı çalışmada özgüveni, bireyin çevresi ile olan ilişkileri, iletişimi ve yaşantılarının algılanış biçimlerine göre oluşan ve değişim gösteren bir süreç olarak tanımlamıştır. Çevre tarafından olumlu olarak değerlendirilme ve kabul edilme gereksiniminin karşılanması bireyin kendini olumlu algılama biçimini etkilemektedir. Takım sporu ile ilgilenen bireylerin bireysel sporlarla ilgilenen bireylere oranla çevresi ile daha fazla etkileşim halinde olmasının bu sonuca etkisinin olduğu söylenebilir. Gökçe ve Arslan (2014) bireysel spor ve takım sporu yapan bireyleri karşılaştırmak amacıyla yaptıkları çalışma sonucunda bireysel ve takım sporu yapan bireyler arasında anlamlı bir fark olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Çalışmamızın diğer değişkenlerine paralel olarak takım sporu yapan bireylerin özyeterlilik düzeylerinin, bireysel spor yapan bireylere nazaran oldukça düşük olduğu gözlemlenmiştir. Bireysel spor yapan bireyler ile takım sporu ile ilgilenen arasında ki özgüven ve özyeterlilik düzeyine baktığımızda sonuç olarak bireysel spor ile ilgilenen bireyler kendilerini kişisel olarak yargılamaya takım sporu ile ilgilenen bireylerden daha yatkındır, çünkü bireysel sporcular sahada yalnızlardır sadece belirli zamanlarda antrenörlerinden yardım alabilirler. Ancak takım sporu ile ilgilenen bireyler için durum böyle değildir. Takım arkadaşları hatalarını telafi edebilir veya bir takım oyuncusu takım arkadaşının yeteneklerinden yararlanabilir. Bu sebepten ötürü, bireysel sporcuların sahada yalnız olmalarının sporcular için daha yüksek öz yeterliliğe neden olduğu düşünülebilir.

Araştırmada katılımcıların yaş dağılımlarına göre öz yeterlilik ve özgüven ölçek toplam puan ve alt boyut toplam puanları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir. Yaptığımız çalışmanın aksine Aksoy (2019) futbol hakemleri ile ilgili yaptığı araştırmasında özgüven seviyelerinin yaş değişkenlerine göre farklılık gösterdiği sonucuna ulaşmıştır. Bilgin (2011) adölesan bireylerin yaş değişkeni

bağlamında özgüven düzeylerinin anlamlı bir farklılık gösterdiği sonucuna ulaşmıştır. Şahin (2016) çalışmasında genç engelli sporcuların, daha yaşlı sporculara nazaran özgüven düzeylerinin düşük olduğunu tespit etmiştir. Litaratürde ki bir diğer çalışmada ise 25 ve üzeri yaşa sahip spor ile ilgilenen bireylerin iç özgüven, dış özgüven ve toplam özgüven seviyelerinin, diğer yaş gruplarına göre daha anlamlı düzeyde yüksek olduğunu sonucuna ulaşılmıştır (Yıldız 2021). Acuner dansçıların özgüven düzeyleri ile yaş değişkenleri arasında ilişki olduğu belirlenmiştir. Çetinkaya yaş değişkeni ile özgüven arasında pozitif bir ilişki olduğunu tespit etmiştir. Çalışmamıza benzer bir sonuç olarak Gündoğdu (2019) yaptığı çalışmaya baktığımızda ortaokul öğrenci grubu üzerinde yapılan araştırmada öğrencilerin yaş değişkenine göre herhangi bir anlamlı farklılığa rastlanmamıştır. Yaş değişkeni bireylerin özgüven ve özyeterlilik düzeylerine zaman zaman etki etmesi beklenmektedir çünkü insanlar yaş aldıkça hayatlarının belli kısımlarında tecrübelendikçe özgüven ve özyeterlilik düzeylerinin yükselmesi beklenebilir. Yapılan Temel Anlamda Psikolojik İhtiyaçların Tatmin Seviyesinin Sürekli Kaygı Ve Genel Öz Yeterlilik Üzerine Olan Etkisini Araştırmak amacıyla yaş ortalaması 23.33 olana toplamda 213 öğrencinin katıldığı bu çalışmada 99 Kadın ve 114 Erkek'e anket uygulanmış olup elde edilen verilerin istatistiksel sonuçlarında ana psikolojik ihtiyaçların tatmini konusunda sürekli kaygıyı ve öz yeterliliği pozitif yönde etkileyerek öğrencilerin akademik başarılarına da fayda sağladığı sonucuna ulaşılmıştır (Sarı ve diğ. 2012). Diotaiuti vd. (2017) ve Nazarudin vd. (2014)'nın orta yaş grubundaki hakemlerde özyeterlilik algısının diğer yaş grubundakilerden daha yüksek olduğunu tespit ettiği görülmüştür. Ermiş vd. (2019) tarafından tenis antrenörleri ile yapılan çalışmada da 32 yaş ve üzeri grubun özyeterlilik algılarının daha yüksek olduğu ortaya koyulmuştur.

Araştırmada uzmanlık branşı seçme nedenine göre katılımcıların öz yeterlilik ve özgüven ölçek toplam puan ve alt boyut toplam puanları arasında anlamlı bir farklılık

tespit edilememiştir. Üniversitelerin spor bilimleri bölümleri bölümlerinde verilen uzmanlık alan dersi ile öğrenciler gerekli sınavları başarılı bir şekilde tamamladıktan sonra antrenör olma şansını elde ediyorlar. Uzmanlık alan dersinde hangi branşı seçmeye karar vermeden önce öğrenciler her zaman araştırma yapıp hangi alanda daha başarılı olabileceklerini tartışır. Çeşitli etmenler hangi branşı seçecekleri etkiliyebilir. Her öğrenci istediği branşı seçme şansına sahip olmuyor her zaman. Bu yüzden zaman zaman arkadaşlarından etkilenerek aynı branşı seçiyorlar, zaman zaman yaşadıkları çevrenden etkilenip insan yapısına göre branş seçiyorlar, bazen elde olan şartları değerlendirerek branş seçmek durumunda kalıyorlar. Bir çok değişkeni içerisinde bulunduran bu kısımda özgüven ve özyeterlilik düzeyi açısından herhangi bir fark tespit edilememesi normal karşılanabilir.

