

**T.C.
AMASYA ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANA BİLİM DALI**

**TOKAT İLİ ERBAA İLÇESİNDE SPOR YAPAN VE YAPMAYAN
ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN ÖZSAYGI DÜZEYLERİNİN
ARAŞTIRILMASI**

Yüksek Lisans Tezi

Murat ÖZER

**AMASYA
Haziran-2019**

**T.C.
AMASYA ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANA BİLİM DALI**

**TOKAT İLİ ERBAA İLÇESİNDE SPOR YAPAN VE YAPMAYAN
ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN ÖZSAYGI DÜZEYLERİNİN
ARAŞTIRILMASI**

**Hazırlayan
Murat ÖZER**

**Danışman
Dr. Öğr. Üyesi İlknur YAZICILAR ÖZÇELİK**

AMASYA-2019



Oğlum Rüzgar ÖZER'e

ETİK BEYAN

Tezimin içerdığı yenilik ve sonuçları başka bir yerden almadığımı ve bu tezi AÜ Sağlık Bilimleri Enstitüsünden başka bir bilim kuruluşuna akademik gaye ve unvan almak amacıyla vermediğimi; tez içindeki bütün bilgilerin etik davranış ve akademik kurallar çerçevesinde elde edilerek sunulduğunu, ayrıca tez yazım kurallarına uygun olarak hazırlanan bu çalışmada kullanılan her türlü kaynağa eksiksiz atıf yapıldığını, bu tezde sunduğum çalışmanın özgün olduğunu bildirir, aksinin ortaya çıkması durumunda aleyhime doğabilecek tüm hak kayıplarını kabullendiğimi beyan ederim./.../2019

İmza
Murat ÖZER

TEZ ONAY SAYFASI

Murat ÖZER tarafından hazırlanan Tokat İli Erbaa İlçesinde Spor Yapan ve Yapmayan Ortaokul Öğrencilerinin Özsaygı Düzeylerinin Araştırılması başlıklı bu çalışma aşağıdaki jüri tarafından oy birliği/oy çokluğu ile (Savunma Sınavı Tarihi) tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda Amasya Üniversitesi Sağlık Bilimler Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı Bilim Dalı'nda Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

Jüri

İmza

Danışman: Dr. Öğr. İlknur YAZICILAR ÖZÇELİK _____

Üye : _____

Üye : _____

ONAY

Yukarıdaki imzaların adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım. __/__/__

.....

Unvan Adı SOYADI

ÖZET

TOKAT İLİ ERBAA İLÇESİNDE SPOR YAPAN VE YAPMAYAN ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN ÖZSAYGI DÜZEYLERİNİN ARAŞTIRILMASI

Murat ÖZER

Amasya Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü
Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Yüksek Lisans, Haziran, 2019
Danışman: Dr. Öğr. Üyesi İlknur YAZICILAR ÖZÇELİK

Bu çalışmanın amacı, ortaokul öğrencilerinin özsaygı düzeylerini, spor yapma (lisanslı, serbest zaman değerlendirmek için) ve yapmama, cinsiyet, yaş, spor yapma amacı, spor branşı ve haftalık egzersiz sıklığı değişkenleri açısından araştırmaktır.

Çalışmaya 2018-19 öğretim yılında Tokat ili Erbaa ilçesindeki ortaokullarda öğrenim gören 1045 ($N_{kadın}:541$, $N_{erkek}:504$) öğrenci katılmıştır. Araştırma verilerini elde etmek amacıyla, kişisel bilgi formu ve Pişkin (1996) tarafından Türkçeye uyarlanan Coopersmith Özsaygı Envanteri kullanılmıştır. Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistikler, bağımsız gruplarda t-testi, tek yönlü varyans analizi ve LSD Post Hoc. Testleri kullanılmıştır.

Araştırmanın analiz sonuçlarına göre, lisanslı (okul takımlarında), lisanssız (serbest zaman değerlendirmek için) spor yapma ve spor yapmama değişkeni ile “genel özsaygı, sosyal özsaygı ve akademik özsaygı” düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur. Cinsiyet değişkeni ile “genel özsaygı ve sosyal özsaygı” düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur. Yaş değişkeni ile “sosyal özsaygı, ev aile özsaygısı ve akademik özsaygı” düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur. Genel olarak spor yapma-yapmama değişkeni ile “genel özsaygı ve akademik özsaygı” düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur. Spor yapma amacı değişkeni ile “genel özsaygı, sosyal özsaygı ve akademik özsaygı” düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur. Spor branşı değişkeni ile “genel özsaygı ve akademik özsaygı” düzeyleri arasında ve haftalık egzersiz sıklığı ile “akademik özsaygı” düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur ($p<0,05$). Buna karşın, lisanslı (okul takımlarında), lisanssız (serbest zaman değerlendirmek için) spor yapma ve spor yapmama değişkeni ile “ev-aile özsaygısı” düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur. Cinsiyet değişkeni ile “ev-aile özsaygısı ve akademik özsaygı” düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur. Yaş değişkeni ile “genel özsaygı düzeyi” arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur. Genel olarak spor yapma-

yapmama değişkeni ile “sosyal özsaygı ve ev-aile özsaygısı” düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur. Spor yapma amacı değişkeni ile “ev-aile özsaygısı” düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur. Spor branşı değişkeni ile “sosyal özsaygı ve ev-aile özsaygısı” düzeyi arasında ve haftalık egzersiz sıklığı ile “genel özsaygı, sosyal özsaygı ve ev-aile özsaygısı” arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur ($p>0,05$).

Sonuçta araştırmadan elde edilen bulgulara dayanarak, lisanslı spor yapmanın ve serbest zaman değerlendirmek için spor yapmanın, cinsiyetin, takım sporları branşlarında yer almanın ve haftalık egzersiz sıklığının iki gün ve daha fazla olmasının öğrencilerin özsaygı düzeylerinin yükselmesinde etkisi olduğu söylenebilir.

Anahtar kelimeler: Spor, Özsaygı, Ortaokul öğrencisi.

ABSTRACT

A RESEARCH OF THE SELF-ESTEEM LEVELS OF SPORTING AND NON-SPORTING SECONDARY SCHOOL STUDENTS IN ERBAA DISTRICT OF TOKAT PROVINCE

Murat ÖZER

Amasya University Institute of Health Sciences
Department of Physical Education and Sports, Master's Degree, June, 2019
Advisor: Asst. Prof. İlknur YAZICILAR ÖZÇELİK

The aim of this study is to investigate the self-esteem levels of secondary school students in terms of the variables of doing sports or not (licensed or free time activity) gender, age, the aim of doing sports, the branch of the sport and weekly exercise frequency.

The study included 1045 (N_{female} : 541, N_{male} : 504) students from secondary schools in Erbaa district of Tokat province in 2018-19 academic year. In order to obtain the research data, personal data form and Coopersmith Self-Esteem Inventory adapted to Turkish by Pişkin (1996) were used. In the analysis of the data, descriptive statistics, t-test in independent groups, one-way analysis of variance and LSD Post Hoc Tests were used.

According to the results of the study, a statistically significant difference was found between the variables of doing licensed (in school teams), unlicensed (to spend leisure time)sports and "general self-esteem, social self-esteem and academic self-esteem" levels. A statistically significant difference was found between the variables of gender and "general self-esteem and social self-esteem levels". A statistically significant difference was found between the variables of age and "social self-esteem, home-family self-esteem and academic self-esteem". A statistically significant difference was found between the variables of the fact of doing sport or not generally and "the levels of general self-esteem and academic self-esteem". A statistically significant difference was found between the level of sporting and "general self-esteem, social self-esteem and academic self-esteem levels" ($p < 0,05$). On the other hand, there is no statistically significant difference between the variables of doing licensed (in school teams) and unlicensed(to spend leisure time) sports and "home-family self esteem". There is no statistically significant difference between gender and "home-family self-esteem and level of academic self-esteem". There is no statistically significant difference between age and "general level of self-esteem". There is no statistically significant difference between the variable of "doing sport or not in general" and the level of social self-esteem and home-family self-esteem. There is no statistically

significant difference between the aim of “doing sports and the level of-home-family self-esteem”. Moreover; there is no statistically significant difference between the variable of sports branch and “social self-esteem and home-family self-esteem” level, and between the weekly exercise frequency and “general self-esteem, social self-esteem and home-family self-esteem” ($p>0,05$).

