



**T.C.
MUĞLA SITKI KOÇMAN ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANA BİLİM DALI
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR TEZLİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENİ ADAYLARININ
PSİKOLOJİK İYİ OLUŞLARI İLE SOSYAL GÖRÜNÜŞ
KAYGILARININ İLETİŞİM BECERİLERİNE ETKİSİ: MUĞLA
ÖRNEĞİ**

Gökhan İRHAN

MUĞLA-2022

T.C.
MUĞLA SITKI KOÇMAN ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANA BİLİM DALI
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR TEZLİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENİ ADAYLARININ
PSİKOLOJİK İYİ OLUŞLARI İLE SOSYAL GÖRÜNÜŞ
KAYGILARININ İLETİŞİM BECERİLERİNE ETKİSİ: MUĞLA
ÖRNEĞİ

Gökhan İRHAN

Tez Danışmanı
Doç. Dr. Fatma İlker KERKEZ

MUĞLA-2022

TEZ ONAYI

Gökhan İRHAN tarafından hazırlanan “Beden Eğitimi ve Spor Öğretmeni Adaylarının Psikolojik İyi Oluşları ile Sosyal Görünüş Kaygısının İletişim Becerilerine Etkisi: Muğla Örneği” başlıklı tez çalışması aşağıdaki jüri tarafından oy birliği ile Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Beden Eğitimi ve Spor Tezli Yüksek Lisans Programında, Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

Jüri Başkanı

Prof. Dr. Kürşat KARACABEY
Aydın Adnan Menderes Üniversitesi

Tez Danışmanı

Doç. Dr. Fatma İlker KERKEZ
Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi

Üye

Doç. Dr. Gönül BABAYİĞİT İREZ
Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi

Tez savunma Tarihi:27.05.2022

Bu tez Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Beden Eğitimi ve Spor Tezli Yüksek Lisans Programında, Yüksek Lisans Tezi olması için gerekli şartları yerine getirmektedir.

Prof. Dr. Banu BAYAR
Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürü

YAYIMLAMA VE FİKRİ MÜLKİYET HAKLARI BEYANI

Tezin kendi orijinal çalışmam olduğunu, başkalarının haklarını ihlal etmediğimi ve tezimin tek yetkili sahibi olduğumu beyan ve taahhüt ederim. Tezimde yer alan telif hakkı bulunan metinleri sahiplerinden yazılı izin alarak kullandığımı ve istenildiğinde suretlerini Üniversiteye teslim etmeyi taahhüt ederim.

Enstitü tarafından onaylanan lisansüstü tezimin tamamını veya herhangi bir kısmını, basılı (kâğıt) ve elektronik formatta arşivleme ve aşağıda verilen koşullarla kullanıma açma iznini Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesine verdiğimi bildiririm. Bu izinle Üniversiteye verilen kullanım hakları dışındaki tüm fikri mülkiyet haklarım bende kalacak, tezimin tamamının ya da bir bölümünün gelecekteki çalışmalarda (makale, kitap, lisans ve patent vb.) kullanım hakları bana ait olacaktır.

Yükseköğretim Kurulu tarafından yayınlanan **“Lisansüstü Tezlerin Elektronik Ortamda Toplanması, Düzenlenmesi ve Erişime Açılmasına İlişkin Yönerge”** kapsamında tezim aşağıda belirtilen koşullar haricinde YÖK Ulusal Tez Merkezi / MSKÜ Açık Erişim Sisteminde erişime açılabilir.

☐ Tezimle ilgili patent başvurusu yapılacağından veya patent alma süreci devam ettiğinden Enstitü Yönetim Kurulu kararı ile tezimin mezuniyet tarihimden itibaren 2 yıl erişime açılmasının ertelenmesini talep ediyorum.

☐ Tezimde yeni teknik, materyal ve metotlar kullanıldığından ve henüz makaleye dönüşmemiş olduğundan Enstitü Yönetim Kurul kararı ile mezuniyet tarihimden itibaren 6 ay tezimin erişime açılmasının ertelenmesini talep ediyorum.

27.05.2022

Gökhan İRHAN

ETİK BEYAN

Yüksek lisans tezi olarak sunduğum “Beden Eğitimi ve Spor Öğretmeni Adaylarının Psikolojik İyi oluşları ile Sosyal Görünüş Kaygısının İletişim Becerisine Etkisi: Muğla Örneği” isimli çalışmada tezin planlanmasından yazımına kadar tüm süreçlerde etik ilkelere bağlı kaldığımı, tezime ilişkin bilgi ve belgeleri akademik ve bilimsel etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi, kullandığım verilerde herhangi bir tahrifat yapmadığımı, tezimde kullandığım tüm görsel ve yazılı materyallerin kaynağını gösterdiğimi, yararlandığım eserlerin tümünün kaynaklar bölümünde yer aldığını, tezimin Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Tez Yazım Kılavuzuna göre yazıldığını beyan ederim.

27.05.2022

Gökhan İRHAN

TEŞEKKÜR

Eğitim hayatım boyunca beni hiçbir zaman yalnız bırakmayan başta anneme, babama ve ablama teşekkür ederim. Tez çalışmam boyunca bilgi ışığında yol göstericim olan kıymetli büyüğüm tez danışmanım sayın Doç. Dr. Fatma İlker KERKEZ' e saygılarımla çok teşekkür ederim. Bu süreçte yolumuzu aydınlatan kıymetli büyüğüm Sayın Prof. Dr. Özcan SAYGIN hocama ve Sayın Prof. Dr. Kürşat KARACABEY hocama teşekkür ederim.



**BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENİ ADAYLARININ
PSİKOLOJİK İYİ OLUŞLARI İLE SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGILARININ
İLETİŞİM BECERİLERİNE ETKİSİ: MUĞLA ÖRNEĞİ**

ÖZET

Çalışmanın temel amacı beden eğitimi ve spor öğretmeni adaylarının psikolojik iyi oluş durumları ile sosyal görünüş kaygılarının iletişim becerilerini yordama gücünün incelenmesidir. Alt amaçları ise, katılımcılarda psikolojik iyi oluş, sosyal görünüş kaygısı düzeyleri ve iletişim becerilerinin cinsiyet, sınıf, spor branşı, düzenli spor yapma ve sosyo-ekonomik düzey değişkenlerine göre incelenmesidir. Bu araştırma, betimsel tarama modelinde gerçekleştirilmiştir. Çalışmaya 2021-2022 eğitim-öğretim yılında Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümünde aktif öğrenci olan toplam 154 öğretmen adayı (97 erkek, 57 kadın) katılmıştır. Veri toplama aracı olarak ‘Psikolojik İyi Oluş Ölçeği’, ‘Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği’, ‘İletişim Becerilerini Değerlendirme Ölçeği’ ve tanımlayıcı bilgi formu kullanılmıştır. Çalışmada bağımlı değişken olan iletişim becerisi değişkenini yordamak amacıyla psikolojik iyi oluş ve sosyal görünüş kaygısı değişkenlerini kullanarak çok değişkenli doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Bulgular katılımcıların iletişim becerisi algısı (98.59 ± 11.8) ve psikolojik iyi oluş düzeylerinin (42.65 ± 7.7) yüksek olduğunu sosyal görünüş kaygısı düzeylerinin ise (36.08 ± 15.2) orta düzeye yakın olduğunu göstermiştir. Psikolojik iyi oluş düzeyleri iletişim becerisini olumlu ve anlamlı yordarken, sosyal görünüş kaygısı olumsuz ve anlamlı yordamıştır. İletişim becerisi ve psikolojik iyi oluş düzeyinin cinsiyet değişkenine göre kadın öğrenciler lehine farklılaştığı belirlenmiştir ($p < 0.05$). Ancak sosyal görünüş kaygısı yönünden cinsiyet değişkenine göre farklılık bulunmamıştır ($p > 0.05$). Sınıf değişkenine göre sadece sosyal görünüş kaygısı düzeyinde fark bulunmuştur ($p < 0.05$). Düzenli spor yapma değişkenine göre sadece iletişim kurmaya isteklilik alt boyutu ($p < 0.04$) ve sosyal görünüş kaygısı ($p < 0.01$) farklılaşmaktadır. Düzenli spor yaptığını beyan edenlerin iletişim kurmaya daha istekli oldukları, düzenli spor yapmayanların sosyal görünüş kaygısının daha yüksek olduğu, sosyoekonomik düzeyi yüksek olan öğrencilerin sosyal görünüş kaygısının düşük olanlardan anlamlı derecede yüksek olduğu belirlenmiştir ($p < 0.05$). Beden eğitimi ve spor öğretmeni adaylarının psikolojik iyi oluş ve sosyal görünüş kaygısı gibi içsel yaşantıları

takip edilmelidir, bu öğrencilere gerekli psikolojik desteğin sağlanması yanında iletişim becerisini etkili konuşma ve dinleme teknikleriyle geliştirmeye yönelik etkinlikler düzenlenerek meslek hayatına daha hazırlıklı hale gelmeleri desteklenmelidir.

Anahtar Kelimeler: İletişim Becerisi, Sosyal Görünüş Kaygısı, Psikolojik İyi Oluş, Öğretmen Adayları



**THE EFFECT OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING AND SOCIAL
APPEARANCE CONCERNS ON COMMUNICATION SKILLS OF PHYSICAL
EDUCATION AND SPORTS TEACHERS: THE CASE OF MUĞLA**

ABSTRACT

The main purpose of the study is to examine the predictive power of physical education and sports teacher candidates' psychological well-being and social appearance concerns on their communication skills. The sub-objectives are to examine the psychological well-being, social appearance anxiety levels and communication skills of the participants according to the variables of gender, class, sports branch, regular sports and socio-economic level. This research was carried out in the descriptive survey model. A total of 154 teacher candidates (97 male, 57 female) who were active students in the Department of Physical Education and Sports of Muğla Sıtkı Koçman University Faculty of Sport Sciences in the 2021-2022 academic year participated in the study. 'Psychological Well-Being Scale', 'Social Appearance Anxiety Scale', 'Communication Skills Assessment Scale' and descriptive information form were used as data collection tools. In the study, multivariate linear regression analysis was performed using the variables of psychological well-being and social appearance anxiety in order to predict the dependent variable, the communication skill variable. The findings showed that the perception of communication skills (98.59 ± 11.8) and psychological well-being (42.65 ± 7.7) of the participants were high, and their social appearance anxiety levels (36.08 ± 15.2) were close to medium. While psychological well-being levels predicted communication skills positively and significantly, social appearance anxiety predicted negatively and significantly. It was determined that the level of communication skills and psychological well-being differed in favor of female students according to the gender variable ($p < 0.05$). However, no difference was found in terms of social appearance anxiety according to the gender variable ($p > 0.05$). There was only difference in the level of social appearance anxiety according to the class variable ($p < 0.05$). Only willingness to communicate sub-dimension ($p < 0.04$) and social appearance anxiety ($p < 0.01$) differ according to the regular sports variable. It was determined that those who declared that they did sports regularly were more willing to communicate, those who did not do regular sports had higher social appearance anxiety, and students with high socioeconomic level

had a significantly higher social appearance anxiety than those with low socioeconomic level ($p<0.05$). The internal experiences of physical education and sports teacher candidates such as psychological well-being and social appearance anxiety should be monitored, besides providing the necessary psychological support to these students, activities should be organized to improve their communication skills with effective speaking and listening techniques, and they should be supported to become more prepared for their professional life.

Keywords: Communication Skills, Social Appearance Anxiety, Psychological Well-Being, Teacher Candidates



İÇİNDEKİLER

TEZ ONAYI	i
YAYIMLAMA VE FİKRİ MÜLKİYET HAKLARI BEYANI	ii
ETİK BEYAN	iii
TEŞEKKÜR	iv
ÖZET	v
ABSTRACT.....	vii
İÇİNDEKİLER.....	ix
KISALTMALAR DİZİNİ	xi
TABLolar DİZİNİ.....	xii
1. GİRİŞ	1
2. GENEL BİLGİLER.....	3
2.1. İletişim	3
2.2. İletişimi Etkileyen Faktörler	4
2.3. Psikolojik İyi Oluş	4
2.4. Psikolojik İyi Oluşu Etkileyen Faktörler	4
2.5. Sosyal Görünüş Kaygısı.....	6
3. YÖNTEM	7
3.1. Araştırma Modeli	7
3.2. Araştırma Evren ve Örneklemi/Araştırma Materyali.....	7
3.3. Veri Toplama Araçları	8
3.3.1. Psikolojik İyi Oluş Ölçeği	9
3.3.2. İletişim Becerilerini Değerlendirme Ölçeği	9
3.3.3. Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği (SGKÖ).....	10
3.4. Veri Toplama Süreci	10
3.5. Deneysel Kurgu.....	10
3.6. İstatistiksel Analiz.....	10
3.7. Etik Onay	10
3.8. Araştırmanın Sınırlılıkları	11
4. BULGULAR.....	12
5. TARTIŞMA.....	19
6. SONUÇLAR VE ÖNERİLER.....	25
6.1. Sonuçlar	25
6.2. Öneriler	25
KAYNAKLAR	27

EKLER	34
Ek 1: ETİK KURUL ONAYI	34
Ek 2: KURUM İZİN ONAYI	35
Ek 3: FORMLAR (VERİ / KAYIT FORMLARI / ANKET FORMLARI / vb.)	36
Ek 4: ÖZ GEÇMİŞ.....	41



KISALTMALAR DİZİNİ

EDSOI	: Etkin Dinleme ve Sözel Olmayan İletişim
IITB	: İletişim İlkeleri ve Temel Beceriler
IKI	: İletişim Kurmaya İsteklilik
İBDÖ	: İletişim Becerilerini Değerlendirme Ölçeği
KIE	: Kendini İfade Etme
PİO	: Psikolojik İyi Oluş
PİOÖ	: Psikolojik İyi Oluş Ölçeği
SGK	: Sosyal Görünüş Kaygısı
SGKÖ	: Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği
SS	: Standart Sapma
TYYÇ	: Türkiye Yükseköğretim Yeterlilikler Çerçevesi