Katılımcıların gelir durumuna göre öz yeterlilik ve özgüven düzeyleri açısından anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Benzer çalışmalara bakıldığında; Kılıç (2015) yaptığı çalışmada farklı bölümlerde okuyan öğretmen adaylarının gelirlerinin öz yeterlilik değişkeni açısından herhangi bir anlamlı farklılığa ulaşmamıştır. Altuntaş ve diğ. (2016) yaptıkları çalışmada öğretmen adaylarının öz yeterlilik ile aylık gelir değişkeni arasında anlamlı bir farklılık bulunmamışlardır. Başka bir çalışmada ise katılımcıların özgüven seviyelerinin aile gelir düzeyi değişkenine göre incelendiğinde, orta gelir düzeyine sahip sporcuların, diğer gruplarda yer alan sporculara nazaran tüm alt boyutlarda daha düşük ortalamalara sahip oldukları görülmektedir (Yıldız, 2021). Karabulut (2019) yaptığı çalışmada sportif özgüven seviyesinin aile gelir düzeyi değişkenine göre farklılaşmadığını söylemiştir. Literatürde rastlanan bir diğer çalışmada ise dansçıların özgüven düzeylerinin aylık gelir düzeyi değişkeni bağlamında farklılık göstermediği belirlenmiştir (Acuner, 2012). Elit boks sporcularının özgüven puanlarının gelir düzeyleri bağlamında fark olmadığını saptamıştır (Gökkaya ve diğ. 2017). Yapılan bazı çalışmalar göz önünde bulundurulduğunda gelir durumunun insanların özgüven ve öz yeterlilik düzeylerine bir etkisi olmadığı görülmektedir. Gelir özgüven paralel bir çizgide giden iki nesne gibi görülsede yapılan çalışmalar ve bu çalışmada bulunan sonuç gelirin özgüveni etkilemediğini göstermektedir.

Yapılan çalışmada katılımcıların uzmanlık branşına durumuna göre öz yeterlilik ve özgüven ölçek toplam puan ve alt boyut toplam puanları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Çalışmada uzmanlık dersi olarak tenis branşını seçen

bireylerin öz yeterlilik ve özgüven düzeyleri futbol branşını seçenlere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Tenis branşı bireysel bir spor branşı olduğu için oyun içerisinde bireyler zaman zaman sadece kendi kararlarıyla hareket etmek durumunda kalabilirler ve belirli zaman aralıklarında yardım alabilecekleri tek kişi antrenörleridir. Bireyler zamanla kendi kararlarıyla hareket ederek bu konuda tecrübe sahibi olurlar. Bazen olumlu bazen olumsuz tecrübeler elde ederek zamanla bu durum tenis sporu ile ilgilenen bireylerin özgüven ve özyeterlilik düzeylerinin yükselmesine sebep olabilir. Öte yandan futbol branşı bir takım sporu olduğu için bireylerin karar verme mekanizması diğer takım arkadaşlarına göre değişiklik gösterebilir. Takım arkadaşlarının yeteneklerine becerilerine takım içerisinde ki konumuna göre verilen kararlar değişiklik gösterir ki buda futbol branşı ile ilgilenen bireylerin özgüven ve özyeterlilik düzeylerine etki edebilir. Bir futbol takımı içerisinde her oyuncunun sorumluluğu aynı değildir ama tenis bireysel bir spor olduğu için tüm sorumluluk tenis ile ilgilenen bireyin üzerindedir. Bu sorumluluk zaman zaman birey için zor anlar yaşatsada özgüven ve özyeterlilik düzeyini zamanla yükseltmesini sağlayabileceğini söyleyebiliriz. Futbol ile ilgilenen bireyin üzerinde hata yapma konusunda tenis branşı ile ilgilenen bireye göre daha az baskı vardır çünkü futbol branşında birey hatasını telafi edebilecek takım arkadaşlarına sahiptir ama tenis branşında bireyin hatasını telafi edebilecek hiç kimse yoktur sahada yalnızdır. Bu baskı veya sorumluluk zamanla bireyin daha doğru kararlar vermesine yol açtıkça özgüven ve özyeterlilik düzeyini yükseltmesine sebep olabileceğini söyleyebiliriz. Öte yandan yüzme branşı da bireysel bir spordur tenis ile ilgili dile getirdiğimiz yorumları yüzme üzerinden de değerlendirebiliriz. Yüzme branşını seçen bireylerin de aynı tenis branşını seçen bireyler gibi özgüven ve özyeterlilik düzeylerinin yüksek olabileceğini en azından takım sporu ile ilgilenen bireylere göre daha yüksek olabileceğini düşünebiliriz. Bizim yaptığımız çalışmada yüzme branşı tenis ile futbol branşı arasında geçiş grubu olarak yer almıştır. Çalışmamızın bazı değişkenleri açısından literatürde araştırmalar yapılmasına rağmen benzer çalışmalara rastlanmamıştır. Bu da çalışmamızın bazı değişkenler açısından özgün bir çalışma olmaya aday olabileceğini göstermektedir.