As a result, based on the findings of the study, it can be said that doing licensed sports and doing sports to spend leisure time, gender, taking part in team sports branches and weekly exercise frequency (two days or more) have an effect on increasing self-esteem levels of students.

Keywords: Sports, Self-Esteem, Secondary school student.

ÖN SÖZ

Spor ve özsaygı (benlik saygısı) insanları etkileyen çok önemli olgulardır. Bu sebeple bu olgular üzerinde birçok araştırma yapılmıştır. Spor en eski çağlardan itibaren birçok sebep ve şekillerde insanların hayatıyla iç içe olmuştur. Spor sağlık, eğlence, iş ve farklı sebeplerle insanlar tarafından günümüze kadar sürdürülmüş ve gelecekte de devam edecektir. Sporun hem psikolojik hem fiziksel hem de maddi yönden insana birçok faydası vardır. Özsaygı (benlik saygısı) ise öncelikle ailede başlayan, insanın tüm hayatı boyunca davranışlarını ve yaşantısını etkileyen önemli bir olgudur. Özsaygısı yüksek insanların kendine ve hayata bakışları olumlu, özsaygısı düşük insanların kendine ve hayata bakışları olumsuzdur. Bu nedenle spor ve özsaygı hayatın her alanında olduğu gibi eğitim alanında da eğitim-öğretimin ayrılmaz ve etkili bileşenlerindedir. Bu bakımdan geleceği inşa edecek öğrencilerimiz üzerinde bu araştırmanın yapılması kayda değer görülmüştür.

Murat ÖZER

TEŞEKKÜR

“Tokat İli Erbaa İlçesinde Spor Yapan ve Yapmayan Ortaokul Öğrencilerinin Özsaygı Düzeylerinin Araştırılması” konulu çalışmaya beni yönlendiren ve çalışmamın her safhasında yardımcı olan hocam Dr. Öğrt. Üyesi İlknur YAZICILAR ÖZÇELİK’e sonsuz teşekkürlerimi ve saygılarımı sunarım. Tezin veri toplama sürecinde yardımlarını esirgemeyen Tokat ili Erbaa ilçesi beden eğitimi öğretmenlerine ve öğrencilerine, tezin bazı aşamalarında bana yardımcı olan mesai arkadaşlarıma da bir kez daha teşekkür ederim. Son olarak, çalışmamın her aşamasında anlayış ve sabrından dolayı sevgili eşime ve çocuğuma da teşekkürü borç bilirim.



İÇİNDEKİLER

ÖZET.....	i
ABSTRACT	iii
ÖN SÖZ.....	v
TEŞEKKÜR	vi
İÇİNDEKİLER.....	vii
TABLolar DİZİNİ	ix
SİMGELER DİZİNİ.....	x
KISALTMALAR DİZİNİ	xi

I. BÖLÜM

1. GİRİŞ.....	1
1.1. Problem Durumu.....	2
1.2. Problem Cümlesi	3
1.3. Araştırmanın Amacı	3
1.4. Araştırmanın Gerekçesi ve Önemi.....	4
1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları	5
1.6. Araştırmanın Varsayımları	5
1.7. Tanımlar.....	5

II. BÖLÜM

2. KURAMSAL ÇERÇEVE	7
2.1. Özsaygı (Benlik Saygısı)	7
2.2. Özsaygı Çeşitleri.....	7
2.3. Özsaygının Önemi	8
2.4. Spor	9
2.5. Spor Özsaygı İlişkisi	9
2.6. İlgili Araştırmalar	9

III. BÖLÜM

3. YÖNTEM	11
3.1. Araştırma Modeli.....	11
3.2. Çalışma Grubu.....	11
3.3. Verilerin Toplanması.....	13
3.4. Veri Toplama Araçları	13
3.5. Verilerin Analizi	15

IV. BÖLÜM

4. BULGULAR	16
-------------------	----

V. BÖLÜM

5. TARTIŞMA	24
-------------------	----

VI. BÖLÜM

6. SONUÇ VE ÖNERİLER	29
6.1. Sonuçlar.....	29
6.2. Öneriler	31
KAYNAKLAR	33
EKLER	38
ÖZGEÇMİŞ	45

TABLULAR DİZİNİ

Tablo 1. Öğrencilerin Cinsiyet ve Yaş Değişkenlerine Ait Tanımlayıcı İstatistikler	12
Tablo 2. Sporla İlgili Değişkenlere Ait Tanımlayıcı İstatistikler	12
Tablo 3. Öğrencilerin Sportif Yarışmalara Katılım (Lisanslı), Serbest Zaman Değerlendirmek İçin Spor Yapma (Lisanssız) ve Spor Yapmama Değişkenleri ile Özsaygı Düzeylerine Ait Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları	16
Tablo 4. Öğrencilerin Özsaygı Düzeyleri ile Spor Yapma-Yapmama Değişkenine Ait T- Testi Analizi Sonuçları	17
Tablo 5. Öğrencilerin Özsaygı Düzeyleri ile Cinsiyet Değişkenine Ait T-Testi Sonuçları ..	18
Tablo 6. Erkek Öğrencilerin Spor Yapıp-Yapmama Değişkenine Ait T-Testi Analiz Sonuçları	18
Tablo 7. Kadın Öğrencilerin Spor Yapıp-Yapmama Değişkenine Ait T-Testi Analiz Sonuçları	19
Tablo 8. Öğrencilerin Özsaygı Düzeyleri ile Yaş Değişkenine Ait Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları	20
Tablo 9. Öğrencilerin Özsaygı Düzeyleri ile Spor Yapma Amacı Değişkenine Ait T-Testi Sonuçları	21
Tablo 10. Öğrencilerin Özsaygı Düzeyleri ile Spor Branşına Ait T-Testi Sonuçları	21
Tablo 11. Öğrencilerin Özsaygı Düzeyleri ile Haftalık Egzersiz Sıklığı Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları	22

SİMGELER DİZİNİ

% : Yüzde

\bar{X} : Aritmetik Ortalama



KISALTMALAR DİZİNİ

- f** : Frekans
LSD : Least Significant Difference
n : Denek sayısı
p : Anlamlılık Düzeyi
ss : Standart Sapma
sd : Serbestlik Derecesi
SPSS : Statistical Package for the Social Sciences
t : T Değeri (t-testi Değeri)
vd. : Ve diğerleri

I. BÖLÜM

1. GİRİŞ

Spor, kişinin yeteneği çerçevesinde belli kurallar dahilinde, aletli veya aletsiz, bireysel ya da takım halinde mücadele ve birlikteliğe dayalı kültürel bir olgudur (Yıldız, 2009).

Spor sözcüğü İngilizcenin katkısıyla dünyaya yayılmış olsa da İngilizce bir sözcük değildir. Latince “ayırarak” kelimesinin değişime uğramasıyla ortaya çıkmıştır. Bu haliyle kullanılan kelime zaman içerisinde değişmeye devam etmiş, on yedinci asırdan sonra da “Sport” şeklinde kullanılmıştır. Türk diline ise, uluslararası dil etkileşimiyle “Sport” sözcüğünü, okunduğu gibi “spor” şeklinde kullanmıştır (Atasoy ve Kuter, 2005).

Günümüzde spor ve insan hayatı birbirinden ayrılmaz hale gelmiştir. Bu sebeple hangi yaşta olursa olsun, bilimsel esaslara dayalı, bilinçli ve düzenli yapılan spor, insanın bütün hayatı boyunca sağlıklı, uyumlu, başarılı, mutlu olmasına yarar ve gücün yüksek seviyede kalmasında etkili olur. Bu durumda, sporun yaygınlaştırılması gerekli görülmektedir (Atasoy ve Kuter, 2005).