TABLOLAR DİZİNİ

Tablo 3.1. Örneklem Grubuna Ait Tanımlayıcı Bilgiler	8
Tablo 4.1. Katılımcıların IBO, SGK ve PIO düzeyleri.....	12
Tablo 4.2. Psikolojik İyi Oluş Düzeyi ile Sosyal Görünüş Kaygısı Düzeyinin İletişim Becerisini Yordama Gücü	13
Tablo 4.3. Cinsiyet değişkenine göre iletişim becerisi, psikolojik iyi oluş ve sosyal görünüş kaygısı ortalamalarının karşılaştırılması.....	14
Tablo 4.4. Sınıf değişkenine göre iletişim becerisi, psikolojik iyi oluş ve sosyal görünüş kaygısı ortalamalarının karşılaştırılması.....	15
Tablo 4.5. Spor branşı olup olmaması değişkenine göre iletişim becerisi, psikolojik iyi oluş ve sosyal görünüş kaygısı ortalamalarının karşılaştırılması	16
Tablo 4.6. Düzenli spor yapma değişkenine göre iletişim becerisi, psikolojik iyi oluş ve sosyal görünüş kaygısı ortalamalarının karşılaştırılması.....	17
Tablo 4.7. Sosyoekonomik düzey değişkenine göre iletişim becerisi, psikolojik iyi oluş ve sosyal görünüş kaygısı ortalamalarının karşılaştırılması.....	18

GİRİŞ

Türkiye Yükseköğretim Yeterlilikler Çerçevesi (TYYÇ) Öğretmen Yetiştirme ve Eğitim Bilimleri Temel Alanı Yeterlilikleri incelendiğinde dört temel yetkinlikten birinin İletişim ve Sosyal Yetkinlik olduğu görülmektedir. Millî Eğitim Bakanlığı tarafından 2020 yılında güncellenen Öğretmenlik Mesleği Genel Yeterlilikleri incelendiğinde de Tutum ve Değerler kategorisi altında “İletişim ve İş Birliği” alt başlığı yer almaktadır. Ocak ve Erşen (2015) çağdaş ve etkili öğretmeni, “öğretme kadar insana değer veren, kendisi ve çevresi ile etkili iletişim kurabilen, karşılaştığı problemleri çözebilme gücü ve özgüveni gelişmiş bireyler yetiştirme sorumluluğunu taşıyan insan” şeklinde tanımlamıştır. Bu önemi nedeniyle iletişim becerisi öğretmen adaylarında ve öğretmenlerde sıklıkla anlaşılmaya, açıklanmaya ve geliştirilmeye çalışılan bir konudur. İletişimi etkileyen pek çok faktör sayılabilir. Bunlardan biri olan psikolojik iyi oluş, mutluluk veya tatmin gibi pozitif mental durumları ifade eden diğer kavramlara oldukça benzemektedir. Keyes ve arkadaşları (2002) psikolojik iyi oluşu, hayat hazzı, bireyin gelişimi, hayat amacı, başkalarıyla doğru ilişki şeklinde tanımlarken (Ryff, 1989) var olan potansiyelin en üst seviyede kullanılması olarak tanımlamıştır. Bireyin özünü kabulü, başkalarıyla iyimser ilişkiler, toplumsal hâkimiyet, hayatın amacı ve bireyin gelişimi psikolojik iyi olmanın alt bileşenleri olarak kabul edilir. Psikolojik iyi oluş düzeyi yüksek olan bireyler kendini ve geçmiş yaşamını pozitif değerlendireceği, çevresindeki insanlar ile sağlıklı ilişkiler kurabileceği, kendi yaşamını ve etrafındaki durumları etkili bir şekilde yönetebileceği beklendiğinden iletişim becerisi düzeylerinin de yüksek olması beklenir. İletişim düzeyini etkileyebilecek diğer bir faktör sosyal görünüş kaygısı (SGK) olup kişinin görüntüsüyle ilgili negatif bir sonuç çıkardığı bir durumdur (Clark ve Wells, 1995). Bireylerin, başkaları tarafından bedensel görüntüsüne bir tepki olarak tanımlanmıştır (Çınar ve Keskin, 2015).

Araştırmanın Problemi

Bu araştırmanın problemi beden eğitimi ve spor öğretmeni adaylarında iletişim becerisini etkileyen faktörlerdir. Bireylerde iletişim becerisini etkileyebilecek pek çok faktör vardır. Bu çalışmada psikolojik iyi olma durumu ile sosyal görünüş kaygısının iletişim becerisine etkisi problemi oluşturmaktadır. Bu kapsamda çalışmanın bağımlı

değişkeni iletişim becerisi, bağımsız değişkenleri ise psikolojik iyi oluş durumu ile sosyal görünüş kaygısıdır.

Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın temel amacı beden eğitimi ve spor öğretmeni adaylarının psikolojik iyi oluş durumları ile sosyal görünüş kaygılarının iletişim becerilerini yordama gücünün incelenmesidir. Alt amaçları ise, beden eğitimi ve spor öğretmeni adaylarının psikolojik iyi oluş durumları, sosyal görünüş kaygısı düzeyleri ve iletişim becerilerinin cinsiyet, sınıf, spor branşı, düzenli spor yapma, sosyo-ekonomik düzey değişkenlerine göre incelenmesidir.

Araştırmanın Önemi

İletişim becerisi öğretmen MEB genel öğretmen yeterliliklerinden biridir. Beden eğitimi öğretmeni adaylarında iletişim becerisini etkileyebilecek pek çok değişken vardır. Bu çalışmanın konusu olan psikolojik iyi oluş düzeyi öğretmen adayının kendini kabul etmesi, diğerleriyle olumlu ilişkiler kurabilmesi, özerklik, çevresel hâkimiyete ve yaşam amacına sahip olması ile bireysel gelişimi benimsemesi konularını kapsar. Sosyal görünüş kaygısı iletişim becerisini etkileyebilecek bir diğer değişken olup sosyal medyanın etkisi ile bireylerde farklı etkiler yaratabilmektedir (görünüşü ile ilgili aşırı kaygılı olma ya da görünüşünü umursamama gibi). Bu değişkenlerin iletişim becerisi ile ilişkilendirilmesi sonucu elde edilen sonuçların ve önerilerin literatüre ve öğretmen eğitimine katkı sağlaması beklenmektedir.

Araştırma Soruları

Araştırma amacı doğrultusunda aşağıdaki sorulara cevap aranmıştır;

1-) Beden eğitimi ve spor öğretmeni adaylarının iletişim becerisi, psikolojik iyi oluş ve sosyal görünüş kaygısı düzeyleri nedir?

2-) Beden eğitimi ve spor öğretmeni adaylarında psikolojik iyi oluş düzeyi ile sosyal görünüş kaygısı düzeyinin iletişim becerisine etkisi var mıdır?

3-) Beden eğitimi ve spor öğretmeni adaylarının iletişim becerisi, psikolojik iyi oluş ve sosyal görünüş kaygısı düzeyleri cinsiyet, sınıf, spor branşı, düzenli spor yapma, sosyoekonomik düzey değişkenlerine göre farklılaşmakta mıdır?

2. GENEL BİLGİLER

Araştırmanın bu bölümünde iletişime, iletişimi etkileyen faktörlere, psikolojik iyi oluşa, psikolojik iyi oluşu etkileyen faktörlere ve sosyal görünüş kaygısı konularına yer verilmiştir.

2.1. İletişim

İletişim iki birey arasında fikir duygu ve mesaj aktarımıdır, karşılıklı ilişkilerin algılanması ve anlamlandırılmasıdır (Dökmen, 1994). İletişimin öğeleri; kaynak (gönderici), alıcı, ileti, kanal, bağlam, dönüt ve şifre olarak ifade edilir (Demiray, 2006). İletişim türleri genellikle ise sözlü, sözsüz, yazılı şeklinde sınıflanır. Sözlü iletişim konuşarak kelimelerin kullanıldığı iletişim şeklidir (Kılıç, 2002). Sözsüz iletişim beden dili olarak da kullanılır. Bakışlar, postür, ellerin duruşu, ayakların yönü, hareketlerin sıklığı gibi alıcıya verilen izlenimlerdir (Navarro, 2008). Yazılı iletişim ise amacına uygun olarak kaynaktan duygu, düşünce, izlenim ve görüşlerin, belirli kurallar eşliğinde yazılarak alıcıya aktarılmasıdır. Elektronik postalar, sosyal paylaşım uygulamaları da yazılı iletişim amacıyla kullanılan kanallardır.

İletişim becerisi; bilgi, tutum, duygu gibi mesajların etkili bir biçimde alıcıya aktarılabilmesi ve geribildirim alınabilmesidir. İletişim becerileri insanların, başlangıçta çevrelerindeki insanlarla başarılı ve yeterli ilişkiler kurabilmeleri için gereklidir. İlişkilerin sürdürülebilmesi ise iletişim dışında başka faktörlere de bağlıdır (davranışlar gibi).

MEB' nin hazırlamış olduğu Öğretmenlik Mesleği Genel Yeterlikleri mevzuatındaki Tutum ve Değerler (C) yeterlik alanının 'İletişim ve İş birliği (C3) alt yeterliğinin önemi ortaya çıkmıştır. 'İletişim ve İş birliği' alt yeterliğinin performans göstergesi ise öğrenci, iş arkadaşı, ebeveyn ve eğitimin diğer paydaşları ile etkili iletişim ve iş birliği kurması gerektiği olarak ifade edilmiştir (MEB, 2017). Bu nedenle öğretmen adaylarının mesleğe atılmadan önce iletişim becerileri düzeylerinin bilinmesi ve geliştirilmesi önem arz eden bir konudur.

2.2. İletişimi Etkileyen Faktörler

Literatürde iletişimi etkileyen faktörler genellikle olumlu ve olumsuz faktörler olarak iki başlık altında ele alınır. Olumlu faktörlerden bazıları; etkili dinleme, empati kurma, farklı görüşlere saygılı olma, kendi fikir ve düşüncelerini doğru ifade etme, dinlerken ve konuşurken göz teması kurma ve başka işlerle ilgilenmeme, beden dilini doğru ve dikkatli kullanma olarak sıralanabilir. Bu hususlara dikkat edilmemesi ise iletişimi olumsuz yönde etkilemektedir.

2.3. Psikolojik İyi Oluş

Psikolojik iyi oluş zihinsel ve mental eksikliklerle beraber psikolojik iyi oluşu etkileyen çevresel faktörlerin eksikliği olarak tanımlanmıştır (Uçar, 2018). Yapılan araştırmalara göre iyi oluş ikiye ayrılmaktadır (Özmen, 2020). Birincisi; öznel iyi oluş ikincisi ise psikolojik iyi oluştur. Öznel iyi oluşun duygusal ve bilişsel bileşenleri vardır. Öznel iyi oluşun duygusal bileşenleri, olumlu ve olumsuz duygulardan oluşurken, bilişsel bileşeni ise kişinin yaşamından aldığı doyum olarak ifade edilebilir (Diener ve ark, 2009; Schimmack ve ark., 2002). Psikolojik iyi oluş ise kişinin kendisi ile ilgili olan algılarının olumlu olması, kendisinden memnun olması, çevresindeki insanlarla güvenilir ilişkiler geliştirebilmesini, bağımsız hareket edebilmesi, hayat amacına ve anlamına sahip olması, kendi potansiyelinin ve sınırlarının bilincinde olması ve bu potansiyeli geliştirmeye çabalaması olarak ifade edilir (Keyes ve arkadaşları, 2002). Öznel ve psikolojik iyi oluşu bir bütün olarak tamamlayan diğer bir faktör ise fizyolojik iyi oluştur. Fizyolojik iyi oluş bireyin beden ve ruhen iyi olma durumudur. Bireyin fiziksel olarak herhangi bir fiziksel engelinin veya sorununun bulunmayışıdır.

2.4. Psikolojik İyi Oluşu Etkileyen Faktörler

Kendini Kabul

Ryff'e göre (1989a), kendini kabul "bireyin kendi ile ilgili pozitif tutumlar takınması" olup pozitif psikolojik işlevselliğin de en önemli özelliklerindendir. Kendini kabul, iyi oluşun, en belirgin ve en sık tekrarlanan bir özelliği olduğu gibi kendini gerçekleştirme, tam işlevsellik ve olgunlaşma gibi ruh sağlığının da temel özelliklerindendir. (Ryff, 1989a; Ryff ve Singer, 1996). Kendini kabul etme konusunda yeterli olan bireylerde; kendi ile ilgili pozitif tutum, benliğinin farklı özelliklerini içselleştirebilme, geçmişine dair pozitif duygulara sahip olma gözlenirken, kendini kabul

etme boyutunda yetersiz olan bireylerde; kendi ile ilgili doyumsuzluk, pişmanlıklar, belli kişilik özellikleri ile ilgili rahatsızlıklar görülebilir (Ryff, 1989a, 1989b, 1995; Ryff ve Keyes, 1995).

Diğerleriyle Olumlu İlişkiler

Diğerleri ile olumlu ilişkiler dendiğinde bireyin diğer insanlarla güvenilir, doyum veren, diğerlerinin iyiliğini önemseyen, özveri ve empati içeren ilişkiler kurabilmesi ve sürdürebilmesi ifade edilmektedir (Ryff, 1989a). Diğerleri ile olumlu ilişkiler kuramayan bireylerde ise uzak, pişmanlık deneyimleri yüksek, anlaşılmaya, ödün vermeye razı olmama nedeniyle önemli ilişkileri sürdürmekte zorluk çekme durumlarından söz edilir.

Özerklik

Özerklik ya da otonomi, yaşamıyla ilgili başka bir kişi ya da durumdan bağımsız kendi kararlarını verebilmesi ve yönetebilme yetisidir. Bireyin, kendisinden çok diğer insanların beklentilerini ve değerlendirmelerini dikkate alması, önemli kararlarını diğer insanların fikirlerine dayanarak vermesi, düşünce ve davranışlarında toplumsal baskıdan etkilenmesi özerk olma konusunda istenilen düzeyde olmadığını gösterir (Ryff, 1989a; Ryff ve Singer, 1996).

Çevresel Hâkimiyet

Bireyin, çevreye hâkim olma ve çevreyi yönetebilme, karmaşık dışsal faaliyetleri kontrol altında tutabilme, çevresinde sunulan fırsatların farkında olarak bunlar arasından kendisi için uygun olanları seçip etkili bir şekilde kullanabilme düzeyini içermektedir (Ryff, 1989a; Ryff ve Singer 1996). Bu bağlamda, çevresel hakimiyet becerisi yüksek olmayan bireylerde gündelik işlerini yönetmede güçlük, çevresini çeşitlendirmede ya da geliştirmede yetersizlik, çevresindeki imkanları fark edememe ve kontrolsüzlükten bahsedilir (Ryff 1989a).