Bireylerin okudukları bölüme göre öz yeterlilik ve özgüven ölçek toplam puan ve alt boyut toplam puanları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Araştırmada rekreasyon bölümünde uzmanlık alan dersi seçen bireylerin öz yeterlilik ve özgüven düzeyleri spor yöneticiliği bölümünde uzmanlık alan dersi seçen

katılımcılara göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu yapılan örneklem grubuna göre değişkenlik gösterebilecek bir durumdur. Bu değişkende beden eğitimi spor öğretmenliği bölümü ve antrenörlük eğitimi bölümü öğrencileri geçiş grubu olarak yer almıştır. Elde edilen bu sonucu rekreasyon bölümünde öğrenim gören öğrencilerin diğer bölümlerde öğrenim gören öğrencilere oranla ders yoğunluğunun daha az olabileceği ihtimalini düşünersek bu yüzden dersler dışında öğrencilerin özgüven ve özyeterlilik düzeylerini olumlu yönde etkileyecek etmenler öğrencilere pozitif bir şekilde etki edebileceği şeklinde yorumlanabilir. Öğrencilerin özgüven ve özyeterlilik düzeylerini etkileyebilecek bir çok etmen göz önünde bulundurulabilir. Rekreasyon bölümü öğrencilerinin diğer bölüm öğrencilerine göre özellikle antrenörlük eğitimi ve beden eğitimi öğretmenliği bölümüne göre daha az uygulamalı dersi olduğu göz önünde bulundurulduğunda uzmanlık alan dersine daha odaklı bir şekilde yaklaştıkları söylenebilir.

Katılımcıların uzmanlık branşı ile ilgilendikleri süreye göre öz yeterlilik ve özgüven düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Araştırmada öğrenciler arasında uzmanlık alan branşı ile 3 yıl ve daha az ilgilenen katılımcıların seçtikleri uzmanlık alan branşı ile 4-5 yıl ilgilenen katılımcılara göre öz yeterlilik ve özgüveni daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Öğrenciler tercih ettikleri uzmanlık alan branşında henüz yeterince olumsuz etmenler ile karşılaşmamış ve tercih ettikleri branş ile başarılı bir süreçten geçtikleri göz önünde bulundurulduğunda 3 yıl ve daha az bir süredir uzmanlık alan branşı ile ilgilenen bireylerin özgüven ve özyeterlilik düzeylerinin 4 yıldan daha fazla bir süredir uzmanlık alan branşı ile ilgilenen öğrenci grubuna oranla daha yüksek çıkmasını sağlamış olabilir. Uzun süredir tercih ettikleri branş ile ilgilenen bireyler zaman zaman zor süreçlerden geçiyor olabilirler. Ölçeğin öğrenci grubuna uygulandığı zaman bireylerin hangi süreçlerden geçtiği ile doğrudan ilişkilidir. Bireyler uzun süredir ilgilendikleri branşta zaman zaman inişler ve çıkışlar yaşayabilirler ve bu da bireylerin bazen özgüven ve özyeterlilik düzeylerini olumsuz etkilemiş olabilir. Öte yandan 3 yıl ve daha az bir süredir uzmanlık alan branşı ile ilgilenen bireyler henüz çok fazla değişken ile karşılaşmamış olabilirler.

Araştırmada katılımcıların uzmanlık alan dersini aldıkları dönem sayısına göre öz yeterlilik düzeyleri arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık tespit edilemez iken, özgüven düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Araştırmada uzmanlık alan dersini bir dönem alan bireylerin zgven toplam puanları dört dönem alanlara göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Öğrenciler bu değişkende okudukları bölümden dolayı farklı dönemlerde uzmanlık alan dersini almışlardır. Antrenörlük eğitimi öğrencileri dört dönem uzmanlık alan dersini alıyorken diğer bölüm öğrencileri öğrenim gördükleri niversiteye değişkenlik göstermek suretiyle iki veya bir dönem uzmanlık alan dersini görmektedir. Bir dönem uzmanlık alan dersinde öğrenim gören öğrenciler diğer öğrencilere göre daha yüksek zgven düzeyine sahip olduğuna araştırmanın sonucunda ulaşılmıştır. Bu durumu uzmanlık alan dersini daha uzun süre gören bireylerin derslerinin istedikleri şekilde ilerlemediği bir örneklem grubuna denk geldiğini dşnrssek henüz yeni uzmanlık branşı dersi ile tanışan ve yalnızca bir dönem bu dersi alacak öğrencilere göre daha az zgven düzeyine sahip olabileceği ihtimali yüksek olabileceği şeklinde yorumlanabilir. Dersin içeriği ile ilgili çok fazla bilgiye sahip olmayan ve bu alanda başarılı olabileceklerini düşünen bir ğrenci grubu üzerinde ölçek çalışması yapıldığı düşünülerek bu şekilde bir bakış açısı ile dile getirilebilir.

## 6. SONUÇ VE ÖNERİLER

### 6.1. Sonuç

Araştırmada, 2021-2022 eğitim-öğretim yılında öğrenim gören ve tenis, yüzme, futbol branşlarında uzmanlık alan üniversite öğrencilerinin özgüven ve öz yeterlilik düzeyleri cinsiyet, yaş, anaokuluna gitme durumu, gelir durumu, alkol kullanım durumu, uzmanlık alan branşı, uzmanlık aldıkları alan branşını seçme sebebi, okdukları bölüm, uzmanlık aldıkları branş ile ilgilendikleri süre, uzmanlık dersini kaç dönem aldıkları ve üniversiteye başlaman önce hangi spor türü ile ilgilendikleri durumlarına göre incelenmiştir.