Spor, kişilerin yaşamında olumlu gelişmelere etki ederken toplumun da sağlıklı bir bünyeye kavuşmasında, diğer toplumsal kuruluşlarla bağlantı kurarak toplumun bütünlüğü, uygarlaşması, tanınması ve gelişmesine etki eden toplumsal bir olgudur. Bu bağlamda, sporun kişi ve toplum yaşamındaki toplumsal işlevlerinin ortaya koyulabilmesi, amaçlarının gerçekleştirilmesi için sporun toplumsal taraflarının araştırılmasına gereksinim vardır (Yetim, 2000).

Birinci toplumsallaşma süreci aile içinde yaşanmaktadır. Psikolojik ilerlemenin önemli kısmı ailenin rehberliğiyle belirlenir. Spora ilgi gösteren ana-babaların evlatlarını da spora özendirdiklerini belirtmektedir. Aynı çalışmada araştırmacılar ana-babanın eğitim seviyesi yukarı çıktıkça evladını da spora özendirdiklerini saptamışlardır (Özdiñç, 2005).

Kişisel benlik saygısına ve hayat tatmini mesafesindeki amaca, ortaklaşa benlik saygısı yerleştirilerek bir örnek meydana getirilmiş ve bu örnek onaylanmıştır. Ayrıca bu araştırmada, benlik saygısı ve hayat tatmini mesafesinde olumlu yönde bağlantı olduğu saptanmıştır (Türkmen, 2012).

Benlik saygısı, kişinin kendisine ne derecede kıymetli ve önemli baktığıyla ve kendisine yaptığı artı değerlendirmeleri barındırır. Rosenberg’e bakarak, benlik saygısı kendine yönelik pozitif veya negatif bir davranıştır (Altınova ve Adıgüzel, 2012). Coopersmith’e göre benlik saygısı, kişinin ne seviyede üstünde durulması gereken, başarılı,

değerli ve kavrama yeteneği olduğunu gösterir (Zorba, Tekin, Özdağ ve Akçakoyun, 1997). Bireyin kendisine bakış açısı pozitif davranışı ve kişinin kendine gönül vermeyi, kendisini yeterli görmeyi, kişisel ayrıcalığı ile onaylanmayı içine alan benlik saygısı kişinin hayatında rastlayacağı olaylarla mücadele etmede önemli bir birey niteliğidir. Negatif değer biçmek kişinin düşük benlik saygısı edinmesine sebep olur ki bu da kişinin kendisini önemsiz, yetersiz görmesine kadar götürür. Pozitif değer biçmek kişinin ruhsal yönden sağlıklı olmasına kapı açan yüksek benlik saygısına sahip olmayı sağlar (Korkmaz, 2007).

Gergin hayat idraki, kişinin geliştirdiği özsaygı ile bağlantılıdır (Avşaroğlu ve Üre, 2007).

Erken yaşlardan başlayarak bedensel olarak etkin olmak; çocukların bedensel, toplumsal ve bilinçsel olarak kilit rol oynamaktadır (Pehlivan, 2009). Sonuç olarak benlik saygısını başka bir anlamıyla özsaygıyı geliştiren önemli etkenlerden birisinin de sportif etkinliklere katılmak olduğu söylenebilir (Korkmaz, 2007).

Araştırmanın yapılmasını gerektiren araştırmanın problemi, amacı, önemi, varsayımları, sınırlılıkları ve tanımlar bu bölümde yer almaktadır.

1.1. Problem Durumu

Eğitim sistemimiz içinde yer alan liselere geçiş sınavı ve üniversitelere giriş sınavları gibi sınavlardan dolayı, öğrencilerin ortaokula başladığı andan itibaren sürekli ders çalışıp bu sınavlara hazırlanması gerekmektedir. Bu ders çalışma zorunluluğu ve ailelerin çocukları için duydukları gelecek kaygısı nedeniyle, çocuklar hareket etmek, oyun oynamak ve spor yapmak için gerekli zaman bulamamakta var olan zamanlarını da yine sınavlara hazırlanmak için kullanmaktadırlar. Dolayısıyla çocukların kendilerini özgürce ifade edebilecekleri, bu ders çalışma baskısının stresini atabilecekleri oyun ve spor ortamlarından uzak kalmalarının, onların hem fiziksel sağlığını hem de psikolojik sağlıklarını etkilediği düşünülmektedir. Çocuklara yaptırılan spor, beden eğitimi dersleri, egzersizler ve müsabakalar çocukların fiziksel, bilişsel, sosyal ve psikolojik açıdan gelişimlerini etkiler ve onlara yeni bakış açısı kazandırır (Korkmaz, 2007). Sporun çocuğun bedensel ve zihinsel gelişimine çok önemli etkisi olduğu söylenebilir (Togo, 2016). Özsaygı öğrencilerin hayatını olumlu yönde etkileyerek kendine güvenlerini üst seviye çıkarır. Sportif ortamlar ise, özsaygının arttırılabileceği sosyal ortamlardan biri olarak görülebilir. Toplumda ruhsal ve fiziksel yönden sağlıklı bireylere ihtiyaç duyulmaktadır.

1.2. Problem Cümlesi

Sportif yarışmalara katılan (lisanslı), serbest zaman değerlendirmek için spor yapan (lisanssız) ve spor yapmayan ortaokul öğrencilerinin özsaygı düzeyleri arasında anlamlı bir fark var mıdır?

1.2.1. Araştırmanın Alt Problemleri

- Spor yapan (lisanslı sportif yarışmalara katılan ve serbest zaman değerlendirmek için lisanssız) ve spor yapmayan ortaokul öğrencilerinin özsaygı düzeyleri arasında anlamlı bir fark var mıdır?
- Öğrencilerin özsaygı düzeyleri arasında cinsiyete göre anlamlı bir fark var mıdır?
- Spor yapan erkek öğrencilerle spor yapmayan erkek öğrencilerin özsaygı düzeyleri arasında anlamlı bir fark var mıdır?
- Spor yapan kadın öğrencilerle spor yapmayan kadın öğrencilerin özsaygı düzeyleri arasında anlamlı bir fark var mıdır?
- Öğrencilerin yaşlarına göre özsaygı düzeyleri arasında anlamlı bir fark var mıdır?
- Öğrencilerin spor yapma amaçları ile özsaygı düzeyleri arasında anlamlı bir fark var mıdır?
- Öğrencilerin yaptıkları spor branşı ile özsaygı düzeyleri arasında anlamlı bir fark var mıdır?
- Öğrencilerin haftalık egzersiz sıklığı ile özsaygı düzeyleri arasında anlamlı bir fark var mıdır?

1.3. Araştırmanın Amacı

Özsaygının kişilerin hayatını etkileyen ve yön veren çok önemli bir faktör olduğu düşünülmekte ve bununla ilgili birçok bulguya rastlanmaktadır. Olumlu özsaygıya sahip kişilerin hayatta daha üretken ve başarılı olduğu görüşü savunulur (Doğru ve Peker, 2004). Özsaygı günlük hayata uyum sağlamak ve hayatta başarılı olmak için gereklidir. Özsaygısı yüksek bireyler daha yüksek bir psikolojik gelişime sahip olarak topluma katılırlar. Özsaygı bireyin düşüncelerine ve davranışlarına etki edeceğinden bireyin içinde bulunduğu gelişme ve toplumsallaşma sorunlarında ona yardım edecektir (Saygılı, Kesecioğlu ve Kırıktaş, 2015). Eğitim sistemimiz içinde yer alan liselere geçiş sınavı ve üniversitelere giriş sınavları gibi sınavlar nedeni ile öğrencilerin ortaokula başladığı andan itibaren sürekli ders çalışıp bu sınavlara hazırlanması gerekmektedir. Bu ders çalışma zorunluluğu ve ailelerin çocukları için duydukları gelecek kaygısından dolayı, çocuklar hareket etmek, oyun oynamak ve spor

yapmak için gerekli zaman bulamamakta var olan zamanlarını da yine sınavlara hazırlanmak için kullanmaktadırlar. Dolayısıyla çocukların kendilerini özgürce ifade edebilecekleri, bu ders çalışma baskısının stresini atabilecekleri oyun ve spor ortamlarından uzak kalmalarının, onların hem fiziksel sağlığını hem de psikolojik sağlıklarını etkilediği düşünülmektedir. Özsaygı öğrencilerin hayatını olumlu yönde etkileyerek kendine güvenlerini üst seviye çıkarır. Sportif ortamlarının ise, özsaygının arttırılabileceği sosyal ortamlardan biri olduğu söylenebilir. Toplumda ruhsal ve fiziksel yönden sağlıklı bireylere ihtiyaç duyulmaktadır.