Yaşam Amacı

Yaşam amacı hayatta bir işe yaramak, bir şey için savaşmak ve yaşamda fark yaratmak olarak tanımlanabilir. Bireyin hayatı ile ilgili amacının bulunması, onun psikolojik yönden sağlıklı olduğunu gösteren kriterlerden biridir (Ryff, 1989a). Yaşam

amacı bireyin hayatında anlam ve yön katarken yaşam amacı olmayan bireylerde hayata ve değerlere bağlanmada sorunlar görülebilir.

Bireysel Gelişim

Bireysel gelişim; kişinin kendini yaşam boyu geliştirme düşüncesine sahip olması olarak tanımlanır (Ryff ve Keyes, 1995). Yaşamdaki tüm sorunların çözülmüş bir şekilde sunulması bireyin sağlıklı gelişimini engeller. Çünkü yaşam boyunca karşılaşılan yeni zorluklar ve bu zorlukların üstesinden gelmek için üretilen çözümler bireysel gelişimine sürekli katkı sağlar. Bu nedenle, kişinin kendini gerçekleştirme çabasında olması, onun psikolojik sağlığının vazgeçilmez bir unsurudur (Ryff, 1989a). TYYÇ Öğretmen Yetiştirme ve Eğitim Bilimleri Temel Alanı Yeterlilikleri Öğrenme Yetkinliği altında öğretmenin yaşam boyu öğrenmeye ilişkin olumlu bir tutum geliştirmesi gerektiği yer almaktadır.

2.5. Sosyal Görünüş Kaygısı

Sosyal görünüş kaygısı, kişinin görünüşü ve bedeniyle alakalı olumsuz imajının sonucu olup (Clark ve Wells, 1995), kişinin kendi görünüşü ile ilgili olumsuz düşüncelere sahip olması durumudur. Vücut şekli de dâhil olmak üzere genel görünümü çevreleyen sosyal kaygıyı ve başkaları tarafından olumsuz değerlendirilme korkusunu ifade eder (Koskine ve ark., 2011). Bir başka tanımda bireyin özellikle yeni girdiği ortamlarda yabancılar tarafından bedeni ve fiziksel görünüşü ile ilgili olarak olumsuz değerlendirme olasılığı hissettiğinde ortaya çıkan kaygı şeklinde ifade edilmiştir (Doğan, 2010).

Bireyler beden imajına ve görüntüsüne yönelik gelişen olumsuz değerlendirmelerin sonucunda sosyal görünüş kaygısı yaşamaktadır. Sosyal görünüş kaygısı yalnızca vücut biçiminden değil boy uzunluğu, kilo, yüz şekli gibi nedenlerle yaşanan kaygıları da kapsayan daha bütüncül bir kaygı durumudur. Çeşitli bozukluklarla beraber seyreden ve bireyin günlük sosyal aktivitelerini olumsuz yönde etkileyen bir kaygı bozukluğudur (Doğan 2009, Akt: Kılıç, 2015). Kendini fiziksel açıdan olumlu değerlendiren bireylerin kişiler arası ilişkilerde daha güvenli ve işlerinde daha başarılı olduğu belirtilmiştir (Kılıç, 2015). TYYÇ Öğretmen Yetiştirme ve Eğitim Bilimleri Temel Alanı Yeterlilikleri Alana Özgü Yetkinlik başlığı altında öğretmenin dış görünüm, tutum, tavır ve davranışları ile topluma örnek olması beklenmektedir.

3. YÖNTEM

Bu bölümde araştırma modeli, evren ve örneklem, veri toplama araçları, veri toplama süreci ve istatistiksel analiz yöntemleri hakkında bilgi verilmektedir.

3.1. Araştırma Modeli

Araştırma betimsel modelde nicel bir çalışmadır. Betimsel çalışmalar çoğu zaman bir durumu açıklığa kavuşturmak, standartlar ışığında değerlendirmek ve olaylar arasındaki ilişkileri yordamak amacı ile yapılmaktadır. Bu tarz araştırmalarda esas hedef incelenen durumu detaylıca açıklamaktır (Kılıç, 2013).

3.2. Araştırma Evren ve Örneklemi/Araştırma Materyali

Çalışmanın evreni 2021-2022 Eğitim-Öğretim yılı itibariyle Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümünde aktif öğrenim gören öğretmen adaylarıdır (N=207). Çalışma kapsamında tüm evrene veri toplama aracı ulaştırılmıştır ancak eksiksiz katılım sağlayan 154 öğretmen adayının verileri çalışmaya dâhil edilmiştir. Bu sayı Cohen, Manion ve Morrison' a göre (2007) %99 güven aralığındadır. Çalışma örneklemine ait tanımlayıcı bilgiler Tablo 3.1.' de sunulmuştur.

Tablo 3.1. Örneklem Grubuna Ait Tanımlayıcı Bilgiler

Değişken		n (154)	%
Yaş	17-19	30	19.5
	20-22	90	58.4
	23-25	31	20.1
	26 ve üstü	3	1.9
Cinsiyet	Kadın	57	37.0
	Erkek	97	63.0
Sınıf	1.Sınıf	38	24.7
	2.Sınıf	40	26.0
	3.Sınıf	32	20.8
	4.Sınıf	44	28.6
Spor Branşı	Yok	33	21.4
	Var	121	78.6
Düzenli Spor	Evet	66	42.9
Yapma Durumu	Hayır	88	57.1
Spor Türü	Yok	34	22.1
	Bireysel	44	28.6
	Takım	76	49.4
Aile Geliri	Düşük	23	14.9
	Orta	111	72.1
	Yüksek	20	13.0
Toplam		154	100

Tablo 3.1 incelendiğinde çalışmaya katılan gönüllü beden eğitimi ve spor öğretmeni adaylarının büyük bir çoğunluğunun (%63) erkek ve 20-22 yaş arasında olduğu (%58.4) görülmektedir. Katılımcıların büyük çoğunluğu (%78.6) bir spor branşının olduğunu beyan etmiştir. Spor türüne göre incelendiğinde ise en çok takım sporları cevabı verilmiştir (%49.4). Düzenli spor yaptığını beyan edenlerin oranı %42.9' dur. Katılımcılar büyük çoğunlukla orta gelirli ailelerden oluşmaktadır (%72.1).

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama aracı olarak üç ayrı ölçek ve tanımlayıcı bilgi formu kullanılmıştır.

3.3.1. Psikolojik İyi Oluş Ölçeği

Psikolojik İyi Oluş Ölçeği Türkçe uyarlama çalışması (Telef, 2011-2013) tarafından yapılmıştır. Açıklayıcı faktör analizi sonunda toplam açıklanan varyansın %42 olduğu saptanmıştır. Toplamda 10 sorudan oluşan ölçek maddelerinin faktör yükleri 0.54 ile 0.76 arasında hesaplanmıştır. Doğrulayıcı faktör analizinde uyum indeksi değerleri RMSEA= 0.08, SRMR= 0.04, GFI= 0.96, NFI= 0.94, RFI= 0.92, CFI= 0.95 ve IFI= 0.95 olarak bulunmuştur. Ölçeğin güvenirlik çalışmasında elde edilen Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı 0.80 olarak hesaplanmıştır. Test tekrar test sonucuna göre ölçeğin birinci ve ikinci uygulaması arasında yüksek düzeyde, pozitif ve anlamlı ilişki olduğu görülmüştür ($r= 0.86$, $p<.01$). Psikolojik İyi Oluş Ölçeğinin madde toplam korelasyonlarının 0.41 ile 0.63 arasında değişiklik gösterdiği ve t değerlerinin anlamlı olduğu saptanmıştır ($p<.001$). Psikolojik İyi Oluş Ölçeğinin maddeleri, kesinlikle katılmıyorum (1) ile kesinlikle katılıyorum (7) şeklinde 1–7 arasında cevaplanmaktadır. Bütün maddeler olumlu şekilde ifade edilmektedir. Puanlar 8 (tüm maddelere kesinlikle katılmıyorum cevabı verilirse) ile 56 (tüm maddelere kesinlikle katılıyorum cevabı verilirse) arasında değişmektedir. Puan yükseldikçe bireylerin psikolojik iyi oluş durumlarının da arttığı şeklinde yorumlanır.

3.3.2. İletişim Becerilerini Değerlendirme Ölçeği

Bireylerin iletişim becerilerini nasıl değerlendirdiklerini anlamak amacıyla Korkut (1996) tarafından geliştirilmiş 5’ li likert tipi bir ölçektir (1=her zaman, 2=sıklıkla, 3=bazen, 4=nadiren, 5=hiçbir zaman). Toplam 25 maddeden oluşan ölçekte 10 madde iletişim ilkeleri ve temel beceriler (IITB), 4 madde kendini ifade etme (KIE), 6 madde etkin dinleme ve sözel olmayan iletişim (EDSOI) ve 5 madde iletişim kurmaya isteklilik (IKI) alt boyutlarından oluşur. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 125, en düşük puan ise 25’ dir. Bu çalışmada Ocak ve Erşen’ in (2015) yayını esas alınarak 25-58 arası puan “düşük”, 59-92 arası “orta” ve 93-125 arası puan “yüksek” düzeyde iletişim becerisi algısına sahip kabul edilmiştir. Ölçekte ters madde bulunmadığından puan yükseldikçe bireylerin kendi iletişim becerilerini olumlu yönde değerlendirdikleri anlamına gelmektedir. Ölçeğin geçerlilik ve güvenirlik çalışmaları aynı kişi tarafından yapılmış ve alfa iç tutarlılık katsayısı 0.80 olarak bulunmuştur.

3.3.3. Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği (SGKÖ)

2008 yılında Hart ve arkadaşları tarafından geliştirilen SGKÖ, Doğan (2010) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. SGKÖ 16 maddeden oluşmaktadır. Bireyin görünüşüyle ilgili olarak duygusal, davranışsal ve bilişsel kaygılarını ölçmek amacıyla geliştirilmiş 5'li likert tipinde bir ölçektir. Ölçekten toplamda alınacak en düşük puan 16, en yüksek puan 80'dir. Yüksek puanlar sosyal görünüş kaygısının fazla olduğunu göstermektedir. Bu çalışmada 16-37 arası düşük, 38-58 arası orta ve 59-80 arası yüksek olarak değerlendirilmiştir. Ölçeğin iç tutarlılık kat sayısı 0.93, güvenirlik kat sayısı 0.88 olarak bulunmuştur.

3.4. Veri Toplama Süreci

Etik Kurul onayı ve Spor Bilimleri Fakültesi Dekanlığından izin alınmasının ardından Bölüm Başkanlığının uygun gördüğü gün ve saatlerde bütün sınıflardaki öğrencilere dağıtılacak topla yöntemiyle ders öncesi uygulanmıştır. Çalışma hakkında bilgi verildikten sonra gönüllü öğrencilerin doldurduğu veri toplama formları kontrol edilerek teslim alınmıştır.

3.5. Deneysel Kurgu

Araştırma betimsel tarama modelinde gerçekleştirilmiştir.

3.6. İstatistiksel Analiz

Araştırmada elde edilen veriler SPSS 22.0 paket programı kullanılarak analiz edilmiştir. Veriler değerlendirilirken tanımlayıcı istatistik metotları kullanılmıştır (sayı, yüzde, minimum-maksimum değerler, ortalama, Ss). İstatistik analize karar verebilmek için öncelikle verilerin parametrik test koşullarını sağlayıp sağlamadığı araştırılmıştır. Kullanılan verilerin çarpıklık ve basıklık değerlerinin ± 3 arasında olması nedeniyle normal dağılım gösterdiğine karar verilmiştir (Shao, 2002). Veriler normal dağılım gösterdiğinden bağımlı değişken olan iletişim becerisi değişkenini yordamak amacıyla psikolojik iyi oluş ve sosyal görünüş kaygısı değişkenlerini kullanarak çok değişkenli doğrusal regresyon analizi, iki bağımsız grup arasındaki fark için bağımsız t testi, ikiden fazla bağımsız grup karşılaştırılmasında ise Anova tek yönlü varyans analizi uygulanmıştır.

3.7. Etik Onay

Araştırmanın etik onayı Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sağlık Bilimleri Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu'nun 05.12.2021 tarih ve 24 sayılı kararı ile alınmıştır.

3.8. Araştırmanın Sınırlılıkları

Bu çalışma Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümünde 2021-2022 eğitim-öğretim yılında aktif öğrenim gören gönüllü öğretmen adaylarından elde edilen veriler ile sınırlıdır.



4. BULGULAR

Bu bölümde araştırma soruları dikkate alınarak verilerden elde edilen bulgular sırasıyla sunulmuştur.

Araştırma amacı doğrultusunda aşağıdaki sorulara cevap aranmıştır;

1-) Çalışmaya katılan beden eğitimi ve spor öğretmeni adaylarının iletişim becerisi, psikolojik iyi oluş ve sosyal görünüş kaygısı düzeyleri nedir?

Araştırma sorusu doğrultusunda beden eğitimi ve spor öğretmeni adaylarının iletişim becerisi (IBO) toplamı ve alt boyutları olan iletişim ilkeleri ve temel beceriler (IITB), kendini ifade etme (KIE), etkin dinleme ve sözel olmayan iletişim (EDSOI) ve iletişim kurmaya isteklilik (IKI), psikolojik iyi oluş (PIO) ve sosyal görünüş kaygısı (SGK) düzeylerine dair bulgular ortalamalar halinde Tablo 4.1’ de gösterilmiştir.

Tablo 4.1. Katılımcıların IBO, SGK ve PIO düzeyleri

Değişkenler	n	Minimum	Maximum	Ortalama	Ss
IBO_TOPLAM	154	38	120	98.59	11.83
IBO_IITB	154	12	45	37.56	4.73
IBO_KIE	154	7	20	16.67	2.54
IBO_EDSOI	154	12	30	24.42	3.50
IBO_IKI	154	7	25	19.95	3.22
SGK_TOPLAM	154	17	72	36.08	15.21
PIO_TOPLAM	154	16	56	42.65	7.72

Tablo 4.1 incelendiğinde katılımcıların iletişim becerisi puanlarının yüksek düzeyde (alınabilecek en yüksek puan 125’ tir), psikolojik iyi oluş düzeylerinin yüksek düzeyde (alınabilecek en yüksek puan 56’ dır) ve sosyal görünüş kaygısı düzeylerinin ise düşük olduğu (alınabilecek en yüksek puan 80’ dir) görülmektedir.

2-) Beden eğitimi ve spor öğretmeni adaylarında psikolojik iyi oluş düzeyi ile sosyal görünüş kaygısı düzeyinin iletişim becerisini yordama gücü nedir?