Sonuç olarak; üniversitelerde tenis, yüzme, futbol uzmanlık alan branşlarından herhangi birini tercih eden öğrencilerin cinsiyet değişkeni açısından öz yeterlilik ve özgüven düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Araştırmada ana okula gidip gitmeme durumuna göre katılımcıların öz yeterlilik ve özgüven düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık elde edilmemiştir. Alkol kullanım durumuna bakıldığında da katılımcıların öz yeterlilik ve özgüven düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık yoktur. Üniversite öncesi ilgilendiği spor türü değişkenine göre katılımcıların öz yeterlilik ve özgüven düzeyleri bakımından anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir. Katılımcıların yaş dağılımlarına göre öz yeterlilik ve özgüven düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık yoktur. Uzmanlık branşı seçme nedenine göre katılımcıların öz yeterlilik ve özgüven düzeyleri açısından anlamlı bir farklılık yoktur. Bireylerin gelir durumuna göre öz yeterlilik ve özgüven durumları arasında anlamlı bir farklılık tespit bulunamamıştır. Yapılan çalışmada öğrencilerin uzmanlık branşı durumuna göre öz yeterlilik ve özgüven düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Çalışmada uzmanlık dersi olarak tenis branşını seçen bireylerin öz yeterliliği ve özgüveni futbol branşını seçenlere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Belirlenen bu farklılık tenis branşının bireysel bir spor futbol branşının ise takım sporu olduğunu göz önünde bulundurularaktan bireysel spor ile ilgilenen bireylerin özgüven ve öz yeterlilik düzeyleri açısından takım sporu ile ilgilenen bireylere oranla daha yüksek olması mümkün olabilir. Takım sporu ile ilgilenen bireylerin müsabaka esnasında takım arkadaşlarına sahip olduğu ve yapılabilecek bir hatada yardım alabileceği arkadaşlara sahip olması özgüven ve öz yeterlilik düzeyini etkileyebilir. Öte yandan bireysel bir spor olarak tenis ile ilgilenen birey sahada kendi kararlarını vermek zorundadır ve bu durum zamanla özgüven ve öz yeterlilik düzeyleri açısından olumlu

bir etki olarak düşünülebilir. Zamanla verilen bireysel kararlar sonucunda başarılar elde ettikçe bireyin özgüven ve öz yeterlilik düzeyi pozitif anlamda etkilenir. Verilen kararlar sonucunda başarısızlıklar da olabilir birey bu süreçte verdiği yanlış kararlar sonucunda olaya tecrübe edinmek olarak yaklaştığında özgüven ve öz yeterlilik düzeyine yine olumlu etki edebilir. Araştırmada katılımcıların okudukları bölüme göre öz yeterlilik ve özgüven düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık elde edilmiştir. Yapılan çalışma sonucunda rekreasyon bölümünde uzmanlık alan dersi seçen katılımcıların öz yeterlilik ve özgüven düzeyleri spor yöneticiliği bölümünde uzmanlık alan dersi seçen katılımcılara göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Rekreasyon bölümünde ki öğrencilerin ders yoğunluğunun diğer bölümlerde öğrenim gören öğrencilere oranla daha az olabileceği düşünüldüğünde öğrencilerin öz güven ve öz yeterlilik düzeylerini arttırmaya yönelik faaliyetler yapabilecek zamana sahip olabilecekleri düşünülmektedir. Diğer bölümlerde öğrenim gören öğrenciler sosyal faaliyetlere katılma oranı bu durumu etkileyebilir. Spor yöneticiliği bölümünde yer alan derslerin daha çok teorik olabileceği düşünüldüğünde öğrencileri yoğun çalışma temposu etkileyebilir. Araştırmada bireylerin uzmanlık branşı ile ilgilendikleri süreye göre öz yeterlilik ve özgüven düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık elde edilmiştir. Araştırmada uzmanlık branşı ile 3 yıl ve daha az ilgilenen bireylerin öz yeterlilik ve özgüven düzeyleri uzmanlık branşı ile 4-5 yıl ilgilenen bireylere oranla daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu durum bireylerin branşları ile uzun süre geçirmesi sonucu bireylerde bıkkınlık oluşturabileceğini göstermektedir. Öğrencilerin uzmanlık alan dersinde seçtikleri branş ile uzun bir süre geçirdikleri için bu süre zarfında muhtemel başarısızlıklar veya yoğun çalışma temposu bireylerin özgüven ve özyeterlilik düzeylerini olumsuz etkilemiş olabilir. Öte yandan 3 yıl ve daha az süredir uzmanlık alan branşında seçtiği branş ile ilgilenen bireylerin 4-5 yıldır branşları ile ilgilenen bireylere oranla daha yeni olabilecekleri düşünülüp henüz branşa olan ilgilerini yitirmedikleri ve başarıya daha odaklı olabilecekleri düşünüldüğünde elde edilen sonucu mümkün kılabilir. Araştırmada katılımcıların uzmanlık alan dersini aldıkları dönem sayısına göre öz yeterlilik düzeyleri arasında istatistiksel bir farklılık tespit edilemez iken, özgüven düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmada uzmanlık alan dersini bir dönem alan bireylerin özgüven toplam puanları dört dönem alanlara göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Branş ile uzun süredir zaman geçiren bireylerin daha kısa süre zaman geçiren bireylere oranla özgüven ve öz yeterlilik düzeyleri daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu durum

branş ile ilgilenen süre değişkenini desteklemektedir. Bireylerin uzun süredir ilgilendikleri spor branşında yaşanan olumsuzluklar sonucunda özgüven öz yeterlilik düzeylerini olumsuz yönde etkileyebilmektedir. Araştırmada katılımcıların öz yeterlilik ve özgüven ölçek toplam puan arasında % 52,8'lik orta düzey anlamlı pozitif bir ilişki olduğu belirlenmiştir ( $P<0,001$ ). Bir başka ifade ile bireylerin öz yeterlilik düzeyleri arttıkça öz güven düzeylerinin de artacağı söylenebilir. Araştırmaya gönüllü olarak katılan bireylerin %59,1'i erkek, % 58,5 ana okuluna gitmeyen, %70,4 alkol kullanmayan, % 56,6'sı üniversite öncesi ilgilendiği spor türü bireysel spor, %50,3'ü 21-22 yaş aralığında, %39,9'u uzmanlık branşı seçme nedeni branşa olan ilgi, %57,5 orta gelirli, %33,6 uzmanlık branşı tenis, %47,5 antrenörlük eğitimi bölümü, %29,6 6 yıl ve üzeri ve % 35,5 ise uzmanlık branş dersinin 4 dönem olduğunu beyan etmiştir.