Sporun da yapısından dolayı özsaygıyı etkileyen bir olgu olabileceği göz önüne alındığında, sportif yarışmalara katılan (lisanslı), serbest zaman değerlendirmek için spor yapan (lisanssız) ve spor yapmayan ortaokul öğrencilerinin özsaygı düzeyleri açısından araştırılması çalışmanın amacını oluşturmaktadır. Araştırmanın bu genel amacı çerçevesi içinde, özsaygı düzeyine etkisi olabileceği düşünülen, öğrencilere ilişkin, cinsiyet ve yaş ile ilgili değişkenler ile, spor yapma amacı, spor branşı ve haftada kaç gün egzersiz yaptığı gibi spora katılımı ile ilgili değişkenlerin araştırılması da amaçlanmıştır.

1.4. Araştırmanın Gerekçesi ve Önemi

Spor, devrimizin çağdaş toplumlarının sınırları en geniş ve etkili bir toplumsal kuruluşlarından bir tanesidir ve çağdaş bir toplum ortaya çıkarmada çok etkili bir toplumsal olgudur. Sporun, sosyalleşmeye etkisinde bir diğer unsur da kişide kimi hisleri olgunlaştırmasıdır. Spor bünyesi itibarıyla kazanç, kayıp, mücadele gibi hislerin olgunlaşmasına ve oturmasına imkan sağlar (Kaplan ve Çetinkaya, 2014).

Sportif etkinliklerin ana amacı; kişilerin fiziksel, toplumsal, psikolojik, tarihsel ve bilişsel gelişimlerine etki ederek topluma sağlıklı bireyler yetiştirmektir (Tosun, Demir, Uçkun ve Konak, 2015).

Tüm bu bilgiler ve araştırmalar doğrultusunda sporun, insanın kendini geliştirmesine, stresle ve zor durumlarla başa çıkmasına, fiziksel, zihinsel ve psikolojik yönlerden daha iyi duruma gelmesine; yardımlaşma, dayanışma, sosyalleşmeye katkıda bulunmasına, özsaygının artmasına, olumsuz duyguların azalmasına ve daha mutlu bir yaşam sürmelerine yardımcı olacağı öngörülmektedir.

Bu araştırmada, ortaokul öğrencilerinin özsaygı düzeyleri üzerinde, spor yapma veya spor yapmamanın bir etkisinin olup olmadığı belirlenmeye çalışılacaktır.

Bu nedenle araştırmanın konusunun, spor, psikoloji ve sosyoloji gibi disiplinlerle bağdaşarak alana olumlu katkıda bulunacağı düşünülmektedir.

1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları

- Bu araştırma Tokat ili Erbaa ilçesindeki ortaokullarda eğitim öğretim gören öğrenciler ile sınırlandırılmıştır.
- Araştırma, ortaokul öğrencilerinin "Coopersmith Özsaygı Envanteri" envanter sonuçları ve araştırmacının hazırlamış olduğu kişisel bilgi formuna verilen cevaplar ile sınırlıdır.
- Araştırmanın uygulanması 2018-2019 eğitim ve öğretim dönemi içerisinde gerçekleştirilmiş ve bununla sınırlandırılmıştır.
- Araştırmada kullanılan takım sporları değişkeni, basketbol, futbol, futsal, hentbol ve voleybol branşları ile; bireysel sporlar değişkeni ise, atletizm, badminton, bocce, dövüş sporları, masa tenisi, okçuluk, satranç, tenis ve cimnastik branşları ile sınırlıdır.

1.6. Araştırmanın Varsayımları

- Araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin kullanılan veri toplama araçlarını dürüst ve nesnel bir biçimde yanıtlayacakları varsayılmıştır.
- Kullanılan ölçme aletlerinin arzu edilen bilgiyi elde etmede güvenilir ve geçerli olduğu varsayılmıştır.
- Örneklemin evreni yansıttığı varsayılmıştır.

1.7. Tanımlar

Spor

Spor geçmişten günümüze hayatın her alanında var olduğundan farklı tanımlar yapılmış, değişik görüşler ortaya atılmıştır. Spor, hayatın bir parçası olarak reel ve toplumsal yaşam ile alakalıdır ve gayesi kendisinde olan bir eylemdir (Filiz, 2002). Spor özellikle son yıllarda, bireyin hayatının kalite olarak yüksek, sağlıklı ve dengeli bir şekilde devam edebilmesi için gerekli olan bir öğedir (Ekmekçi, Ekmekçi ve İrmiş, 2013). İnsanların bireysel veya toplu olarak yaptıkları, beden, zihin ve ruh sağlığının gelişmesine katkıda bulunan, rekabet, heyecan, başarıyı içinde barındıran, sosyalleşme ve dayanışmayı sağlayan, güdülenmeyi ve özgüveni artıran, eğitici ve eğlenceli uğraşlardır (Yetim, 2006).

Özsaygı

Kişinin kendi özünü bir obje gibi görüp onu değerlendirmesi neticesinde, özü ile ilgili vardığı hüküm ve geliştirdiği davranıştır. Benlik saygısı, kendine saygı ve öze saygı gibi terimlerle adlandırılan bu davranış, özünü önemli görme, özünü kabul etme gibi kavramlarla tasvir edilen veya bu kavramları kapsayan bir üst kavram gibi düşünülebilir (Doğru ve Peker, 2004).

Genel Özsaygı

Kişinin benliği ile ilgili genel durumu ve değerlendirmeleridir (Aktuğ, 2006).

Sosyal Özsaygı

Kişinin insanların bakış açısıyla kendisini değerlendirmesidir (Cengil, 2009).

Ev-aile Özsaygısı

Bireyin aile içerisinde özü ile ilgili his ve fikirleridir (Aktuğ, 2006).

Akademik Özsaygı

Bireyin özünü bir öğrenci olarak yorumlamasıdır (Aktuğ, 2006).

II. BÖLÜM

2. KURAMSAL ÇERÇEVE

Bu bölümde konuyla ilgili kaynak taraması yapılmış, bilgi ve bulgular bir araya toplanarak kuramsal çerçeve meydana getirilmiştir.

2.1. Özsaygı (Benlik Saygısı)

Benlik saygısı kişinin özünü yetenekli, önemli, güçlü ve değerli olarak görmesi şeklinde açıklanır (Kandemir ve Özbay, 2009). Ayrıca benlik saygısı kendini başarılı ve yeterli görme ile beğeni duygusunu ifade eder (Kutlu, 1998). Bunlarla birlikte benlik saygısı kişinin özünü bağlantılı hayatında önemli gördüğü diğer anlamlı şeylerle ilgili bakış açısıdır (Zembar, Koçyiğit, Yavuz ve Tunçeli, 2018).

2.2. Özsaygı Çeşitleri

Yapılan araştırmalarda özsaygı dört sınıfta gruplandırılmıştır. Bu gruplandırma genel benlik saygısı, akademik benlik saygısı, sosyal benlik saygısı, ev-aile benlik saygısı şeklinde yapılmıştır (Pişkin, 1996).