Psikolojik iyi oluş ve sosyal görünüş kaygısı değişkenlerini kullanarak iletişim becerisi değişkenini yordama amacıyla çok değişkenli doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Bulgular Tablo 4.2’ de sunulmuştur.

Tablo 4.2. Psikolojik iyi oluş düzeyi ile sosyal görünüş kaygısı düzeyinin iletişim becerisini yordama gücü

Bağımsız Değişken	β	Standart Hata	Beta	t	p	F	R ²	Düzeltilmiş R ²
SGK_TOPLAM	-0.16	0.06	-0.21	-2.78	0.05	16.51	0.18	0.17
PIO_TOPLAM	0.53	0.11	0.35	4.72	0.01			

Analiz sonucunda anlamlı bir regresyon modeli [$F(2,151)=16,51$ $p<0.01$] değeri ve bağımlı değişkendeki varyansın %17' sinin ($R^2_{\text{adjusted}}=0.17$) bağımsız değişkenler tarafından açıklandığı bulunmuştur. Buna göre psikolojik iyi oluş iletişim becerisini düşük düzeyde olumlu ve anlamlı yordamaktadır, $\beta=0.35$, $t(151)=4.72$, $p<0.01$. Sosyal görünüş kaygısı iletişim becerisini düşük düzeyde olumsuz ve anlamlı yordamaktadır, $\beta=-0.21$, $t(151)=-2.78$, $p<0.05$.

Beden eğitimi ve spor öğretmeni adaylarının iletişim becerisi, psikolojik iyi oluş ve sosyal görünüş kaygısı düzeyleri cinsiyet, sınıf, spor branşı, düzenli spor yapma, sosyoekonomik düzey değişkenlerine göre farklılaşmakta mıdır?

Araştırma sorusunda değinilen değişkenlere dair elde edilen bulgular aşağıda sırasıyla sunulmuştur;

Beden eğitimi ve spor öğretmeni adaylarının cinsiyet değişkenine göre iletişim becerisi, psikolojik iyi oluş ve sosyal görünüş kaygısı düzeyleri farkı

Cinsiyet değişkenine göre iletişim becerisi, psikolojik iyi oluş ve sosyal görünüş kaygısı ortalamalarının karşılaştırılması için yapılan t testi sonuçları Tablo 4.3' de sunulmuştur.

Tablo 4.3. Cinsiyet değişkenine göre iletişim becerisi, psikolojik iyi oluş ve sosyal görünüş kaygısı ortalamalarının karşılaştırılması

Değişkenler	Cinsiyet	n	Ortalama	Ss	Test değeri	p
IBO_TOPLAM	Kadın	57	101.46	9.88	2.34	0.02
	Erkek	97	96.91	12.59		
IBO_IITB	Kadın	57	38.54	4.00	1.99	0.04
	Erkek	97	36.98	5.05		
IBO_KIE	Kadın	57	17.09	2.29	1.58	0.12
	Erkek	97	16.42	2.65		
IBO_EDSOI	Kadın	57	25.30	3.05	2.44	0.01
	Erkek	97	23.90	3.66		
IBO_IKI	Kadın	57	20.53	2.91	1.72	0.09
	Erkek	97	19.61	3.36		
SGK_TOPLAM	Kadın	57	36.12	15.24	0.02	0.98
	Erkek	97	36.06	15.29		
PIO_TOPLAM	Kadın	57	44.32	6.99	2.07	0.04
	Erkek	97	41.68	8.00		

Tablo 4.3 incelendiğinde iletişim becerisi düzeyinin hem toplam hem alt boyutlarda cinsiyet değişkenine göre farklılaştığı görülmektedir. Kadın öğrencilerin ortalamaları erkeklerden yüksek bulunmuştur ($p<0.05$). Aynı şekilde psikolojik iyi oluş düzeyinin cinsiyet değişkenine göre kadın öğrenciler lehine farklılaştığı belirlenmiştir ($p<0.05$). Ancak sosyal görünüş kaygısı yönünden cinsiyet değişkenine göre farklılık bulunmamıştır ($p>0.05$).

Beden eğitimi ve spor öğretmeni adaylarının sınıf değişkenine göre iletişim becerisi, psikolojik iyi oluş ve sosyal görünüş kaygısı düzeyleri farkı

Sınıf değişkenine göre iletişim becerisi, psikolojik iyi oluş ve sosyal görünüş kaygısı ortalamalarının karşılaştırılması için yapılan Anova testi sonuçları Tablo 4.4' de sunulmuştur.

Tablo 4.4. Sınıf değişkenine göre iletişim becerisi, psikolojik iyi oluş ve sosyal görünüş kaygısı ortalamalarının karşılaştırılması

Değişkenler	Sınıf	n	Ortalama	Ss	F	p
IBO_TOPLAM	1. Sınıf	38	97.42	2.1	0.273	0.84
	2. Sınıf	40	98.67	1.5		
	3. Sınıf	32	100.00	1.9		
	4. Sınıf	44	98.50	1.8		
IBO_IITB	1. Sınıf	38	37.92	5.6	0.116	0.95
	2. Sınıf	40	37.32	4.3		
	3. Sınıf	32	37.59	4.8		
	4. Sınıf	44	37.43	4.7		
IBO_KIE	1. Sınıf	38	16.16	3.0	0.741	0.52
	2. Sınıf	40	16.92	2.2		
	3. Sınıf	32	16.90	2.0		
	4. Sınıf	44	16.70	2.5		
IBO_EDSOI	1. Sınıf	38	24.15	3.6	0.555	0.64
	2. Sınıf	40	24.25	3.3		
	3. Sınıf	32	25.12	3.2		
	4. Sınıf	44	24.27	3.7		
IBO_IKI	1. Sınıf	38	19.18	3.5	0.996	0.39
	2. Sınıf	40	20.17	2.5		
	3. Sınıf	32	20.37	2.8		
	4. Sınıf	44	20.09	3.7		
SGK_TOPLAM	1. Sınıf	38	31.47*	2.0	3.295	0.02
	2. Sınıf	40	34.22	2.5		
	3. Sınıf	32	36.59	2.0		
	4. Sınıf	44	41.38*	2.6		
PIO_TOPLAM	1. Sınıf	38	41.63	1.3	0.771	0.51
	2. Sınıf	40	44.12	1.0		
	3. Sınıf	32	42.03	1.6		
	4. Sınıf	44	42.65	1.0		

Tablo 4.4 incelendiğinde iletişim becerisi ve psikolojik iyi oluş düzeyi bakımından sınıf değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmazken ($p>0.05$), sosyal görünüş kaygısı düzeyinin farklılaştığı görülmüştür ($F=3.295$; $p<0.05$). Bu işlemin ardından farklılığın hangi sınıflardan kaynaklandığını belirlemek üzere tamamlayıcı post-hoc analiz tekniklerine geçilmiştir. Hangi post-hoc çoklu karşılaştırma tekniğinin kullanılacağına karar vermek için öncelikle Levene's testi ile grup dağılımlarının varyanslarının homojen olup olmadığı hipotezi sınanmış, varyansların

homojen olmadığı saptanmıştır (LF=5.869;0.01). Bunun üzerine heterojen varyanslı dağılımlarda kullanılan post hoc tekniklerden Tamhane'nin T2 karşılaştırma tekniği tercih edilmiştir. Buna göre sosyal görünüş kaygısı bakımından sınıf değişkenine göre belirlenen farklılık 1. ve 4. sınıfların ortalamaları arasındaki farktan kaynaklanmaktadır. 4. sınıfların sosyal görünüş kaygısı düzeyi 1. sınıflardan anlamlı derecede yüksektir ($p<0.05$).

Beden eğitimi ve spor öğretmeni adaylarının spor branşı olup olmaması değişkenine göre iletişim becerisi, psikolojik iyi oluş ve sosyal görünüş kaygısı düzeyleri farkı

Spor branşı olup olmaması değişkenine göre iletişim becerisi, psikolojik iyi oluş ve sosyal görünüş kaygısı ortalamalarının karşılaştırılması için yapılan bağımsız gruplarda t testi sonuçları Tablo 4.5' te sunulmuştur.

Tablo 4.5. Spor branşı olup olmaması değişkenine göre iletişim becerisi, psikolojik iyi oluş ve sosyal görünüş kaygısı ortalamalarının karşılaştırılması

Değişkenler	Spor Branşı	n	Ortalama	Ss	Test değeri	p
IBO_TOPLAM	Yok	33	99.51	10.29	0.505	0.61
	Var	121	98.33	12.24		
IBO_IITB	Yok	33	37.57	4.41	0.024	0.98
	Var	121	37.55	4.83		
IBO_KIE	Yok	33	16.69	2.15	0.072	0.94
	Var	121	16.66	2.64		
IBO_EDSOI	Yok	33	24.93	2.83	0.190	0.33
	Var	121	24.27	3.66		
IBO_IKI	Yok	33	20.30	2.80	0.594	0.48
	Var	121	19.85	3.32		
SGK_TOPLAM	Yok	33	34.51	12.68	-0.667	0.51
	Var	121	36.51	15.86		
PIO_TOPLAM	Yok	33	42.15	8.78	-0.422	0.67
	Var	121	42.79	7.44		

Tablo 4.5' te görüldüğü gibi spor branşı olup olmaması değişkenine göre iletişim becerisi, psikolojik iyi oluş ve sosyal görünüş kaygısı ortalamalarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık belirlenmemiştir ($p>0.05$).

Beden eğitimi ve spor öğretmeni adaylarının düzenli spor yapma değişkenine göre iletişim becerisi, psikolojik iyi oluş ve sosyal görünüş kaygısı düzeyleri farkı

Düzenli spor yapma değişkenine göre iletişim becerisi, psikolojik iyi oluş ve sosyal görünüş kaygısı ortalamalarının karşılaştırılması için yapılan bağımsız gruplarda t testi sonuçları Tablo 4.6’ da sunulmuştur.

Tablo 4.6. Düzenli spor yapma değişkenine göre iletişim becerisi, psikolojik iyi oluş ve sosyal görünüş kaygısı ortalamalarının karşılaştırılması

Değişkenler	Düzenli spor yapma	Ortalama	Ss	Test değeri	p
IBO_TOPLAM	Evet	99.24	10.41	0.590	0.56
	Hayır	98.10	12.83		
IBO_IITB	Evet	37.59	4.49	0.073	0.94
	Hayır	37.53	4.94		
IBO_KIE	Evet	16.73	2.51	0.247	0.80
	Hayır	16.63	2.57		
IBO_EDSOI	Evet	24.38	3.22	-0.113	0.91
	Hayır	24.44	3.72		
IBO_IKI	Evet	20.55	2.41	2.014	0.04
	Hayır	19.50	3.66		
SGK_TOPLAM	Evet	32.59	13.69	-2.509	0.01
	Hayır	38.70	15.85		
PIO_TOPLAM	Evet	43.73	8.00	1.482	0.13
	Hayır	41.85	7.46		

Tablo 4.6’da yer alan verilere göre düzenli spor yapma değişkenine göre sadece iletişim kurmaya isteklilik alt boyutu ($p<0.04$) ve sosyal görünüş kaygısı ($p<0.01$) farklılaşmaktadır. Düzenli spor yaptığını beyan edenlerin iletişim kurmaya daha istekli oldukları, düzenli spor yapmayanların sosyal görünüş kaygısının daha yüksek olduğu görülmektedir.

Beden eğitimi ve spor öğretmeni adaylarının sosyoekonomik düzey değişkenine göre iletişim becerisi, psikolojik iyi oluş ve sosyal görünüş kaygısı düzeyleri farkı

Sosyoekonomik düzey değişkenine göre iletişim becerisi, psikolojik iyi oluş ve sosyal görünüş kaygısı ortalamalarının karşılaştırılması için yapılan Anova testi sonuçları Tablo 4.7’ da sunulmuştur.

Tablo 4.7. Sosyoekonomik düzey değişkenine göre iletişim becerisi, psikolojik iyi oluş ve sosyal görünüş kaygısı ortalamalarının karşılaştırılması

Değişkenler	Sosyoekonomik düzey	n	Ortalama	Ss	F	p
IBO_TOPLAM	Düşük	23	100.26	10.1	0.359	0.69
	Orta	111	98.10	12.1		
	Yüksek	20	99.35	12.0		
IBO_IITB	Düşük	23	38.04	4.4	0.235	0.79
	Orta	111	37.39	4.8		
	Yüksek	20	37.90	4.8		
IBO_KIE	Düşük	23	16.73	2.3	0.118	0.89
	Orta	111	16.61	2.4		
	Yüksek	20	16.90	3.1		
IBO_EDSOI	Düşük	23	24.73	3.5	0.114	0.89
	Orta	111	24.36	3.4		
	Yüksek	20	24.35	3.7		
IBO_IKI	Düşük	23	20.73	2.2	0.990	0.37
	Orta	111	19.73	3.4		
	Yüksek	20	20.20	2.9		
SGK_TOPLAM	Düşük	23	28.39	8.0	3.705	0.03
	Orta	111	37.15	14.9		
	Yüksek	20	39.00	20.0		
PIO_TOPLAM	Düşük	23	42.04	8.4	1.121	0.33
	Orta	111	42.35	7.7		
	Yüksek	20	45.05	6.2		

Tablo 4.7’de yer alan veriler incelendiğinde iletişim becerisi ve psikolojik iyi oluş düzeyi bakımından sosyoekonomik düzey değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmazken ($p>0.05$), sosyal görünüş kaygısı düzeyinin farklılaştığı görülmüştür ($F=3.705$; $p<0.05$). Bu işlemin ardından farklılığın hangi sınıflardan kaynaklandığını belirlemek üzere tamamlayıcı post-hoc analiz tekniklerine geçilmiştir. Hangi post-hoc çoklu karşılaştırma tekniğinin kullanılacağına karar vermek için öncelikle Levene’s testi ile grup dağılımlarının varyanslarının homojen olup olmadığı hipotezi sınanmış, varyansların homojen olmadığı saptanmıştır ($LF=12.814$; 0.01). Bunun üzerine heterojen varyanslı dağılımlarda kullanılan post hoc tekniklerden Tamhane’nin T2 karşılaştırma tekniği tercih edilmiştir. Buna göre sosyoekonomik düzeyi düşük ve yüksek olanlar arasındaki fark anlamlı bulunmuştur. Sosyoekonomik düzeyi yüksek olanların sosyal görünüş kaygısı düşük olanlardan anlamlı derecede yüksektir ($p<0.05$).