## 6.2. Öneriler

Bu sonuçlar doğrultusunda aşağıdakiler gibi önerilerde bulunulabilir.

- ✓ Futbol uzmanlık dersi alan öğrencilerin özgüven ve öz yeterliliklerini artırmaya yönelik etkinlikler yapılması ve derslerde bu öğrencilerin gelişimlerine katkı sağlanması önem arz etmektedir.
- ✓ Futbol branşındaki antrenör adaylarının mesleğe başlayıp öğrencilerine öz güvensiz bir şekilde yaklaşımlarının önlenmesi için bu uzmanlık grubundaki öğrencilerin öz güven ve öz yeterlilik düzeylerinin antrenmanlarda ve uygulamalı derslerde geliştirilmesi önem arz etmektedir.
- ✓ Spor yöneticiliği bölümü öğrencilerinin uygulamalı dersleri artırılarak daha fazla saha içinde ve hareket halinde olmalı sağlanarak spor alanındaki özgüven ve öz yeterlik düzeylerinin artırılması sağlanabilir.
- ✓ Daha uzun süreli branşla ilgilenen öğrencilerin özgüven ve öz yeterlik düzeylerinin düşük çıkması branşla iç içe olmanın uzun zaman geçirmenin kişide branşın tükenmişlik etkisi yaratması sonucunda olduğu düşünülebilir. Bu durumun önlenmesi amacıyla branş seçimi yapılmadan önce kişilerin o branş hakkında yeterince bilgilendirilmesi ve dışarıdan hevesle değil branşın geleceğini bilerek hareket etmesi sağlanabilir.
- ✓ Benzer çalışmaların farklı örneklem grupları üzerinde yapıldığında farklı sonuçlar elde edilebileceği düşünülmektedir.

## KAYNAKÇA

- Acuner, A. (2012). *Farklı dansları yapan bireylerin çeşitli değişkenlere göre özgüven ve öz-yeterliklerinin karşılaştırılması*. Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Trabzon: Karadeniz Teknik Üniversitesi,
- Adıgüzel, A. (2017). Üniversite öğrencilerinin ahlaki olgunluk düzeyleri ile genel özyeterlik düzeyleri arasındaki ilişki / the relationship between university students' moral maturity levels and their general self-efficacy perceptions . *Anadolu Eğitim Liderliği ve Öğretim Dergisi*, 5 (1) , 1-16 . Retrieved From
- Aksayan S, Gözüm S. Olumlu sağlık davranışlarının başlatılması ve sürdürülmesinde özetkililik algısının önemi. *Cumhuriyet Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi* 1998;2:35-42.
- Aksoy U. Farklı klasmanlarda görev yapan futbol hakemlerinin iletişim becerileri ve özgüven düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi (Aydın İli Örneği). *Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi*.
- Aktaş U. (2016). *Üniversite öğrencilerinin benlik saygı düzeyleri ile atılganlık düzeylerinin incelenmesi*. Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi.
- Altuntaş, E. A. (2016). *Beden eğitimi öğretmeni adaylarının öğretmenlik mesleğine ilişkin tutumları ile öz yeterlikleri arasındaki ilişki* (Master's thesis, Bartın Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü).
- Bilgin, O. (2011). Ergenlerde özgüven düzeyinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Sakarya: Sakarya Üniversitesi,
- Argan, M., Alper, Ö., & Erkan, A. (2006). Elektronik spor: Türkiye'deki siber sporcuların tutum ve davranışları. *Spor Yönetimi ve Bilgi Teknolojileri*, 1(2), 1-11.
- Baltacı A, (1980). Çocuklarda yüzme egzersizinin solunum parametrelerine Etkisi,
- Bandura, A, (1994). Self-efficacy. *Encyclopedia of Human Behavior*, cilt 4, VS Ramachaudran (Ed), New York. Academic Press, s. 71-81.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: the exercise of control*. New York Freeman.
- Bandura, A. (2005) The primacy of self-regulation in health promotion. *Int Rev Appl Psychol*, 54(2), 245-254.
- Bandura, A. (2006b). Guide for constructing self-efficacy scales. In F. Pajares, & T. Urdan (Eds.), *Self-efficacy beliefs of adolescents* (pp. 307-337). Greenwich, CT: Information Age.
- Bandura, A., Adams, N.E. (1977). Analysis of self-efficacy theory of behavioral change. *Cog Ther Res*, 1(4), 287-310.
- Bozdoğan A. (2001). *Stilleriyle temel yüzme*, 1 Baskı, Ankara, Morpa Kültür Yayınları, S21.
- Bozdoğan A. (2006). *Yüzme Kitabı*, Morpa Kültür Yayınları, İstanbul: 142, 243.
- Branden, N. (1969). *The psychology of self-esteem: a new concept of mans psychological nature*. Los Angeles, Ca: Nash Publishing.
- Demirkan, E., Mitat, K. O. Z., & Kutlu, M. (2010). Sporcularda dehidrasyonun performans üzerine etkileri ve vücut hidrasyon düzeyinin izlenmesi. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 8(3), 81-92.
- Dever, A. (2008). *Sosyolojik boyutlarıyla spor* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Cumhuriyet Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sivas.