2.2.1. Genel Özsaygı

Psikolojik, bilişsel, fiziksel, sosyal ve duygusal manada bireyin özelliklerini ortaya koyan çok geniş bir kavramdır (Bademci, Karadayı, Karabulut ve Vural, 2018). Benliği hakkında, kişinin genel hislerini ifade eder (Aktuğ, 2006).

2.2.2. Sosyal Özsaygı

İnsanın içinde yaşadığı toplumun değerlerini, kurallarını, kendisi ile ilgili rolleri, tutum ve davranışları, etkileşim içinde olduğu toplumla ilgili becerileri, benlik duygusunu ve kimliğini sosyalleşme süreciyle birlikte oluşturur. Sürecin en başında ailede sosyalleşen ve özsaygısı gelişen birey, sürecin devamında tüm bu etkenlerle birlikte sosyal özsaygısını oluşturur. Sürecin olumlu geçmesi sosyal özsaygının yüksekliğine, sürecin olumsuz geçmesi sosyal özsaygının düşüklüğüne neden olur (Işıklar, Bilgin ve Bilgin, 2016).

2.2.3. Ev Aile Özsaygısı

Çocukların kişiliklerinin olumlu anlamda gelişiminde, anne baba tutum ve davranışlarının ciddi bir etkisi vardır. Aile, çocukların yaşama dair ilk tecrübelerini, güven duygularını, sosyalleşmelerini ve toplum içerisindeki davranışlarını öğrendikleri bir yerdir (Bolat, 2018). Çocuklarda kendine güven duygusunun ve özsaygının gelişmesi yaşam boyunca devam eder. Bununla beraber gelişim sürecinin temelleri 0-6 yaş arasında, en fazla da aile içerisinde, geçirdikleri zamanla ve kurdukları iletişimle atılır. Her ne olursa olsun sevildiğini, değer verildiğini ve önemsendiğini bilen çocuğun özsaygısı da yüksek olur (URL-1, 2013). Ailede negatif bakış açısı ve eylemlere uğrayan çocuklarda ise zıt bir hal ortaya çıkmakta, çocuğun kendine güveni ve özsaygısı düşmektedir (Çetin, 2018).

2.2.4. Akademik Özsaygı

Öğrencinin belli bir akademik uğraşı sonucunda, diğer öğrencilere göre özünde başarılı olduğuna dair geliştirdiği tutumdur (Kenç ve Oktay, 2002). Olumlu benlik kavramı, akademik özsaygı ve akademik başarı arasında güçlü ve olumlu bir ilişki olduğu birçok araştırmayla ispatlanmıştır (Subaşı, 2000). Akademik özsaygının gelişimi öncelikle ailede başlayan bir süreçtir. Aileleri tarafından yapabilecekleri hedefler koyulan çocuklar, bu hedefleri gerçekleştirdiklerinde olumlu geri bildirim alırlar. Bu bildirimler sayesinde çocuklar güdülenerek daha istekli olurlar ve başarılı olmak için daha fazla çabalarlar. Güven verici tutuma sahip ailede yetişen çocukların akademik özsaygıları da yüksek olur. Bu süreç akademik özsaygısı düşük çocuklarda ise tam tersi yönde işlemektedir. Yaptığı her işte başarısız olacağını düşünen çocuk, çekingen ve isteksiz davranır. Bunun sonucunda ise kendine güven duygusunu kaybeder ve başarısız olur. Öğrenilmiş çaresizlik duygusu ile karşı karşıya kalır. Bunun sonucunda ise akademik özsaygısı düşük olur. Bu tip çocuklar aşırı müsamaha gösteren ve otoriter ailelerde yetişirler (Kenç ve Oktay, 2002).

2.3. Özsaygının Önemi

Özsaygı bireyin özüne güvenmesi ve özüne inancını gösterir. Benlik saygısı seviyesi yüksek kişi özünü değerli bulur ve hayattaki problemlerle baş edebileceğini bilir. Kararlarına güvenir ve bunları kabullenir. Özü ve becerileri ile ilgili pozitif ve gerçekçi bir bakış açısına sahiptir. Vakalar negatif olduğunda yanlışlarını kabul eder, özünü değerli görür (Atsan, 2017). Benlik saygısı yüksekliği yaşadığı topluma uyum sağlamasına yardımcı olmaktadır. Toplumda etkin olmak bireysel olarak mutlu olmayı ve başarıyı birlikte getirir (Çutuk, 2017). Özsaygısı düşük kişilerin özlerinden memnun olmadıkları ve özlerine negatif baktıkları

belirtilmektedir (Boylu, Günay ve Ersoy, 2018). Düşük özsaygısı olan kişilerin özlerine itimatları zayıftır. Bu kişiler başkalarına bağlı, yaratıcı olmayan, utanan, otoriteye bağlı bireylerdir (Dinçer, Bozdam ve Yetkin, 2015).

2.4. Spor

Spor, hayatımızda her gün işittiğimiz sürekli tekrarlanan bir sözcüktür. Yaşamın ana işareti herkesin bildiği gibi eylemdir ve kişinin bedeninin eğitiminin önemli bir kısmı eylemle sağlanır. Çağımızda spor, önemli bir toplumsal eğitim aracıdır. Spor, kişinin vücudunu bedensel olarak geliştirdiği gibi eylemler, etkinlikler ve müsabakalar yoluyla kişinin seviyesini, eylemlerinin özelliğini ve psikolojik yapısını etkileyen bir bilimdir (Çelik ve Şahin, 2013).

2.5. Spor Özsaygı İlişkisi

Benlik saygısının edinilmesinde spor önemli konulardandır. Çocuklarla yapılan spor, fiziksel eğitim antrenmanları ve müsabakalar fiziksel, toplumsal, bilişsel, psikolojik yönden pozitif etki eder ve yeni anlayışlar kazandırır. Sporla uğraşanların sporla uğraşmayanlara göre yüksek özsaygıya sahip oldukları belirtilmiştir (Korkmaz, 2007).

2.6. İlgili Araştırmalar

Spor insanların binlerce yıldır yaptığı etkinliklerdendir. Modern zamanda ise spor insanların vazgeçemediği bir olgudur. Sporla ilgili birçok araştırma yapılmıştır. Özsaygı ise insanın tüm yaşamını etkileyen bir kavram olarak karşımıza çıkar. Spor ve özsaygı ilişkisi birçok araştırmacı tarafından ortaya konulmuştur. Sporla uğraşmanın ve bir gruba aidiyetin özsaygı üzerinde olumlu etkisi vardır (Togo, 2016). Özellikle erken yaşta spora yönlendirilen çocukların özsaygı düzeylerinin yükseldiği farklı araştırmalarla ortaya çıkarılmıştır. Küçük yaşlardan itibaren fiziksel aktivitelere katılan çocukların bedensel, sosyal ve bilişsel gelişimleri artmakta buna bağlı olarak özsaygıları yükselmektedir. (Pehlivan, 2009) Bu bağlamda bu çalışmanın, özsaygı ile spor ilişkisi üzerine araştırma yapacak kişilere örnek olacağı ve kaynak teşkil edeceği düşünülmektedir. Bu bölümde spor ve özsaygı ilişkisi ile ilgili çalışma örneklerine yer verilmiştir.

Togo (2016), tarafından yapılan “Ortaöğretim Öğrencilerinin Serbest Zamanda Yaptıkları Spor Aktivitesinin Kişilik Yapıları Üzerine Etkisi”ni araştıran ve 30 kişinin katıldığı çalışmasında sporla uğraşan öğrencilerin uğraşmayanlarla arasında anlamlı bir fark bulmuştur. Sporla uğraşan öğrencilerin özsaygı düzeyleri uğraşmayanlara göre daha

yüksektir. Karaman, Son, Bayazıt, Dinçer ve Çolak (2012), 10-12 yaş arasındaki çocuklar üzerine yaptığı “Spor Yapan ve Yapmayan 10–12 Yaş Grubu Çocuklarda Benlik Saygısının İncelenmesi” ni araştıran 133 çocuğun katıldığı araştırmada spor yapmanın özsaygıyı artırdığı tespit edilmiştir.