5. TARTIŞMA

Bu bölümde çalışma kapsamında elde edilen sonuçlar daha önceki benzer veya zıt araştırma bulguları ile karşılaştırılarak açıklanmıştır.

İletişim Becerisi Algısı

İletişim becerisi algı düzeyi öğretmen adaylarında sıklıkla araştırılan bir konudur. Çalışmamızda beden eğitimi ve spor öğretmen adaylarının iletişim beceri algısı yüksek bulunmuştur. Bu sonuç diğer öğretmen adayları ile yapılan çalışmalarla tutarlıdır. (Çetinkaya, 2011; Dilber ve Akhan, 2019; Gürşimşek ve diğ., 2008; Koser ve Barut, 2020; Ocak ve Erşen, 2015; Piji-Küçük , 2012; Saracaloğlu ve diğ., 2009; Ulukan ve diğ., 2017; Uygun ve Arıkan, 2019).

Çalışmamızda beden eğitimi ve spor öğretmen adaylarının iletişim becerisi algıları cinsiyet değişkenine göre incelendiğinde kadın öğrenciler lehine anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Bu sonuç Uygun ve Arıkan (2019), Pelit ve diğ. (2018); Sungur (2018); Turgut ve diğ. (2018); Milli ve Yağcı (2017), Ocak ve Erşen (2015), Koç ve diğ. (2015), Yılmaz ve diğ. (2011), Tepeköylü ve diğ. (2009), Özerbaş ve diğ. (2007), Pehlivan (2005), Saracaloğlu ve diğ. (2001), Güven ve Yalçınkaya-Akyüz (2001) tarafından yapılan çalışma bulguları ile tutarlıdır. Ancak literatürde iletişim becerilerinin cinsiyet değişkenine göre farklılaşmadığı bulgusunu ortaya koyan çalışmalar da vardır (Koser ve Barut, 2020; Kıssal ve diğ., 2016; Koçyiğit ve diğ., 2018; Ulukan ve diğ., 2017; Tepeköylü Öztürk ve diğ., 2011; Özşaker, 2013; Çevik, 2011; Çiftçi ve Taşkaya, 2010; Dilekmen ve diğ. , 2008; Günay, 2003; Kılıcıgil, Bilir, Özdiñ ve diğ., 2009). Literatürdeki bu farklı bulgular cinsiyet değişkenine göre iletişim becerisi düzeyi farklılığı hakkında genelleme yapılmasını güçleştirmektedir. İletişim becerileri, etkili bir öğretmende bulunması gereken temel yeterliliklerden biri olduğundan cinsiyet ayrımı olmadan tüm adaylarda yüksek olması beklenir.

Çalışmamızda beden eğitimi ve spor öğretmen adaylarının iletişim becerisi algılarının sınıf değişkenine göre farklılaşmadığı görülmüştür ($p>0.05$). Bu sonuç

Tepeköylü Öztürk ve diğ. (2011), Tepeköylü ve diğ. (2009) ve Dilekmen ve diğ. (2008) ile tutarlıyken literatürde çok farklı yönde bulgular da mevcuttur. Sınıf düzeyi yükseldikçe öğretmen adaylarının iletişim becerileri algılarının da yükseldiğini belirten çalışmalar mevcutken (Gülbahçe, 2010; Güven ve Akyüz, 2002; Pehlivan, 2005), 1. sınıf öğrencilerinin lehine anlamlı farklılık bulgusu ortaya koyan çalışmalar da vardır (Çetinkaya, 2011; Ocak ve Erşen, 2015). 4. sınıftaki öğretmen adaylarının iletişim becerisi algılarının 1. sınıflardan düşük olması Ocak ve Erşen (2015) tarafından öğretmen adaylarının öğretim elemanları ve arkadaşlarıyla yaşadıkları iletişim problemleri, akademik başarının düşüklüğü, öğrenim gördükleri bölümün beklentilerini karşılayamaması gibi nedenlerden kaynaklanabileceği şeklinde yorumlanmıştır.

Çalışmamızda beden eğitimi ve spor öğretmen adaylarının iletişim becerisi algılarının spor branşı olup olmaması değişkenine göre farklılaşmadığı ($p>0.05$) ancak düzenli spor yapma değişkenine göre ise iletişim becerisi alt boyutlarından iletişim kurmaya isteklilik (IBO_IKI) alt boyutunda anlamlı farklılık olduğu ($p<0.04$) görülmüştür. Düzenli spor yaptığını beyan edenlerin iletişim kurmaya isteklilik (IBO_IKI) alt boyut puanı düzenli spor yapmayanlardan yüksektir. Spor yapmanın sosyal gelişime etkisi düşünüldüğünde beklenen tüm boyutlarda spor yapanların iletişim becerilerinin yapmayanlardan yüksek olmasıdır. Üniversite öğrencilerinin iletişim becerilerinin düzenli olarak spor yapma durumlarına göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılık göstermediğini ortaya koyan çalışmalar bulunurken (Tepeköylü ve diğ., 2009; Ulukan ve diğ., 2017), Tepeköylü Öztürk ve diğ. (2011) farklı üniversite takımlarında sporcu olan ve spor yapmayan öğrencilerin iletişim beceri düzeylerini değerlendirdikleri çalışmada sporcu olanların iletişim beceri düzeylerinin spor yapmayanlardan istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek olduğunu belirtmiştir. Aynı çalışmada spor türüne göre iletişim becerisi puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmadığı kaydedilmiştir.

Çalışmamızda beden eğitimi ve spor öğretmen adaylarının iletişim becerisi algılarının sosyoekonomik düzey değişkenine göre farklılaşmadığı ($p>0.05$) belirlenmiştir. Bulunan sonuç literatürdeki çalışmalarla tutarlıdır (Ulukan ve diğ., 2017; Uygun ve Arıkan, 2019).

Psikolojik İyi Oluş Düzeyi

Öğretmen adaylarında psikolojik iyi oluş düzeyinin araştırıldığı çalışmalar mevcuttur (Çelik, 2016; Elmas ve diğ., 2021; Karabeyeser, 2013; Özen ve Gülaçtı, 2012; Telef ve diğ., 2013). Çalışmamızda beden eğitimi ve spor öğretmen adaylarının psikolojik iyi oluş düzeyleri, toplam ve alt boyut çerçevesinde incelenmiş ve psikolojik iyi oluş düzeyi yüksek bulunmuştur (42.65 ± 7.72). Sonuç literatürde aynı veri toplama aracının kullanıldığı çalışmalarla uyumludur (Kermen ve diğ., 2016; Zümbül, 2019). Beden eğitimi ve spor öğretmen adaylarının psikolojik iyi oluş düzeyi cinsiyet değişkenine göre incelendiğinde kadınlar lehine anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Bu bulgu literatürdeki çalışmalarla paralellik göstermektedir. Üniversite öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeyleri ile psikolojik iyi oluş düzeylerini inceleyen Elmas ve diğ. (2021) de kadınların psikolojik iyi oluş düzeylerinin erkeklerden yüksek olduğunu kaydetmiştir. Üniversite öğrencilerinde psikolojik iyi oluş düzeyinin araştırıldığı farklı çalışmalarda kadınların psikolojik iyi oluş düzeylerinin erkeklerden yüksek olduğu kaydedilmiştir (Gürel, 2009; Karabeyeser, 2013; Kuyumcu, 2012). Yurt dışında yapılan çalışmalara bakıldığında psikolojik iyi oluş düzeyinin genellikle altı alt boyuttan oluşan (kendini kabul, diğerleriyle olumlu ilişkiler, otonomi, çevresel hâkimiyet, bireysel gelişim ve yaşam amacı) Ryff Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ile değerlendirildiği görülmüştür. Bu değerlendirmelerde psikolojik iyi olma hali açısından, erkeklerin kendini kabul ve çevresel hakimiyet boyutlarında daha yüksek ortalama puanlar aldıkları, kadın örneklemine ise başkalarıyla olumlu ilişkiler ve kişisel gelişimde daha yüksek puanlar elde ettikleri kaydedilmiştir (García-Castilla ve diğ., 2020; Sun ve diğ., 2016). Bu durum toplumdaki cinsiyet rollerine bağlanmıştır. Kadınların toplumda başkalarıyla daha fazla olumlu ilişkiler kurmasının beklendiği, arkadaşlıkların hayatlarında daha önemli olduğu ve kişisel gelişimi benimsedikleri buna karşılık erkeklerin kadınlara göre daha fazla dışarı kapalı olduğu başkalarıyla güçlü ilişkiler kurmayı benimsediği kaydedilmiştir. Cinsiyet değişkenine göre psikolojik iyi oluş düzeyi bakımından fark bulunmadığını ortaya koyan çalışmalar da mevcuttur (Duran ve Çalışkan, 2020; Kermen ve diğ., 2016; Köse, 2020; Yüceant ve diğ. 2019).

Çalışmamızda psikolojik iyi oluş düzeyinin sınıf, spor branşı olması, düzenli spor yapma ve sosyoekonomik düzey değişkenlerine göre istatistiksel olarak anlamlı

düzeyde farklılaşmadığı görülmüştür ($p>0.05$). Bizim çalışma bulgularımızla paralel şekilde psikolojik iyi oluş düzeyinin düzenli spor yapmaya göre farklılaşmadığını gösteren çalışmalar mevcuttur (Özdemir ve diğ., 2016). Bunun tersine Aydın ve diğ. (2018) üniversite takımlarında oynayan sporcuların psikolojik iyi oluş düzeylerinin yüksek olduğunu, Köse (2020) psikolojik iyi oluş düzeyinin düzenli olarak spor yapan katılımcıların lehine bulunduğunu belirtmiştir. Düzenli spor yapmanın psikolojik iyi oluş düzeyini artırması beklenen bir sonuç olmakla birlikte çalışmamızda tüm katılımcıların psikolojik iyi oluş düzeylerinin yüksek olması ve arada fark olmaması katılımcıların özelliklerinden ve bölgeden kaynaklanmış olabilir.

Sosyal Görünüş Kaygısı

Çalışmamızda sosyal görünüş kaygısı 36.08 ± 15.2 şeklinde belirlenmiş olup 16-37 arası düşük, 38-58 arası orta ve 59-80 arası yüksek olarak değerlendirildiğinden elde edilen ortalamanın düşük olduğuna karar verilmiştir. Literatür incelendiğinde Tekeli (2017) Sakarya Üniversitesi beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinde sosyal görünüş kaygısı ortalamasını 34.51 ± 12.7 olarak kaydetmiş ve orta düzeyin altında şeklinde değerlendirmiştir. Aynı çalışmada sosyal görünüş kaygısı düzeyinin cinsiyet ve sınıf değişkenlerine göre istatistiksel olarak farklılaşmadığı kaydedilmiştir. Çalışmamızda ise cinsiyet değişkenine göre fark bulunmazken, sınıf değişkenine göre farklılık olduğu bu farkın 4. sınıfların sosyal görünüş kaygısı düzeyinin (41.38 ± 2.61) 1. sınıflardan (31.47 ± 2.0) anlamlı derecede yüksek olmasından kaynaklandığı tespit edilmiştir. 4. sınıfların ortalamasının düşük değil orta düzeyde olduğu görülmektedir. Bu sonucun 4. sınıf öğrencilerinin Covid-19 salgını döneminde uzun süre egzersizden uzaklaşmış olmaları ve son sınıfta KPSS sınavına hazırlık nedeniyle yine hareketsiz kalmalarına bağlı olabileceği düşünülse de derinlemesine araştırılması gereken bir konudur. Avunduk (2021) üniversite öğrencilerinin sosyal görünüş kaygıları ile girişimcilik düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmada kadınların ortalama puanlarının erkeklerden daha yüksek olduğunu ancak sınıf değişkenine göre fark olmadığını kaydetmiştir. Kara ve diğ. (2021) sosyal görünüş kaygısı ile egzersiz bağımlılığı arasındaki ilişkiyi araştırdıkları çalışmada 19-52 yaş bireylerde sosyal görünüş kaygısı puanlarının cinsiyete göre farklılaşmadığını tespit etmişlerdir. Bu bulgu da çalışmamız ile tutarlıdır.

Çalışmamızda sosyal görünüş kaygısı düzeyi spor branşı olup olmamasına göre farklılaşmazken düzenli spor yapmayanlarda istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Bu bulgu da sosyal görünüş kaygısı ile egzersiz bağımlılığı arasında anlamlı ilişkiler bulunduğunu kaydeden Kara ve diğ. (2021) ile uyumludur.

Beden eğitimi ve spor öğretmeni adaylarının psikolojik iyi oluş durumları ile sosyal görünüş kaygılarının iletişim becerilerini yordama gücü

Avunduk (2021) öğrencilerin fiziksel görünüşlerinden ötürü yaşayacakları kaygı kuvvetli iletişim ile çözüme kavuşabileceği sağlanabilir.

Katılımcıların PİO düzeyleri incelenmiş ve ölçekten çıkan değerler göz önünde bulundurulduğunda aktif spor yapan bireylerin PİO düzeyleri toplam puan ortalamasının üstünde olduğu bulunmuştur (Aydın, Birol ve Temel, 2018). Düzenli fiziksel egzersiz, depresyon, mutluluk ve PİO üzerine yapılan bir çalışmada araştırma bulgularına göre aktif spor yapanlar ve yapmayanlar arasında depresyon, mutluluk ve PİO anlamlı bir farkın olduğu tespit edilmiştir. Çalışmada aktif egzersiz yapanların yapmayanlara göre daha düşük depresyon, çok daha iyi mutluluk ve yüksek psikolojik iyi oluş hali olduğu saptanmıştır (Başar ve Sarı, 2018). Çalışmamızda katılımcılar sınıf değişkenine göre incelendiğinde ise iletişim becerileri en yüksek 3. sınıf olduğu bulunmuştur. Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin iletişim becerilerinin bazı değişkenler açısından incelendiği bir çalışmada bizim çalışmamızın aksine katılımcıların sınıf düzeyleri ile iletişim becerileri arasında anlamlı bir farkın olmadığı tespit edilmiştir (Tepeköylü, Soytürk ve Çamlıyer, 2009). Bu durum çalışmamızla çelişmektedir.