- Diotaiuti, P., Falese, L., Mancone, S. and Purromuto, F. (2017). A structural model of self-efficacy in handball referees. *Frontiers in Psychology*, 8, 8-11.
- Doğan, İsmet, and Nurhan Doğan. "Örüntülü seçenek hipotezler için bağımsız k-örneklem testleri." *Türkiye Klinikleri Journal of Biostatistics* 8.1 (2016).
- Ekinci, H. (2013). Müzik öğretmeni adaylarının solo sahne performansına ilişkin özgüven algılarının bazı değişkenler bakımından incelenmesi, *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 2(2): 52-64.
- Ermiş, E., Saticı, A., Bostancı, Ö., İmamoğlu, O. ve Taşmektepligil, M. Y. (2019). Tenis antrenörleri yeterlilik düzeyinin araştırılması. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*. 14(20), 1-1.
- Ertürk, C. (2008). *Yöneticilerin liderlik davranışlarının örgütsel başarı üzerindeki etkisi*. Çanakkale On sekiz Mart Üniversitesi.Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Çanakkale (Danışman: Doç. Dr. Nazan Yelkikalan).
- Govier, T. (1993). Self-Trust, Autonomy, and Self-Esteem. *Hypatia*, 8(1), 99–120.
- Gökkaya D, Biçer T. Psikolojik beceri kıstası olarak özgüvenin elit sporcuların performansına katkısı; Boks milli takımı örneği. *Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 2017, 2(1): 16-28.
- Gölleröglü, İ. (2010). *Türkiye’de yüzme branşı ile uğraşan sporcuların spor yaşamlarının erken yaşta sona ermesinin nedenleri* (Doctoral dissertation, Marmara Üniversitesi (Turkey)).
- Güçlü, M. (2001). Olimpiyat oyunları ve spor sponsorluğu. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 21(3).
- Hazar, M. (1996). *Beden Eğitimi ve Sporda Oyunla Eğitim*, Tutubay Yayınları, Ankara.
- <http://www.populermedikal.com/diyetegzersiz/yuzme2.asp>. Altay A. R., (2009). Yüzme Sporu ve Katkıları. Erişim tarihi 5 Eylül 2016. Erişim adresi.
- <https://www.researchgate.net/publication/343231116> Sporcu kimliği ile öz yeterlik arasında ki ilişkinin farklı değişkenler açısından incelenmesi.
- İmamoğlu, O. (1992). Spor - Sağlık İlişkisi. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 63.
- Jones, R., Swain, A. (1995). Predisposition to Experience Debilitative and Facilitative Anxiety in Elite and Nonelite Performers. *The Sport Psychology*, 9: 201-211.
- Karabulut, Ö. (2019). *Sporcuların sportif sürekli kendine güven düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi*. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Malatya: İnönü Üniversitesi,
- Karagöz, A. (2019). *Okul öncesi eğitim kurumlarına tam zamanlı ve yarı zamanlı karşılaştırılması*. Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İlköğretim Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Konya: Necmettin Erbakan Üniversitesi,
- Konter, E. Bir Lider olarak antrenör. 1.Basım, İstanbul: Alfa Basım Yayım Dağıtım, 1996; 56, 104-105.
- Kopma Süresi Arasındaki farkın incelenmesi, Bursa, Uludağ Üniversitesi Lisans Bitirme Tezi.
- Korkut, F. (1996). ‘İletişim Becerileri eğitimi programının liselilerin iletişim becerilerini değerlendirmelerine etkisi’. *3P Dergisi*, Cilt:4-3. İstanbul.
- Kugle, C. L., Clements, R. O., ve Powell, P. M. (1983). Level and stability of self-esteem in relation to academic behavior of second graders. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44(1), 201–207. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.44.1.201>.

- Lauster, P. (2010). Özgüven öğrenilebilir (Çev: L. Yarbaş). İzmir: İlyayayınevi.
- Lıping, Che (2000), "A Research on university students' development of selfconfidence", Department of Psychology, East China Normal University, Shanghai.
- Müniroğlu, S., Deliceoğlu, G. (2008). Futbolda müsabaka analizi ve gözlem teknikleri. Ankara Üniversitesi Basımevi. 1. Baskı. Ankara.
- Nazarudin, M. N., Noordin, H., Suppiah, P. K., Abdullah, M. R., Fauzee, M. S. O. and Abdullah, N. M. (2014). Psychological Skills Assessment and Referee Rugby Sevens Performance. *Jurnal Pemikir Pendidikan*. 5, 165-184.
- Orkunoğlu, O. (1985). Voleybol Antrenörünün El Kitabı. Ankara: B.T.G.M. Voleybol.
- Özen G., Özen, Ş., Sönmez, G. T. S. (2014) Kamp Yaşantısı ve Engel Aktivitelerin Katılımcıların Öz-Etkililik Algılarına etkisi, *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 5 (2):5-12.
- Özen, N. (2013). *Türk kültür tarihinde spor ve türklerin spora katkıları* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Batman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Batman.
- Pajares, F. (1996). Self-efficacy beliefs in academic settings. *Review of Educational Research*, 66, 543-578. doi:10.3102/00346543066004543.
- Ramazanoğlu, F., Karahüseyinoğlu, F. M., Ve Demirel, E. T. (2005). Sporun toplumsal boyutunun değerlendirilmesi . Doğuanadolu bölgesi araştırmaları, 153.
- Saçaklı H, Kale R, Özdemir Y, Gökçe E. (1995). Futbol. İstanbul Teknik Üniversitesi Yayınları. Yayın No: 1566.
- Sarıdede, Ç. (2018). *Voleybol hakemlerinin öz yeterlik düzeyleri ve karar verme becerilerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Schulenberg, J., & Maggs, J. L. (2002). "A developmental perspective on alcohol use and heavy drinking during adolescence and the transition to young adulthood". *Journal of Studies on Alcoholism*, 14, 54-70.
- Schwarzer R, Fuchs R. (1995). Self-efficacy and health behaviors. In: Conner M, Norman P, editor. Predicting Health Behavior: Research and Practice with Social Cognition Models. Buckingham: Open University Press. trochim. human.cornell.edu/gallery/walkley/selfeff. Urdan (Eds.), Self-efficacy beliefs of adolescents (pp. 307-337). Greenwich, CT:
- Soner, O. (2000). Aile uyumu, öğrenci özgüveni ve akademik başarı arasındaki ilişkiler. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 12, 249-260.
- Steffenhagen, R. A., & Burns, J. D. (1987). The Social Dynamics of Self-Esteem. New York, Praeger.
- Şahan, H. (2007). *Üniversite Öğrencilerinin sosyalleşme sürecinde spor aktivitelerinin rolü*, Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Halkla İlişkiler ve Tanıtım Anabilim Dalı, Doktora Tezi, Konya.
- Şahin, E. (2016). *Sporcu ve sporcu olmayan bedensel engelli bireylerin özgüven ve sosyal istenirlik durumlarının karşılaştırılması*. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Düzce: Düzce Üniversitesi,
- Şahin, MH. (2002). Beden eğitimi ve sporda temel kavramlar sözlüğü. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Şar, Ali H., Ramazan Avcu ve Abdullah Işıklar (2010), " Analyzing undergraduate students' self confidence levels in terms of some variables", *Procedia Social and Behavioral Sciences* 5, s.1205-1209.