Saygılı, Kesecioğlu ve Kırıktaş'ın (2015), 285 gönüllü öğrenci üzerinde yaptığı “Eğitim Düzeyinin Benlik Saygısı Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi” isimli araştırmada cinsiyet ile özsaygı arasında anlamlı bir fark bulunmuştur. Kadın katılımcıların özsaygıları erkek katılımcılara göre daha yüksek çıkmıştır.

Seçer, Ay, İlbay ve Çiftçi (2012), ilk ve ortaokul öğrencileri üzerinde yaptığı “Yatılı İlköğretim Bölge Okullarındaki Öğrencilerin Benlik Saygılarının İncelenmesi”ni araştıran 428 bireyin katıldığı çalışmada, akademik başarı ile özsaygı arasında anlamlı fark bulunmuştur. Özsaygısı yüksek öğrencilerin akademik başarılarının yüksek olduğu, özsaygısı düşük öğrencilerin akademik başarılarının düşük olduğu belirtilmiştir.

Deniz (2017), ergenlikteki sporcular üzerinde yaptığı “Ergenlik Dönemindeki Futbolcuların Esenlik Algıları ve Özsaygı Düzeylerinin Performanslarına Etki Eden Değişkenlere Göre İncelenmesi”ni araştıran 300 sporcunun katıldığı araştırmasında benlik saygısının yaşa göre arttığı tespit edilmiştir.

Taşgıt (2012), eğitim öğretime devam eden 1855 öğrenci üzerinde yaptığı “Üniversite Öğrencilerinin Benlik Saygısı Ve Karar Verme Düzeylerinin İncelenmesi”ni araştıran çalışmasında amatör sporla uğraşanların özsaygıları sporla uğraşmayanlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür.

Vatansever (2017), ergenlikteki 320 sporcu üzerinde yaptığı “Lisanslı Spor Yapan Ve Yapmayan Ergenlerin Mental İyi Oluş, Benlik Saygısı, Sosyal Görünüş Kaygısı Ve Algılanan Sosyal Destek Açısından Karşılaştırılması”ni araştıran çalışmasında 14-18 yaş aralığındaki lisanslı sporcuların, spor yapmayan yaşlılarına göre öz saygılarının anlamlı şekilde farklılık gösterdiğini tespit etmiştir.

Çakıcı (2010), ortaöğretim öğrencileri üzerinde yaptığı “Spor Lisesi Ve Düz Lise 9. ve 10. Sınıf Öğrencilerinin Sosyal Yetkinlik Beklentisi Ve Özsaygı Düzeylerinin İncelenmesi” isimli çalışmasında düzenli spor yapmanın benlik saygısı üzerinde olumlu etkisinin olduğu tespit edilmiştir.

Ergül, Alp ve Çamlıyer (2018), ilköğretim öğrencileri üzerinde yaptığı “Ders Dışı Etkinlikler Kapsamında Uygulanan Fiziksel Aktivite Programının İlköğretim Öğrencilerinin Yaşam Kalitesi Üzerindeki Etkileri” isimli çalışmasında düzenli fiziksel aktivite yapan ve yapmayan öğrencilerin yaşam kalitesi ve öz yeterlikleri arasında farkın ortaya çıktığı, bu durumun düzenli fiziksel aktivite yapan öğrencilerin lehine olduğu belirtilmiştir.

III. BÖLÜM

3. YÖNTEM

Bu bölümde çalışma modeli, evren-örneklem açıklamaları yapılmıştır. Çalışmada kullanılan ölçme aletlerine ait bilgiler verilmiştir. Bilgilerin bir araya getirilmesi ve çözümlenmesinde izlenen yol ve yöntem bu bölümde belirtilmiştir.

3.1. Araştırma Modeli

Araştırmada betimsel tarama yöntemi kullanılmıştır. Betimsel tarama yönteminde uygulanan anket ve ölçekler ile bireylerin, grupların özellikleri belirlenmeye çalışılır (Büyüköztürk, Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2012: 22). Araştırmada kişisel bilgi formu, geçerlik ve güvenirlik çalışması Pişkin (1996) tarafından yapılan "Coopersmith Özsaygı Envanteri Türkçe Formu" kullanılmıştır.

3.2. Çalışma Grubu

Araştırmaya Tokat ili Erbaa ilçesinde 11 tane ortaokulda eğitim gören 1591 öğrenci katılmıştır. Anket formlarından elde edilen verilerin kontrolü yapılmış ve öğrencilerin, ölçekte yer alan yalan maddelere verdikleri yanıtların puanları hesaplanmıştır. Bu işlem sonucunda yalan madde alt ölçeğinden 5 ve daha yukarı puan alan öğrencilerin özsaygı puanları, ölçeğin değerlendirme kriterlerine göre hesaplanamayacağı için bu puana sahip 546 öğrenci çalışmadan çıkarılmıştır. Araştırmanın örneklemini 11 tane ortaokulda eğitim gören 541 kadın, 504 erkek olmak üzere toplam 1045 öğrenci oluşturmuştur (Tablo 1-2). Öğrencilerin yaş ortalaması $12,36 \pm 1,27$ 'dir.

Araştırmanın örnekleme olasılığa dayalı örnekleme tekniklerinden biri olan basit tesadüfi örnekleme tekniği kullanılarak belirlenmiştir. Basit tesadüfi örnekleme, "evrendeki tüm elemanların birbirine eşit seçilme şansına sahip olduğu" bir örnekleme tekniğidir. Bu örneklemede, evrenden örneklem grubuna giren elemanların hepsinin sayısı tümüyle şansa bırakılmıştır (Karasar, 2005).

Araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyet ve yaş değişkenlerine ait tanımlayıcı istatistikler Tablo 1'de gösterilmiştir.

Tablo 1. Öğrencilerin Cinsiyet ve Yaş Değişkenlerine Ait Tanımlayıcı İstatistikler

Cinsiyet	<i>f</i>	%
Erkek	504	48,2
Kadın	541	51,8
Toplam	1045	100,0
Spor Yapan Erkekler	397	78,8
Spor Yapmayan Erkekler	107	21,2
Toplam	504	100,0
Spor Yapan Kadınlar	373	68,9
Spor Yapmayan Kadınlar	168	31,1
Toplam	541	100,0
Yaş	<i>f</i>	%
10-11 yaş	305	29,2
12-13 yaş	510	48,8
14 yaş ve üzeri	230	22,0
Toplam	1045	100,0

Tablo 1 incelendiğinde örneklelimizi oluşturan 1045 öğrenciden 504'ünün erkek, 541 tanesinin de kadın olduğu görülmektedir. Buna göre örneklelimizi oluşturan erkeklerin kadınlara oranı %48,2, kadınların erkeklere oranı %51,8'dir. Spor yapan erkekler 397 öğrenci, spor yapmayan erkekler 107 öğrencidir. Spor yapan erkekler %78,8'lik bir oranı oluştururken spor yapmayan erkekler %21,2'lik bir oranı karşılamaktadır. Spor yapan kadınlar 373 öğrenci, spor yapmayan kadınlar 168 öğrencidir. Spor yapan kadınlar %68,9'luk bir oranı oluştururken spor yapmayan kadınlar %31,1'lik bir oranı karşılamaktadır.

Yaş ile ilgili istatistikler incelendiğinde 10-11 yaş grubunda 305 öğrenci, 12-13 yaş grubunda 510 öğrenci, 14 yaş ve üzeri grubunda 230 öğrenci bulunmaktadır. 10-11 yaş grubu öğrenciler %29,2, 12-13 yaş grubu öğrenciler %48,8, 14 yaş ve üzeri öğrenciler %22'lik bir dilimi oluşturmaktadır.

Araştırmaya katılan öğrencilerin sporla ilgili değişkenlerine ait tanımlayıcı istatistikleri Tablo 2'de gösterilmiştir.