Aydın ve arkadaşları (2018) yapılan bir çalışmaya göre iletişim becerileri sınıf düzeyi değişkenine göre incelendiğinde anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Bu durum bizim çalışmamızla çelişmektedir. Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencileri eğitim sürelerini baz almayarak iletişim becerilerinin her sınıf düzeyinde yüksek olduğu ve sınıf düzeyleri arasında iletişim nitelikleri bakımından farkın bulunmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Çalışmamızda sınıf değişkenine göre SGK incelendiğinde ise en düşük 1. sınıflarda SGK saptanmıştır. Katılımcıların SGK toplam ölçek puanları ile sınıf değişkenleri arasında anlamlı bir fark bulunmaktadır. Bu farkın hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek amacıyla yapılan çoklu karşılaştırma testi Scheffe sonucunda; 4. sınıfların kaygı seviyelerinin, 1. sınıfların kaygı seviyesinden yüksek olduğu görülmüştür. Çalışmamızda sınıf değişkenine göre PİO incelendiğinde ise psikolojik iyi oluşu en yüksek 2. sınıflar olduğu bulunmuştur. Çalışmamızdan farklı olarak antrenörlük ve spor öğretmenliği bölümlerinin psikolojik iyi oluş düzeyi üzerine yapılan bir çalışmada araştırma grubunun PİO düzeyi arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır (Karademir ve Açak, 2020). Üniversite takımlarında oynayan sporcuların PİO düzeyi üzerine yapılan bir çalışmada sınıflar değişkenine göre yapılan kıyas da sporcuların eğitim gördükleri sınıf düzeyinin psikolojik iyi olma üzerine bir etki oluşturmadığı görülmüştür. PİO sınıf değişkeni açısından incelendiğinde herhangi bir farklılık bulunamamıştır (Aydın, Birol ve Temel, 2018). Bu durum çalışmamızı desteklemektedir.

Beden eğitimi ve spor programları aracılığıyla kazanılan psikolojik ve toplumsal ilişkilerdeki davranış değişikliği bireyin genel yaşantısını etkilemektedir. Kızların erkeklere göre iletişim niteliklerini anlamaları sosyalleşme durumuyla ilgilidir. Kadın ve erkekte sosyalleşme süreci desteklenmektedir. Erkek öğretmenlerin ders verme metotlarında kullandıkları sitayiş daha baskın daha katı bir yöntem iken kadınların ders verme yöntemleri daha empatik daha samimidir (Tepeköylü, Soytürk ve Çamlıyer, 2009). Yurt dışında yapılan araştırmalar kadınlar fikirlerini, beklediği durumları, endişelerini daha açık bir şekilde dile getirmektedir. Aktif spor yapanların sedanter bireylere göre kişilik özellikleri açısından daha girişken, cesur ve özgüveni daha yüksektir. Beden eğitimi ve spor öğretmenleri bir durumda ortama uyum sağlayan, özgüveni yüksek, başkalarının sitayişlerini tam olarak yorumlayan, başka bireylerden hızlı bir şekilde etkilenen, samimi ve herhangi bir ortamda kolayca sohbete giren ve sohbeti yönlendirebilen kişiler olarak tanımlanmıştır (Tepeköylü, Soytürk ve Çamlıyer, 2009). SGK utangaçlık ile ilişkilendirilmiştir. Bireylerde SGK düzeyi arttıkça utangaçlık seviyesi de artmaktadır (Kara, 2016). Kadınların spor aracılığıyla topluma entegre olmaları erkeklere göre daha yüksektir (Korkmaz ve Uslu 2020).

6. SONUÇLAR VE ÖNERİLER

6.1. Sonuçlar

Bu araştırmada beden eğitimi ve spor öğretmeni adaylarının psikolojik iyi oluş ve sosyal görünüş kaygılarının iletişim becerilerine etkisinin öğretmen adayının iyi bir iletişime sahip olması öğrencilere verilecek olan eğitimde çok daha iyi bir performans gösterileceği sonucu çıkarılmıştır. Beden eğitimi ve spor öğretmeni adaylarının iletişim becerileri arttıkça eğitim ve niteliklerinin de artacağı geliştirecekleri eğitim etkinliklerinin zenginleşeceği sonucu çıkarılmıştır. İletişim becerileri cinsiyet değişkeni açısından IITB, EDSOI anlamlı bir farkın olduğu ancak KIE ve IKI' de anlamlı bir farkın olmadığı sonucuna varılmıştır. Kadınların iletişim becerileri erkeklere göre daha yüksektir. SGK bakımından erkeklerin oranı kadınlardan daha yüksektir. PİO bakımından incelendiğinde ise kadınların psikolojik iyi oluşu erkeklerden daha yüksek olduğu saptanmıştır. İletişim becerileri psikolojik iyi oluş toplamaları incelendiğinde ise düzenli spor yapanların yapmayanlara göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. Bu durum düzenli spor yapanların psikolojik olarak daha rahat hissettikleri ve psikolojik iyi oluşun iletişim becerilerine yansıdığı düşünülmektedir. Düzenli spor yapan adayların SGK daha düşük bulunmuştur. Bu durumda sosyal görünüş bakımından kendini iyi hissetmek isteyen öğretmen adaylarının spora katılımı arttıkça görünüş kaygısının azaldığını göstermektedir.

6.2. Öneriler

Öğretmen adaylarında iletişim becerisi derinlemesine incelenebilir. Beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü öğrencilerine verilen iletişim derslerine yönelik uygulamalı bir içerik hazırlanarak yeni bir müfredat kazandırılabilir.

Beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümünde öğrenim gören ve spor yapmayan bireylerin aktif spora teşviki sağlanarak iletişim becerileri desteklenebilir.

Bu çalışma Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Programı öğrencilerini kapsayacak şekilde yapılmıştır. Benzer araştırmalar farklı bölümleri ve farklı üniversiteleri de kapsayacak şekilde yapılabilir.

Spora katılım arttıkça hem sosyal görünüş kaygısının hem de psikolojik iyi oluşun pozitif yönde ilerlediği çalışmamızda gözlemlenmiştir. Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin spora katılımı teşvik edilmesi bu yüzden önem arz etmektedir.

Bu çalışma betimsel tarama modeli kullanılarak incelenmiştir. Gelecek çalışmalarda farklı metodlar kullanılarak elde edilecek sonuçlarla bu çalışmadan elde edilen sonuçlar kıyaslanabilir.

Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin iletişim becerilerini etkileyen farklı değişkenleri belirlemeye yönelik çalışmalar yapılabilir.

Spor eğitimi veren üniversitelerde psikolojik iyi oluş, sosyal görünüş kaygısı ve iletişim becerileri ile ilgili akademik araştırmaların desteklenmesi, bu konudaki bilgilerin geliştirilmesi ve desteklenmesi.

Elde edilen sonuçlara göre düzenli spor yapma iletişim becerileri üzerinde etkilidir. Spor yapanların sadece spor yapma değişkenine bakılmaması gerekir. Spor yapma sürelerinin ve spor yapma sıklığının da önemli bir etken olduğu bilinmelidir. Bu değişkenlerinde göz önünde bulundurulması sonuçlar için faydalı olacaktır.

Bu çalışmada sosyal görünüş kaygısı ve psikolojik iyi oluş bağımsız değişkenleri kullanılmıştır. Gelecek yıllarda yapılacak olan çalışmalarda bağımsız değişken sayısı artırılabilir.

Elde edilen bulgular ışığında spor bilimleri fakültelerinin ders müfredatlarının öğretmen adaylarının iletişim becerilerini geliştirecek şekilde yeniden tasarlanabilir.

Öğretmen adaylarının sosyal görünüş kaygılarını en aza indirmeye yönelik adayların fiziksel görünümlerini etkileyecek spor ve rekreasyon etkinlikleri düzenlenebilir.

KAYNAKLAR

- Avunduk Y (2021). Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Görünüş Kaygıları ile Girişimcilik Düzeyleri Arasındaki İlişki. *OPUS International Journal of Society Researches*, 18(43), 6377-6393. DOI.org/10.26466/opus.933385
- Aydın E, Şahan Birol S, Temel V (2018). Üniversite Takımlarında Oynayan Sporcuların Psikolojik İyi Oluş Düzeylerinin Belirlenmesi. *Journal of Human Sciences*, 15(3), 1541-1550. DOI: 10.14687/jhs.v15i3.5236
- Aydın O, Kul M, Yaşartürk F, Aydın B (2018). Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin İletişim Beceri Düzeylerinin İncelenmesi (Bartın Üniversitesi Örneği). *Uluslararası Kültürel ve Sosyal Araştırmalar Dergisi (UKSAD)*, 4 (Special Issue 3), 37-47. Erişim Adresi: dergipark.org.tr/pub/intjcss/issue/41878/489007
- Başar S, Sarı İ (2018). The effect of regular exercise on depression, happiness and mental well-being. *Inonu University, Journal of Physical Education and Sport Sciences (IUJPESS)*, 5(3), 25-34.
- Clark DM, Wells AA (1995). Cognitive model of social phobia. Social phobia: Diagnosis, assessment and treatment. Rumination And Negative Appraisal In Social Phobia. In, Heimberg RG, Liebowitz MR, Hope DA, Schneier FR (Editors). New York: Guilford Press.
- Çelik O (2016). Öğretmen Adaylarında Psikolojik İyi Oluş Algılanan Sosyal Yetkinlik ve Güvengenliğin İncelenmesi (Yayınlanmamış Yüksek Lisans tezi) Erzincan Üniversitesi, Erzincan, Türkiye.
- Çetinkaya Z (2011). Türkçe öğretmen adaylarının iletişim becerilerine ilişkin görüşlerinin belirlenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 19(2), 567-576. Erişim Adresi: dergipark.org.tr/en/download/article-file/817463
- Çevik D B (2011). Müzik Öğretmeni Adaylarının İletişim Becerileri. *Gazi University Journal of Gazi Educational Faculty (GUJGEF)*, 31(1).
- Çınar H, Keskin N (2015). Öğrencilerin sosyal görünüş kaygısının öğrenim yeri tercihlerine etkisi. *Electronic Journal of Vocational Colleges*, 14, 457-464.
- Çiftçi S, Taskaya S M (2010). Sınıf Öğretmeni Adaylarının Öz Yeterlik ve İletişim Becerileri Arasındaki İlişki. *Education Sciences*, 5(3), 921-928. Erişim Adresi: dergipark.org.tr/en/download/article-file/185792
- Demiray U (2006). Genel İletişim. Ankara: Pegem Yayıncılık.

- Diener E, Oishi S, Lucas R E (2009). Subjective well-being: The science of happiness and life satisfaction. In S. J. Lopez, C. R. Snyder (Editors), Oxford handbook of positive psychology, (ss. 187–194).
- Dilber F, Akhan O (2019). Öğretmen Adaylarının İletişim Becerileri Düzeylerinin İncelenmesi. *Avrasya Uluslararası Araştırmalar Dergisi*, 7(17), 473-493. Erişim Adresi: dergipark.org.tr/en/download/article-file/759715
- Dilekman M, Başçı Z, Bektaş F (2008). Eğitim fakültesi öğrencilerinin iletişim becerileri. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 12(2), 223-231.
- Doğan T (2009). Bilişsel ve kendini değerlendirme süreçlerinin sosyal anksiyete açısından incelenmesi. (Yayınlanmamış doktora tezi). Sakarya Üniversitesi, Sakarya, Türkiye.
- Doğan T (2010). Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeğinin (SGKÖ) Türkçe uyarlaması: geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 39(39), 151-159.
- Dökmen Ü (1994). İletişim Çatışmaları ve Empati. İstanbul: Sistem Yayıncılık, 5. (ss. 153-156).
- Duran N O, Çalışkan B (2020). Psikolojik iyi oluş, cinsiyet, mesleki kıdem ve okuldaki görev süresinin öğretmen kültürlerarası duyarlılığını yordamadaki rolleri. *Cumhuriyet Uluslararası Eğitim Dergisi*, 9(1), 198-218.
- Elmas L, Yüceant M, Ünlü H, Bahadır Z (2021). Üniversite öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeyleri ile psikolojik iyi oluş durumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Sportive*, 4(1), 1-17. Erişim Adresi: dergipark.org.tr/en/download/article-file/1091323
- García-Castilla FJ, Martínez-Sánchez I, Campos G and Arroyo Resino D (2020) Impact of Gender and Relationship Status on Young People's Autonomy and Psychological Wellbeing. *Front. Psychol.* 11:1735. doi: 10.3389/fpsyg.2020.01735
- Gülbahçe Ö (2010). KK Eğitim Fakültesi'nin iletişim sağlanamaması. *Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 12 (2), 12-22. Erişim Adresi: app.trdizin.gov.tr/publication/paper/detail/TVRBM01USTVPUT09
- Günay K (2003). Sınıf yönetiminde öğretmenlerin iletişim becerilerinin değerlendirilmesi. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana, Türkiye.
- Gürel N A (2009). Effects of thinking styles and gender on psychological well-being (Master's thesis) Middle East Technical University, Ankara, Türkiye.