- Terlemez, M. (2019). Spor aktivitesinin özgüven, serotonin ve dopamine etkisi. *International Journal of Social Science*, 2(2), 1-6.
- Tiryaki, S. (2000). Spor psikolojisi. Eylül Yayınevi, Ankara.
- Tokat, S. (2013). *Beden Eğitimi öğretmenleri ve okul yöneticilerinin beden eğitimi ve spor dersinin etkinliği üzerine görüşlerinin incelenmesi*, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Toros, T. ve Duvan, A. Eskrimcilerde algılanan antrenörlük davranışı, kolektif yeterlik ve hedef yönelimleri arasındaki ilişki. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi*. 2011; 5, 1.
- Tozoğlu, E., (2013). "The effect of sport on decision making strategies." *Educational Research and Reviews* 8.10 633. Thailand.
- Tutar, H, Yılmaz MK. (2003). Genel ve teknik iletişim. Nobel Basımevi, Ankara.
- Türkmen M, Yıldız K, Zekgoğlu A. (2013). Sosyolojik açıdan sporda güddet ve çirkin tezahüratın nedenlerinin araştırılması: Manisaspör Taraftarları Örneği. *Spor Yönetimi Ve Bilgi Teknolojileri Dergisi*, 8(2): 15-34.
- Unutmaz, V ve Gençer, T. (2017). Antrenör yeterlik ölçeği ın'nin türkçe uyarlama çalışması. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*,; doi: 10.25307/jssr.337768.
- Wampbell, E., and Jones, E., 1994. "Psychological Well-being in wheelchair sport participants and nonparticipants." *Adapted Physical Activity Quarterly* 11., s. 404-415
- Yalçın Y. (2009). *Spor tatmininin sporcuların stres ve saldırganlık düzeyleri üzerindeki etkisi: antrenör cinsiyetinin rolünü belirlemeye yönelik Antalya ilinde bir uygulama*. Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Spor Yöneticiliği Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, 216 sayfa, Kayseri.
- Yarımkaya., E, Akandere, M., Baştuğ, G. (2014). Effect of self-confidence levels of 12-14 years old students on their serving ability in volleyball, *Niğde University Journal of Physical Education And Sport Sciences*, 8(2): 242-250.
- Yetim, A. (2000). Sporun sosyal görünümü. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 5(1), 63-72.
- Yıldırım, F. (2013). *Sportif sürekli kendine güven alt ölçeğinin uyarlanması ve ortaöğretim kurumlarındaki öğrencilerde sportif sürekli kendine güvenin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı.
- Yıldız ME. (2021). *Taekwondo sporcularının özgüven seviyelerinin algılanan stres ve saldırganlık düzeyleri ile ilişkisinin incelenmesi*. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Konya: Selçuk Üniversitesi.
- Yıldız, N. Özen G., Bostancı, T. G.(2016) The effects of one-day outdoor education on selfefficacy, *Journal of Human Sciences*,13(3): 6098- 6103.
- Yılmaz, H. (2011). Güçlendirici liderlik. Beta Yayınları, İstanbul.
- Yılmaz, İ. (2008). *Sporcu algıları çerçevesinde farklı spor branşlarındaki antrenörlerin liderlik davranış analizleri ve iletişim beceri düzeyleri*. Yayınlanmamış 86 Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü,
- Yiğitbaş, Ç., ve Yetkin, A. (2003). Sağlık yüksekokulu öğrencilerinin özetkililik-yeterlik düzeyinin değerlendirilmesi. *CÜ Hemşirelik Yüksek Okulu Dergisi*, 7(1), 6-13.
- Zeyrek, A. ve Doğar, V. (2020). Ortaöğretim öğrencilerindeki özgüven gelişimlerinin spor ve farklı değişkenlere göre incelenmesi. *International Social Sciences Studies Journal*, 6(72), 4807-4812.

## EKLER

### Ek 1. Etik Kurul Formu



ONDOKUZ MAYIS ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL VE BEŞERİ BİLİMLER ARAŞTIRMALARI ETİK KURUL KARARLARI

KARAR TARİHİ	TOPLANTI SAYISI	KARAR SAYISI
29.04.2022	4	2022-276

**KARAR NO:** 2022-276  
Üniversitemiz Lisansüstü Eğitim Enstitüsü öğrencisi Cabir ADIYAMAN ' ın Doç. Dr. Yener AKSOY danışmanlığında " Tenis, Yüzme ve Futbol Branşlarında Uzmanlık Alan Öğrencilerin Özgüven ve Öz Yeterlilik Düzeylerinin İncelenmesi" isimli yüksek lisans tezine ilişkin anket, ölçek, test ve bilgisayar ortamında anket/test çalışmalarını içeren 57294 sayılı dilekçesi okunarak görüşüldü.