Tablo 2. Sporla İlgili Değişkenlere Ait Tanımlayıcı İstatistikler

Spor Yapma-Yapmama	<i>f</i>	%
Spor Yapanlar	770	73,7
Spor Yapmayanlar	275	26,3
Toplam	1045	100,0
Spor Yapma Amacı	<i>f</i>	%
Lisanslı (Okul Takımları)	309	29,6
Lisanssız (Serbest zaman değerlendirmek)	461	44,1
Spor Yapmayanlar	275	26,3
Toplam	1045	100,0

Tablo 2.'nin devamı

Spor Branşı	<i>f</i>	%
Bireysel sporlar	42	13,6

Takım sporları	267	86,4
Toplam	309	100
Haftalık Egzersiz Sıklığı	<i>f</i>	%
Haftada 1 gün	180	23,4
Haftada 2 gün	228	29,6
Haftada 3 gün	162	21,0
Haftada 4 gün ve üzeri	200	26,0
Toplam	770	100

Tablo 2 incelendiğinde spor yapanların 770 öğrenci, spor yapmayanların 275 öğrenci olduğu görülmektedir. Spor yapan öğrenciler %73,7, spor yapmayan öğrenciler %26,3'tür. Spor yapanlardan lisanslı (Okul Takımları) olanlar 309 öğrenci, lisanssız (Serbest zaman değerlendirmek için) olanlar 461 öğrencidir. Spor yapmayan öğrenciler ise 275 kişidir. Spor yapanlar da lisanslı (Okul Takımları) olanların oranı %29,6, lisanssız (Serbest zaman değerlendirmek için) spor yapanların oranı %44,1, spor yapmayanların oranı %26,3'tür. Spor branşları bireysel spor olan öğrenciler 42, takım sporu olan öğrenciler 267 kişidir. Branşı bireysel spor olan öğrenciler %13,6, takım sporu olan öğrenciler %86,4'lük bir oranı oluşturmaktadırlar. Haftalık egzersiz sıklığına bakıldığında haftada 1 gün spor yapanlar 180 öğrenci, haftada 2 gün spor yapanlar 228 öğrenci, haftada 3 gün spor yapanlar 162 öğrenci, haftada 4 gün ve üzeri spor yapanlar 200 öğrencidir. Toplam 770 öğrenciden oluşmaktadır. Haftada 1 gün spor yapan öğrenciler %23,4, haftada 2 gün spor yapan öğrenciler %29,6, haftada 3 gün spor yapan öğrenciler %21 haftada 4 gün ve üzeri spor yapan öğrenciler %26'dır.

3.3. Verilerin Toplanması

Veriler, ortaokul 5., 6., 7., 8. Sınıf öğrencilerine çalışmayı yapan kişi tarafından uygulanan anket formu ile toplanmıştır. Araştırmada verileri toplamak amacıyla bir ölçme aracı ve kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Özsaygı düzeyini ölçmek için 'Coopersmith Özsaygı Envanteri', cinsiyet, yaş, spor yapma-yapmama, lisanslı-lisanssız spor yapma, spor branşı, spor yapma amacı ve haftada kaç gün egzersiz yaptığı gibi soruların bulunduğu araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Uygulama ortamı sınıftır, her bir grupta uygulama oturumu ortalama 15 dakika sürmüştür. Veri toplama süreci toplamda 25 gün sürmüştür.

3.4. Veri Toplama Araçları

Bu araştırmanın verilerinin toplanmasında kişisel bilgi formu, geçerlik ve güvenilirlik çalışması Pişkin (1996) tarafından uygulanan Coopersmith Benlik Saygısı Envanterinin

Türkçe formu kullanılmıştır. Ölçeğin uyarlama çalışması için ölçeklerin Türkçe formlarının geçerlik ve güvenirlik çalışmasını yapan Metin Pişkin ile e-posta yoluyla iletişime geçilmiş ve ölçeklerin uygulanabileceğine ilişkin gerekli izin alınmıştır.

3.4.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından hazırlanan Kişisel bilgi formunda cinsiyet, yaş, spor yapma, lisanslı-lisanssız spor yapma, spor branşı, spor yapma amacı ve haftada kaç gün egzersiz yaptığı gibi değişkenlere yer verilmiştir.

3.4.2. Coopersmith Özsaygı Envanteri

Araştırmada öğrencilerin benlik saygılarının bulunması için Coopersmith'in ortaya koyduğu ve Pişkin (1996) tarafından Türkçe'ye adaptasyonu yapılan Coopersmith Benlik Saygısı Envanteri kullanılmıştır. Envanterde 58 madde yer almaktadır. Envanterden beş alt ölçekle birlikte toplam benlik saygısı puanı elde edilmektedir. Alt ölçekler, genel benlik saygısı yirmi altı, sosyal benlik saygısı sekiz, ev-aile benlik saygısı sekiz, akademik benlik saygısı sekiz ve yalan sekiz maddeden oluşturulmuştur. Yalan alt ölçeğindeki maddeler, bireylerin savunmacı bakış açılarını belirlemek için yerleştirilmiştir ve toplam puana dahil değildir. Bu sebeple alt ölçek olarak analizlere de dâhil değildir. Ölçek maddeleri evet-hayır şeklinde cevaplandırılmaktadır. Ölçekteki yalan alt ölçeğine ait sekiz madde çıkarıldığında geriye kalan elli maddeden en yüksek alınabilecek puan elli ya da $50 \times 2 = 100$ puandır. Ölçeğin yirmi beş maddelik kısa formu da mevcuttur.

Coopersmith, ölçeğin test-tekrar-test güvenirlik katsayısını 0,88 (Beş hafta ara ile) ve 0,70 (Üç sene ara ile); Kuder-Richardson güvenirlik katsayısını ise kadınlar için 0,91 ve erkekler için 0,80 olarak bulduğunu belirtmiştir. Coopersmith Özsaygı Envanteri'nin KR-20 katsayısı 0,76 ve iç-tutarlık katsayısı 0,76 olarak bulmuştur. Bu bulgular Coopersmith Benlik Saygısı Envanterinin güvenilir ve geçerli bir araç olduğunu göstermektedir. Bu araştırmada Coopersmith Benlik Saygısı Envanteri için yapılan güvenirlik çalışmasında, tüm ölçek için Cronbach alfa değeri 0,84 olarak bulunmuştur (Pişkin, 1996). Başka bir güvenirlik çalışmasında ise iki hafta arayla uygulanan test tekrar güvenirlik katsayısı 0,70 bulunmuş, farklı cinsiyet ve yaş gruplarında iç tutarlık katsayısı KR-21 ile hesaplanmıştır. KR-21 iç güvenirlik katsayısı bütün yaş gruplarında 0,83, kadınlar için 0,82, erkekler için 0,83 olduğu tespit edilmiştir (Güloğlu ve Aydın, 2001).

3.5. Verilerin Analizi

Araştırmada yer alan verilerin analizi, bilgisayar ortamında, Sosyal Bilimler İçin İstatistik Programı (Statistical Package for the Social Sciences-SPSS 20) kullanılarak yapılmıştır. Analizler gerçekleştirilmeden önce verilerin doğruluğu, kayıp değerler olup olmadığı kontrol edilmiş ve incelenmiştir. Öğrencilerin, ölçekte yer alan yalan maddelere verdikleri yanıtların puanları hesaplanmıştır. Bu işlem sonucunda, ölçeğin değerlendirme kriterlerine göre, yalan madde alt leğinden 5 ve daha yukarı puan alan öğrencilerin özsaygı puanları hesaplanamayacağı için bu puana sahip 546 ğrenci değerlendirmeye alınmamıştır. Verilerin dağılımlarının normallik varsayımı, varsayımların homojenliği, örneklem büyüklüğü dikkate alınarak Skewness ve Kurtosis değerleri, arpıklık, basıklık değerleri ile grafiksel yaklaşımlar (Histogram, Normal Q-Q plot) kullanılarak değerlendirilmiştir. Bu değerlendirme sonucunda verilerin, normale yakın bir dağılım gösterdiği görülmüştür ve verilerin analizinde bağımsız gruplarda t-testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonucu çıkan farkın kaynağını bulmak için LSD Post Hoc. Testi kullanılmıştır. Katılımcıların sosyo-demografik özellikleri hakkında bilgi vermek amacıyla tanımlayıcı istatistiklerden yararlanılmıştır. Çalışmada anlamlılık düzeyi $p < 0.05$ olarak kabul edilmiştir.