- Gürşimşek I, Vural D E, Demirsöz ES (2008). Öğretmen adaylarının duygusal zekâları ile iletişim becerileri arasındaki ilişki. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8(16), 1-11.
- Güven A, Akyüz Yalçinkaya M (2002). Okul yöneticilerinde kaygı-iş doyumu ilişkisinin incelenmesi. *Eurasian Journal of Educational Research*, (7), 178-188. Erişim Adresi: app.trdizin.gov.tr/publication/paper/detail/TVRjMk5UVT0
- Güven A, Yalçinkaya M (2001). Öğretmen adaylarının iletişim ve problem çözme becerilerine ilişkin görüşleri. *Ege Eğitim Dergisi*, 1(1). Erişim Adresi: dergipark.org.tr/en/pub/egeefd/issue/4924/67357
- Hart TA, Flora DB, Palyo SA, Fresco DM, Holle C, Heimberg RC (2008). Development and Examination of the Social Appearance Anxiety Scale. *Assessment*, 15, 48-59. Doi:10.1177/1073191107306673.
- Kara A (2016). Sosyal görünüş kaygısı ile utangaçlık arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Birey ve Toplum Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(1), 95-106.
- Kara NŞ, Kara M, Dönmez A (2021) The Correlation between Social Appearance Anxiety and Exercise Addiction. *P J M H S*, Vol. 15, No. 4, 1568-1573.
- Karabeyeser M (2013). Üniversite öğrencilerinin anne-baba tutumları yaşam olaylarına göre psikolojik iyi oluşu. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek lisans Tezi, Ankara.
- Karademir T, Mahmut A (2020). Antrenörlük ve öğretmenlik bölümü öğrencilerinin akademik iyimserlik ve psikolojik iyi oluş düzeylerinin incelenmesi. *Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(1), 531-542. Doi:10.33437/ksusbd.566586
- Kermen U, Tosun N İ, Doğan U (2016). Yaşam doyumu ve psikolojik iyi oluşun yordayıcısı olarak sosyal kaygı. *Eğitim Kuram ve Uygulama Araştırmaları Dergisi*, 2(1), 20-29.
- Keyes CLM, Shmotkin D, Ryff, CD (2002) Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 1007–1022. DOI:10.1037/0022-3514.82.6.1007
- Kılıçgil E, Bilir P, Özdiñç Ö, Eroğlu K, Eroğlu B (2009). İki farklı üniversitenin beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin iletişim becerilerinin değerlendirilmesi. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 7(1), 19-28. Erişim Adresi: dergipark.org.tr/en/download/article-file/602609

- Kılıç M, Karakuş Ö (2015). Üniversite öğrencilerinin sosyal görünüş kaygıları ile benlik saygıları ve yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya, Türkiye.
- Kılıç S (2013). Örnekleme yöntemleri. *Journal of Mood Disorders*, 3(1), 44-6. Doi:10.5455/jmood.20130325011730.
- Kılıç V (2002). Dilin İşlevleri ve İletişim: Dilbilim Açısından Kuramsal Bir Çalışma. İstanbul: Papatya Bilim Yayınevi.
- Kıssal A, Kaya M, Koç M (2016). Hemşirelik ile beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin iletişim beceri düzeyleri ve etkileyen faktörlerin değerlendirilmesi. *Acıbadem Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, Erişim Adresi: journal.acibadem.edu.tr/tr/pub/issue/61313/914401
- Koç B, Terzi Y, Gül A (2015). Üniversite öğrencilerinin iletişim becerileri ile kişilerarası problem çözme becerileri arasındaki ilişki. *Uluslararası Türkçe Edebiyat Kültür Eğitim (TEKE) Dergisi*, 4(1), 369-390.
- Koçyiğit M, Erdoğan M, Mustafa U, Çınar M (2018). Üniversite Öğrencilerinin Rekreatif Etkinliklerle Sosyalleşme Düzeylerinin İletişim Becerileri Ve Duygusal Zekâları Üzerine Etkisi. *Gümüşhane Üniversitesi İletişim Fakültesi Elektronik Dergisi*, 6(2), 966-988. Erişim Adresi: dergipark.org.tr/en/download/article-file/558775
- Korkmaz M, Tuna U (2020). Fitness yapan bireylerin benlik saygısı, sosyal görünüş kaygısı ve sosyalleşme düzeyleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Spor Eğitim Dergisi*, 4(3), 1-18.
- Korkut F (1996). İletişim becerileri değerlendirme ölçeğinin geliştirilmesi: Güvenirlilik ve geçerlik çalışmaları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(7), 18-23. Erişim Adresi: dergipark.org.tr/en/pub/tpdrd/issue/21427/229793
- Koser İ E, Barut Y (2020). Üniversite Öğrencilerinin İletişim Becerileri, Problem Çözme Becerileri ve Bağlanma Stilleri İlişkisi. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 15(23), 1765-1789.
- Koskina A, Van den Eynde F, Meisel S et al. (2011). Social appearance anxiety and bulimia nervosa. *Eat Weight Disord* 16, e142–e145, doi:10.1007/BF03325321.
- Köse M (2020). Bireylerin spor yapma durumlarına göre kişilik tipleri ve psikolojik iyi oluş düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. (Master's thesis) Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Niğde, Türkiye. *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, Doi:194.27.42.91/xmlui/handle/11480/7652

- Kuyumcu B (2012). Türk ve İngiliz üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi oluş duygusal farkındalık ve duygularını ifade etmelerinin ülke ve cinsiyet değişkenlerine göre incelenmesi. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 14(2), 1-24. Erişim Adresi: www.ajindex.com/dosyalar/makale/acarindex-1423880026.pdf
- MEB (2017). Öğretmenlik mesleği genel yeterlikleri. Ankara. Erişim adresi: http://oygm.meb.gov.tr/meb_iys_dosyalar/2017
- Milli M S, Yağcı U (2017). Öğretmen adaylarının iletişim becerilerinin incelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17(1)
- Navarro J (2008). *Beden Dili*, (Çevirmen: Taylan Taftaf), Alfa Yayıncılık.
- Ocak G, Erşen ZB (2015). Öğretmen adaylarının iletişim becerileri algılarının incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (33), 1-19.
- Özdemir O, Özşaker M, Ersöz G (2016). Serbest Zaman Etkinliği Olarak Egzersiz Yapan Üniversite Öğrencilerinde Güdüsel Yönelim Ve Psikolojik İyi Oluş İlişkisi. *Turkish International Journal of Special Education and Guidance & Counseling*, 5(2), 13-22.
- Özen Y, Gülaçtı F (2012). Öğretmen Adaylarının Sosyal Beceri Ve Psikolojik İyi Oluş Düzeylerinin İncelenmesi. *UHBAB*, 1(1).
- Özerbaş M A, Bulut M (2007). Öğretmen Adaylarının Algıladıkları İletişim Becerisi Düzeylerinin İncelenmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8(1), 123-135. Erişim Adresi: dergipark.org.tr/en/download/article-file/1495939
- Özmen T (2020). Proaktif kişiliğin sporcuların psikolojik iyi oluş düzeyine etkisi (Yayınlanmamış Yüksek Lisans tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul, Türkiye.
- Özşaker M (2013). Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin İletişim Becerileri ve Benlik Saygılarının Değerlendirilmesi. *International Journal of New Trends in Arts, Sports & Science Education*, 2 (3).
- Pehlivan K B (2005). Öğretmen adaylarının kişisel algıları doğrultusunda bir çalışma. *İlköğretim Çevrimiçi*, 4 (2).
- Pelit E, Karaçor M, Kılıç İ (2018). Duygusal zekânın iletişim becerilerine etkisi: turizm öğrencileri üzerinde bir araştırma. *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 20 (1), 85-107. Erişim Adresi: dergipark.org.tr/en/download/article-file/483621
- Piji Küçük D (2012). Müzik Öğretmenliği Anabilim Dalı Öğrencilerinin İletişim ve Problem Çözme Becerileri. *Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi (GEFAD)*, 32(1), 33-54.

- Ryff C D, Keyes, C L M (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of personality and social psychology*, 69(4), 719. Erişim Adresi: psycnet.apa.org/doiLanding?doi=10.1037/0022-3514.69.4.719
- Ryff C D, Singer B (1996). Psychological well-being: Meaning, measurement, and implications for psychotherapy research. *Psychotherapy and psychosomatics*, 65(1), 14-23. Erişim Adresi: www.karger.com/Article/Abstract/289026
- Ryff CD (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological wellbeing. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1069–1081.
- Saracaloğlu A S, Özkütük N, Silkü A (2001). Üniversite öğrencilerinin iletişim becerileri. X. Ulusal Eğitim Bilimleri Kongresi, 7-9.
- Saracaloğlu, A S, Yenice N, Karasakaloğlu Ö (2009). Öğretmen Adaylarının İletişim ve Problem Çözme Becerileri ile Okuma İlgi ve Alışkanlıkları Arasındaki İlişki (s. 167-185). *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6 (2), 187-206. Erişim Adresi: dergipark.org.tr/en/download/article-file/146319
- Schimmack U, Radhakrishnan P, Oishi S, Dzokoto V, Ahadi S (2002). Culture, personality, and subjective well-being: Integrating process models of life satisfaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(4), 582–593.
- Shao AT (2002). *Marketing Research: An Aid to Decision Making*, Cincinnati, Ohio: South-Western/Thomson Learning.
- Sun X, Chan D W, Chan L (2016). Self-compassion and psychological wellbeing among adolescents in Hong Kong: exploring gender differences. *Personal Individual Differ*. 101, 288–292. doi: 10.1016/j.paid.2016.06.011
- Sungur S A (2018). Üniversite öğrencilerinin iletişim becerileri algısı ile kişilerarası ilişki boyutları arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi. *Selçuk İletişim*, 11(2), 126-138. Erişim Adresi: dergipark.org.tr/en/download/article-file/504814
- Tekeli Ş C (2017). Beden eğitimi ve spor öğretmeni adayları ile diğer öğretmen adaylarının sosyal görünüş kaygısı ve akademik öz-yeterlik düzeylerinin karşılaştırılması (Yayınlanmamış Yüksek Lisans tezi) Bartın Üniversitesi, Bartın, Türkiye.
- Telef B B (2013). Psikolojik iyi oluş ölçeği: Türkçeye uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28(28-3), 374-384.
- Telef B B, Uzman E, Ergün E (2013). Öğretmen Adaylarında Psikolojik İyi Oluş ve Değerler Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Electronic Turkish Studies*, 8(12).

- Tepeköylü Ö, Soytürk M, Çamlıyer H (2009). Beden eğitimi ve spor yüksekokulu (BESYO) öğrencilerinin iletişim becerisi algılarının bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 7(3), 115-124.
- Tepeköylü Öztürk Ö, Soytürk M, Ada Daşdan EN, Çamlıyer H. (2011). Üniversite takımlarında sporcu olan öğrencilerle spor yapmayan öğrencilerin iletişim becerisi düzeylerinin karşılaştırılması. *Spor Bilimleri Dergisi*, 22(2), 43-53.
- Turgut M, Kutlu G, Mut S (2018). Sağlık Yönetimi Bölümü Öğrencilerinin İletişim Becerileri ile Sosyal Medya Kullanımları Arasındaki İlişkinin Belirlenmesi. *İşletme Bilimi Dergisi*, 6(1), 185-205. DOI: 10.22139/jobs Erişim Adresi: dergipark.org.tr/en/download/article-file/461388
- Uçar E (2018). Psikolojik iyi oluş yordayıcısı olarak dindarlık, evlilik doyumu ve problem çözme (Master's thesis). İstanbul Ticaret Üniversitesi, İstanbul, Türkiye.
- Ulukan H, Kartal A, Zengin S, Abanoz E, Parlak N (2017). Spor yapan ve yapmayan üniversite öğrencilerinin iletişim düzeylerinin incelenmesi. *Journal of Human Sciences*, 14(3), 2317-2325.
- Uygun K, Arıkan A (2019). Sosyal Bilgiler Öğretmen Adaylarının İletişim Becerilerinin İncelenmesi. *Uluslararası Türkçe Edebiyat Kültür Eğitim (TEKE) Dergisi*, 8(4), 2256-2281. Erişim Adresi: dergipark.org.tr/en/download/article-file/908425
- Yılmaz E, Aktuğ S (2011). Uzaktan eğitimde çevrimiçi ders veren öğretim elemanlarının uzaktan eğitimde etkileşim ve iletişim üzerine görüşleri. *M. Akgül vd.(Ed.), Akademik Bilişim*, 501-512.
- Yüceant M, Ünlü H, Balanlı O F (2019). Üniversitelerin spor yöneticiliği bölümünde öğrenim gören öğrencilerin pozitif ve negatif duygularının farklı değişkenler açısından incelenmesi. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 10(1), 69-80. Erişim Adresi: dergipark.org.tr/en/pub/omuspd/article/427243
- Zümbül S (2019). Öğretmen adaylarının psikolojik iyi oluş düzeylerinde bilinçli farkındalık ve affetmenin yordayıcı rolleri. *Ege Eğitim Dergisi*, 20(1), 20-36.

EKLER

Ek 1: ETİK KURUL ONAYI

MUĞLA SITKI KOÇMAN ÜNİVERSİTESİ
TIP VE SAĞLIK BİLİMLERİ ETİK KURULU - 2 (SPOR,SAĞLIK) KARARI

Protokol No : 210022

Karar No : 24

Araştırma Yürütücüsü	Yüksek Lisans Öğrencisi Gökhan İRHAN
Kurumu / Birimi	MUĞLA SITKI KOÇMAN ÜNİVERSİTESİ / BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANA BİLİM DALI
Araştırmanın Başlığı	Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmeni Adaylarının Psikolojik İyi Oluşları İle Sosyal Görünüş Kaygılarının İletişim Becerilerine Etkisi: Muğla Örneği
Başvuru Formunun Etik Kurula Geldiği Tarih	26.10.2021
Başvuru Formunun Etik Kurulda İncelendiği Tarih	İlk İnceleme Tarihi : 02.11.2021 1. Düzeltme Tarihi : 27.11.2021
Karar Tarihi	05.12.2021

KARAR : **UYGUNDUR**

AÇIKLAMA :Beyan edilen veri formlarının dışına çıkılmaması şartıyla araştırmanın uygulanabilirliği konusunda bilimsel araştırmalar etiği açısından bir sakınca yoktur.

Prof.Dr. MEDİA SUBAŞI BAYBUĞA
Başkan

Doç. Dr. Ayşe KACAROĞLU VİCDAN
Üye

Prof.Dr. Baki Umut TUĞAY
Üye

Prof.Dr. Süleyman Murat YILDIZ
Üye

Doç.Dr. Gönül BABAYİĞİT İREZ
Üye

Doç.Dr. Şeyda KIVRAK
Üye

Doç. Dr. Halil Evren ŞENTÜRK
Üye

Bu belge elektronik imza ile imzalanmıştır.
Doğrulama adresi <https://etikkurulbasvuru.mu.edu.tr/dogrulama/WLAY3471>



Ek 2: KURUM İZİN ONAYI



T.C.
MUĞLA SITKI KOÇMAN ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Spor Bilimleri Fakültesi Dekanlığı

Sayı : E-54825672-302.14-347270
Konu : Tez İşleri

26.10.2021

İLGİLİ MAKAMA

İlgi : Gökhan İRHAN'ın 26.10.2021 tarihli dilekçesi

Adı geçen öğrencinin ilgi dilekçesinde belirtilen talebi uygun görülmüştür.

Bilgilerinizi ve gereğini arz/rica ederim.

Prof. Dr. Özcan SAYGIN
Dekan

Ek: Gökhan İRHAN (Dilekçe)

Bu belge güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Belge Doğrulama Kodu: EKHW27-RB2LPF

Belge Doğrulama Adresi: <https://ebds.mu.edu.tr>

MUĞLA SITKI KOÇMAN ÜNİVERSİTESİ SPOR BİLİMLER FAKÜLTESİ KÖTEKLİ
KAMPÜSÜ KÖTEKLİ/MENTEŞE/ MUĞLA
Telefon No: (0252) 211-1951 / Faks No: (0252) 211-1933
e-Posta: sporbilimleri@mu.edu.tr İnternet Adresi: <http://www.sporbilimleri.mu.edu.tr/>
Kep Adresi: muglaskuniversitesi@hs01.kep.tr

Bilgi için: Yılmaz ÇİMEN
Bilgisayar İşletmeni
Telefon No: 02522113198



Ek 3: FORMLAR (VERİ / KAYIT FORMLARI / ANKET FORMLARI / vb.)