Üniversitemiz Lisansüstü Eğitim Enstitüsü öğrencisi Cabir ADIYAMAN ' ın Doç. Dr. Yener AKSOY danışmanlığında " Tenis, Yüzme ve Futbol Branşlarında Uzmanlık Alan Öğrencilerin Özgüven ve Öz Yeterlilik Düzeylerinin İncelenmesi" isimli yüksek lisans tezine ilişkin anket, ölçek, test ve bilgisayar ortamında anket/test çalışmalarının kabulüne oy birliği ile karar verildi.

## Ek 2.Kişisel Bilgi Formu

- 1.Ana okula gitme durumu Evet ( ) Hayır ( )
- 2.Cinsiyetiz Kız ( ) Erkek ( )
- 3.Alkol kullanım durumu Evet ( ) Hayır ( )
- 4.Üniversite öncesi ilgilendiği spor türü Bireysel ( ) Takım ( )
- 5.Yaşınız 18-20 ( ) 21-22 ( ) 23-25 ( ) 26 ve üzeri ( )
6. Uzmanlık branşı seçme nedeni Ekonomik gelir ( ) Kariyer Planlaması ( ) Arkadaş önerisi ( ) Branşa olan ilgi ( )
- 7.Gelir Düzey Düşük ( ) Orta ( ) Yüksek ( )
- 8.Uzmanlık branşı..... Tenis ( ) Yüzme ( ) Futbol ( )
- 9.Branşıyla ilgilenme süresi 1 yıl ( ) 2-3 yıl ( ) 4-5 yıl ( ) 6 yıl ve üzeri ( )
- 10.Okuduğu bölüm BSÖ ( ) ANT ( ) SYB ( ) REK ( )
- 11.Uzmanlık branşını kaç dönem aldığı 1 dönem ( ) 2 dönem ( ) 4 dönem ( )

### Ek 3. Özgüven Ölçeği

Bu anketlerden elde edilen sonuçlar bilimsel bir çalışmada kullanılacaktır. Sizden istenilen bu ifadeleri okuduktan sonra kendinizi değerlendirmeniz ve sizin için en uygun seçeneğin karşısına çarpı (X) işareti koymanızdır. Her sorunun karşısında bulunan; (1) Hiç bir zaman (2) Nadiren (3) Sık sık (4) Genellikle ve (5) Her zaman anlamına gelmektedir. Lütfen her ifadeye mutlaka TEK yanıt veriniz ve kesinlikle BOŞ bırakmayınız. En uygun yanıtları vereceğinizi ümit eder katkılarınız için teşekkür ederim.

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

## Ek 4. Genel Özyeterlik Ölçeği

### GENEL ÖZ YETERLİK ÖLÇEĞİ

Bu ölçek, bireylerin stresli yaşantılarla başa çıkabilme ve bunlara uyum sağlayabilme becerilerine yönelik algılarını belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Aşağıda bazı düşünceleri içeren ifadeler yer almaktadır. Bu ifadelere katılma derecenizi "Tamamen yanlış", "Biraz doğru", "Orta düzeyde doğru", "Tamamen doğru" seçeneklerinden size en uygun olanı işaretleyerek göstermeniz beklenmektedir. Lütfen her bir ifadeye belirtilen düşüncenin size ne kadar uyduğunu düşününüz. Her bir ifadeye katılma derecenizi kendinize en uygun gelen seçeneğin altındaki kutucuğu işaretleyerek gösteriniz. Lütfen hiçbir maddeyi yanıtsız bırakmayınız. Değerli katkılarınız için teşekkür ederim.

	Tamamen yanlış	Biraz doğru	Orta düzeyde doğru	Tamamen doğru
1) Yeterince çaba harcarsam, zor sorunları çözmenin bir yolunu daima bulabilirim.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2) Bana karşı çıktığımda, istediğimi elde etmemi sağlayacak bir yol ve yöntem bulabilirim.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3) Amaçlarıma bağlı kalmak ve bunları gerçekleştirmek benim için kolaydır.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4) Beklenmedik olaylarla etkili bir biçimde başa çıkabileceğime inanıyorum.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5) Yeteneklerim sayesinde beklenmedik durumlarla nasıl başedebileceğimi biliyorum.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6) Gerekli çabayı gösterirsem, birçok sorunu çözebilirim.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7) Baş etme gücüme güvendiğim için zorluklarla karşılaştığımda soğukkanlılığımı koruyabilirim....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8) Bir sorunla karşılaştığımda, genellikle birkaç çözüm yolu bulabilirim.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9) Başım dertte olduğunda, genellikle bir çözüm düşünebilirim.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10) Önüme çıkan zorluk ne olursa olsun, üstesinden gelebilirim.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## ÖZ GEÇMİŞ

Cabir ADIYAMAN Elazığ Gazi Anadolu Lisesi'ni bitirdikten sonra Ondokuz Mayıs Üniversitesi Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği bölümünden 24.06.2019 tarihinde mezun oldu. 2020 yılında OMÜ Spor Yöneticiliği Ana Bilim Dalı Yüksek Lisans programına başladı. Temel ilgi alanı, tenis.

### İletişim Bilgileri

ORCID ID : 0000-0002-9628-9157

### Yayımlar:

1. Adıyaman, C. ve Aksoy, Y. (2022) *Sporcularda farklı parametrelere göre özgüven durumlarının incelenmesi*. 5. Uluslararası Sosyal Bilimler ve İnovasyon Kongresi. 11-12 Kasım. Ankara