Sevgili Beden Eğitimi ve Spor Öğretmeni Adayı

"Beden Eğitimi ve Spor Öğretmeni Adaylarının Psikolojik İyi Oluşları ile Sosyal Görünüş Kaygılarının İletişim Becerilerine Etkisi: Muğla Örneği" adlı çalışma Gökhan İRHAN tarafından gerçekleştirilecektir. Araştırma beden eğitimi ve spor öğretmen adaylarının psikolojik iyi oluş durumları ile sosyal görünüş kaygılarının iletişim becerilerine etkisinin incelenmesi amacıyla planlanmıştır. Bu araştırmaya katılmak gönüllülük esasına dayanmaktadır. Çalışmaya katılmayı kabul ettikten sonra veri toplama formunu doldurmaya başlamış olsanız bile istemediğiniz takdirde çalışmaya katılmaktan vazgeçebilirsiniz. Formu eksiksiz doldurup araştırmacıya vermiş olmanız/göndermeniz çalışmaya katılma konusunda gönüllü olduğunuz anlamına gelmektedir. Sizden elde edilen tüm bu bilgiler bilimsel bir araştırmada kullanılacaktır. Araştırma sonuçları kimlik belirtecek herhangi bir isim ya da işaret içermeyecektir. Bu araştırmada sizinle ilgili tutulan tüm kayıtlar gizli kalacaktır. Bu nedenle soruların tümüne doğru ve eksiksiz yanıt vermeniz büyük önem taşımaktadır. Çalışma formu 3 bölüme ayrılmıştır. Anketi tamamlamak yaklaşık 10 dk. zamanınızı alacaktır. Çalışma ile ilgili herhangi bir sorunuz olduğunda aşağıda iletişim bilgileri yer alan sorumlu araştırmacı Gökhan İRHAN ile çekinmeden iletişime geçebilirsiniz. Çalışmamız için zaman ayırarak bilim dünyasına verdiğiniz katkı için teşekkürler...

Sorumlu Araştırmacının
Unvanı, Adı Soyadı: Gökhan İRHAN
Telefon Numarası: 530 114 99 23
Mail: gokhanirhan.edu@gmail.com

YAŞINIZ: ☐ 17-19 ☐ 20-22 ☐ 23-25 ☐ 26-28 ☐ 29 ve üstü
CİNSİYETİNİZ: ☐ Kadın ☐ Erkek
SINIF : ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 4+
SPOR BRANŞI: ☐ Yok ☐ Bireysel spor ☐ Takım sporu
DÜZENLİ SPOR YAPIYOR MUSUNUZ (Haftada En Az Üç Gün-Günde En Az 1,5 Saat) ☐ Evet ☐ Hayır
ANNE EĞİTİM DÜZEYİ: ☐ Yok ☐ İlk ☐ Orta ☐ Lise ☐ Üniversite ☐ Lisansüstü
BABA EĞİTİM DÜZEYİ: ☐ Yok ☐ İlk ☐ Orta ☐ Lise ☐ Üniversite ☐ Lisansüstü
AİLE SOSYO-EKONOMİK DÜZEYİNİZ (GELİR):
☐ Düşük (> 3.000 TL) ☐ Orta (3000-9000 TL) ☐ Yüksek (< 9100 TL)
GÜNCEL GENEL NOT ORTALAMANIZ (GNO):
HERHANGİ BİR ENSTRÜMANI İYİ DÜZEYDE ÇALABİLİYOR MUSUNUZ? ☐ Evet ☐ Hayır
CEVABINIZ EVET İSE HANGİ ENSTRÜMAN:

SGKÖ	Hiç Uygun Değil	Uygun Değil	Biraz Uygun	Uygun	Tamamen Uygun
1 Dış görünüşümle ilgili kendimi rahat hissedirim.	1	2	3	4	5
2 Fotoğrafım çekilirken kendimi gergin hissedirim.	1	2	3	4	5
3 İnsanlar doğrudan bana baktıklarında gerilirim.	1	2	3	4	5
4 İnsanların görünüşümden dolayı benden hoşlanmayacakları konusunda endişelenirim.	1	2	3	4	5
5 Yanlarında olmadığım zamanlarda insanların, görünüşümle ilgili kusurlarımı konuşacaklarından endişelenirim.	1	2	3	4	5
6 Görünüşümden dolayı insanların benimle beraber vakit geçirmek istemeyeceklerinden endişelenirim.	1	2	3	4	5
7 İnsanların beni çekici bulmamalarından korkarım.	1	2	3	4	5
8 Görünüşümün yaşamımı zorlaştıracağından endişe duyarım.	1	2	3	4	5
9 Karşıma çıkan fırsatları görünüşümden dolayı kaybetmekten kaygılanırım.	1	2	3	4	5
10 İnsanlarla konuşurken görünüşümden dolayı gerginlik yaşarım.	1	2	3	4	5
11 Diğer insanlar görünüşümle ilgili bir şey söylediklerinde kaygılanırım.	1	2	3	4	5
12 Dış görünüşümle ilgili başkalarının beklentilerini karşılayamamaktan endişeleniyorum.	1	2	3	4	5
13 İnsanların görünüşümü olumsuz olarak değerlendirecekleri konusunda endişelenirim.	1	2	3	4	5

14	Diğer insanların görünüşündeki bir kusurun farkına vardıklarını düşündüğümde kendimi rahatsız hissedirim.	1	2	3	4	5
15	Sevdiğim kişinin görünüşünden dolayı beni terk edeceğinden endişe duyuyorum.	1	2	3	4	5
16	İnsanların görünüşünün iyi olmadığını düşünmelerinden endişeleniyorum.	1	2	3	4	5

İBDÖ						
① Hiçbir zaman	② Nadiren	③ Bazen	④ Sıklıkla	⑤ Her zaman		
1. İnsanları oldukları gibi kabul ederim.	①	②	③	④	⑤	
2. Düşüncelerimi istediğim zaman anlaşılır biçimde ifade edebilirim.	①	②	③	④	⑤	
3. Başkalarını önyargısız dinlerim.	①	②	③	④	⑤	
4. Yaşadığım olaylardaki duygularımı sözlerimle ve beden dilimle başkalarına iletebilirim.	①	②	③	④	⑤	
5. Karşımdakini dinlerken anlamadığım bir ayrıntı olduğunda konunun açığa kavuşması için sorular sorarım.	①	②	③	④	⑤	
6. Birisi ile iletişim içindeyken sakın bir ses tonuyla konuşurum.	①	②	③	④	⑤	
7. İnsanlara yakın ilgi duyarım.	①	②	③	④	⑤	
8. Diğer insanlarla kolaylıkla sohbet başlatabilirim.	①	②	③	④	⑤	
9. İlişkide bulunduğum kişilerin anlatmak istediklerini dinlemek için onlara zaman ayırırım.	①	②	③	④	⑤	
10. Konuşurken söylediklerimle beden dilimin uyuşmasına dikkat ederim.	①	②	③	④	⑤	
11. Birini dinlerken ne karşılık vereceğimden çok onun ne demek istediğini anlamaya çalışırım.	①	②	③	④	⑤	
12. Konuşmaları dinlerken, içerikle yüz ifadesinin ya da beden duruşunun uyumuna dikkat ederim.	①	②	③	④	⑤	
13. Benimle herhangi bir konuda konuşmayı istemeyen birisini konuşmaya zorlamam.	①	②	③	④	⑤	
14. Başkalarına içtenlikle iltifat ederim.	①	②	③	④	⑤	
15. Başkaları konuşurken yanıt vermeden önce onların sözlerini bitirmelerini beklerim.	①	②	③	④	⑤	
16. Birileriyle konuşurken onları rahatsız edebilecek kadar yakınlığında olmamaya özen gösteririm.	①	②	③	④	⑤	
17. Duygularımı rahatlıkla dile getirebilirim.	①	②	③	④	⑤	
18. Birisini dinlerken söylenenlerin altında yatan duyguları anlayabilirim.	①	②	③	④	⑤	
19. Yüz yüze olmasak da konuştuğum kişinin duygusunu ses tonundan anlayabilirim.	①	②	③	④	⑤	
20. Düşüncelerimi sözel olarak ifade edebilirim.	①	②	③	④	⑤	
21. Birisiyle konuşurken ona yanıt vermeden önce onu doğru anlayıp anlamadığımı yoklarım.	①	②	③	④	⑤	
22. Yazışırken seçilen sözcüklerin de önemli olduğunu aklımda tutarım.	①	②	③	④	⑤	
23. Karşımdakini dinlerken onu anladığımı uygun bir dille ifade ederim.	①	②	③	④	⑤	
24. Birisine bir öneride bulunmadan önce, onun öneri vermeme isteyip istemediğine dikkat ederim.	①	②	③	④	⑤	
25. Eğer karşımdakinin işine yarayacaksa yaşadığım benzer deneyimleri onunla paylaşıyorum.	①	②	③	④	⑤	

Aşağıda katılıp ya da katılamayacağınız 8 ifade vardır. 1–7 arasındaki derecelendirmeyi kullanarak, her bir madde için uygun olan cevabınızı belirtiniz.

	1	2	3	4	5	6	7
	Kesinlikle katılmıyorum	Katılmıyorum	Biraz katılmıyorum	Kararsızım	Biraz katılıyorum	Katılıyorum	Kesinlikle katılıyorum
1. Amaçlı ve anlamlı bir yaşam sürdürüyorum							
2. Sosyal ilişkilerim destekleyici ve tatmin edicidir							
3. Günlük aktivitelerime bağlı ve ilgiliyim							
4. Başkalarının mutlu ve iyi olmasına aktif olarak katkıda bulunurum							
5. Benim için önemli olan etkinliklerde yetenekli ve yeterliyim							
6. Ben iyi bir insanım ve iyi bir hayat yaşıyorum							
7. Geleceğim hakkında iyimserim							
8. İnsanlar bana saygı duyar							

Ölçek Kullanım izni HK.

Gelen kutusu



ben 12:11

alıcı: bakitelefe



Sayın Doç. Dr. Bülent Baki TELEF

Hocam Merhabalar Muğla Sıtkı Koçman
Üniversitesinde Tezli Yüksek lisans yapmaktayım.
İzininiz doğrultusunda geliştirmiş olduğunuz " PSİKOLOJİK İYİ OLMA ÖLÇEĞİ " Tezimde kullanmak
istiyorum.

GÖKHAN İRHAN

Tel:

Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor Bilimleri
Fakültesi

SAYGILAR..



Bulent Baki Telef 12:17

alıcı: ben



Merhabalar,

Ekte ölçeği, geçerlik ve güvenirliğini gönderiyorum.
İyi çalışmalar.

28 Eyl 2021 Sal 12:12 tarihinde Gökhan İRHAN
şunu yazdı:

...

Psikolojik İyi Oluş
Ölçeği, Geçerlik...

W Doküman

Psikolojik iyi oluş
ölçeği Türkçeye...

PDF PDF



ben 12:35
alıcı: tayfun v



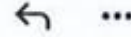
Sayın Doç. Dr. Tayfun DOĞAN
Hocam Merhabalar Muğla Sıtkı Koçman
Üniversitesinde Tezli Yüksek lisans yapmaktayım.
İzininiz doğrultusunda geliştirmiş olduğunuz " "
Sosyal Görünüş kaygısı ölçeği " Tezimde kullanmak
istiyorum.

GÖKHAN İRHAN
Tel: [redacted]
Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sağlık Bilimleri
Enstitüsü

SAYGILAR..



Tayfun Dogan 13:09
alıcı: ben v



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

04.10.2021, 12:35, "Gökhan İRHAN"

Prof. Dr. Tayfun Doğan
Biruni Üniversitesi
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık A.B.D

5.10.2021 09:06

Re: İletişim Becerileri ölçeği kullanım izni hk.

Fidan KORKUT ·

4.10.2021 (Pzt) 18:21

Kime Fatma İlker KERKEZ <

2 ekin (643 KB)

İBO maddeleri ve anahtar.docx; İBO 5000013912-5000092126-1-PB.pdf;

Merhabalar hocam,

Öğrenciniz tezinde beden eğitimi öğrencilerinin iletişim becerilerini ölçmek amacıyla İletişim Becerileri Ölçeği'ni kullanabilir. Ekte ölçek ve alt boyutlarına ilişkin anahtar bulunmaktadır. Ayrıntılı bilgileri eklediğim makaleden bulabilirsiniz.

Kolaylıklar dilerim
Fidan Korkut Owen, Prof. Dr.

From: Fatma İlker KERKEZ <
Sent: Monday, October 4, 2021 3:30 AM
To: Fidan KORKUT <
Subject: İletişim Becerileri ölçeği kullanım izni hk.

Sayın Korkut

2014 tarihli İletişim Becerileri ölçeğinizi Yüksek lisans öğrencimin tez çalışmasında kullanmak üzere onayınıza ihtiyacımız vardır.

Onay vermeniz durumunda ölçeği ve değerlendirme yöntemi iletirseniz seviniriz.

Tez Başlığı: Beden Eğitimi Öğretmen Adaylarının Psikolojik İyi Oluşları ile Sosyal Görünüş Kaygılarının İletişim Becerilerine Etkisi olarak düşünülmektedir.

Teşekkür eder çalışmalarınızda kolaylıklar dilerim.

Doç. Dr. Fatma İlker KERKEZ
Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi
Spor Bilimleri Fakültesi
Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü
Kötekli-Muğla

<https://mail.mu.edu.tr/owa/?path=/mail/inbox>

1/2

5.10.2021 09:06

Ek 4: ÖZ GEÇMİŞ

Adı Soyadı : Gökhan İRHAN
Yabancı Dili : İngilizce
Eğitim Durumu (Kurum ve Yıl) :
Lise : Canip Baysal Anadolu Lisesi
Lisans : Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi Beden
Eğitimi ve Spor Öğretmenliği / 2020

Yüksek Lisans : MSKÜ Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden
Eğitimi ve Spor ABD Tezli Yüksek lisans

Çalıştığı Kurum / Kurumlar ve : Menteşe İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü-2021
Yıl
Yayımları (SCI ve diğer) :
Diğer Konular :