IV. BÖLÜM

4. BULGULAR

Bu kısımda çalışmaya iştirak eden öğrencilerin sosyo-demografik özelliklerine ilişkin bilgiler daha sonra da araştırma problem cümleleri ile alt problemlere ait analiz neticeleri belirtilmiştir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin sportif yarışmalara katılım (lisanslı), serbest zaman değerlendirmek için spor yapma (lisanssız) ve spor yapmama değişkenleri ile özsaygı düzeylerine ait tek yönlü varyans analizi sonuçları Tablo 3'te gösterilmiştir.

Tablo 3. Öğrencilerin Sportif Yarışmalara Katılım (Lisanslı), Serbest Zaman Değerlendirmek İçin Spor Yapma (Lisanssız) ve Spor Yapmama Değişkenleri ile Özsaygı Düzeylerine Ait Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Özsaygı alt ölçekler	Spor yapma durumu	n	\bar{X}	Varyans kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler ort.	F	p	Farkın kaynağı
Genel özsaygı	Lisanslı	309	19,51	Gruplar arası	434,350	2	217,175	12,29	0,000**	Lisanslılarla, lisanssız ve spor yapmayanlar arasında,
	Lisanssız	461	18,23	Gruplar içi	18399,481	1042	17,658			
	Spor yapmıyor	275	17,94							
	Toplam	1045	18,53	Toplam	18833,832	1044				
Sosyal özsaygı	Lisanslı	309	5,92	Gruplar arası	17,724	2	8,862	3,63	0,027*	Lisanslılarla lisanssız spor yapanlar arasında
	Lisanssız	461	5,61	Gruplar içi	2537,478	1042	2,435			
	Spor yapmıyor	275	5,73							
	Toplam	1045	5,73	Toplam	2555,202	1044				
Ev-aile özsaygısı	Lisanslı	309	5,88	Gruplar arası	1,137	2	,569	0,17	0,837	
	Lisanssız	461	5,86	Gruplar içi	3321,284	1042	3,187			
	Spor yapmıyor	275	5,94							
	Toplam	1045	5,89	Toplam	3322,421	1044				
Akademik özsaygı	Lisanslı	309	5,54	Gruplar arası	88,943	2	44,472	13,46	0,000**	Spor yapmayanlar ile lisanslı ve lisanssız spor yapanlar arasında; Lisanslılarla lisanssız spor yapanlar arasında
	Lisanssız	461	5,26	Gruplar içi	3441,874	1042	3,303			
	Spor yapmıyor	275	4,77							
	Toplam	1045	5,21	Toplam	3530,817	1044				

*p<0,05; **p<0,01

Tablo 3 incelendiğinde, öğrencilerin sportif yarışmalara katılım (lisanslı), serbest zaman değerlendirmek için spor yapma (lisanssız) ve spor yapmama değişkenleri ile özsaygı düzeylerine ait tek yönlü varyans analizi sonuçlarına göre “genel özsaygı, sosyal özsaygı ve akademik özsaygı” düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($F_{(2-1042)}=12,29$, $p<0,01$; $F_{(2-1042)}=3,63$, $p<0,05$; $F_{(2-1042)}=13,46$, $p<0,01$). Sportif yarışmalara katılan öğrencilerin “genel özsaygı düzeyleri” ($\bar{X}=19,51$), serbest zaman değerlendirmek için spor yapan ($\bar{X}=18,23$) ve spor yapmayan ($\bar{X}=17,94$) öğrencilere göre daha yüksektir. Sportif yarışmalara katılan (lisanslı) öğrencilerin “sosyal özsaygı düzeyleri” ($\bar{X}=5,92$), serbest zaman değerlendirmek için spor yapan (lisanssız) öğrencilere ($\bar{X}=5,61$) göre daha yüksektir. Spor yapmayan öğrencilerin “akademik özsaygı” düzeyleri ($\bar{X}=4,77$), sportif yarışmalara katılan (lisanslı) öğrenciler ($\bar{X}=5,54$) ve serbest zaman değerlendirmek için spor yapan (lisanssız) öğrencilere ($\bar{X}=5,26$) göre daha düşük iken; sportif yarışmalara katılan (lisanslı) öğrencilerin akademik özsaygı düzeyleri ($\bar{X}=5,54$) serbest zaman değerlendirmek için spor yapan (lisanssız) öğrencilere ($\bar{X}=5,26$) göre daha yüksektir. Öğrencilerin Sportif yarışmalara katılım (lisanslı), serbest zaman değerlendirmek için spor yapma (lisanssız) ve spor yapmama değişkenleri ile “ev-aile özsaygısı” düzeyleri arasında ise istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur ($p>0,05$).

Araştırmaya katılan öğrencilerin özsaygı düzeyleri ile spor yapma-yapmama değişkenine ait t testi analizi sonuçları Tablo 4’te gösterilmiştir.

Tablo 4. Öğrencilerin Özsaygı Düzeyleri ile Spor Yapma-Yapmama Değişkenine Ait T-Testi Analizi Sonuçları

Özsaygı alt ölçekler	Spor yapma durumu	n	\bar{X}	ss	t	sd	p
Genel özsaygı	Evet	770	18,74	4,209	2,71	403	0,007*
	Hayır	275	17,94	4,304			
Sosyal özsaygı	Evet	770	5,74	1,556	0,01	403	0,985
	Hayır	275	5,73	1,588			
Ev-aile özsaygısı	Evet	770	5,87	1,803	-0,58	403	0,556
	Hayır	275	5,94	1,731			
Akademik özsaygı	Evet	770	5,37	1,788	4,75	403	0,000*
	Hayır	275	4,77	1,907			

* $p<0,01$

Tablo 4’te yer alan t-testi analizi sonuçlarına göre, araştırmaya katılan öğrencilerin spor yapma-yapmama değişkeni ile “genel özsaygı ve akademik özsaygı” düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($t_{(403)}=2,71$, $p<0,01$; $t_{(403)}=4,75$, $p<0,01$). Spor yapan

öğrencilerin “genel özsaygı” düzeyleri ($\bar{X} = 18,74$) ve “akademik özsaygı” düzeyleri ($\bar{X} = 5,37$), spor yapmayan öğrencilerin “genel özsaygı” ($\bar{X} = 17,94$) ve “akademik özsaygı” düzeylerine ($\bar{X} = 4,77$) göre daha yüksektir. Buna karşın “sosyal özsaygı ve ev-aile özsaygısı” düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur ($p > 0,05$).

Araştırmaya katılan öğrencilerin özsaygı düzeyleri ile cinsiyet değişkenine ait t-testi sonuçları Tablo 5’te gösterilmiştir.

Tablo 5. Öğrencilerin Özsaygı Düzeyleri ile Cinsiyet Değişkenine Ait T-Testi Sonuçları

Özsaygı alt ölçekler	Cinsiyet	n	\bar{X}	ss	t	sd	p
Genel özsaygı	Erkek	504	18,87	4,01	2,47	1042,22	0,013*
	Kadın	541	18,22	4,43			
Sosyal özsaygı	Erkek	504	5,46	1,55	-5,65	1043	0,000**
	Kadın	541	6,00	1,52			
Ev-aile özsaygısı	Erkek	504	5,83	1,71	-1,00	1043	0,315
	Kadın	541	5,94	1,84			
Akademik özsaygı	Erkek	504	5,32	1,69	1,87	1037,88	0,060
	Kadın	541	5,11	1,95			

* $p < 0,05$; ** $p < 0,01$

Tablo 5’te yer alan t-testi analiz sonuçlarına göre, araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyet değişkeni ile “genel özsaygı ve sosyal özsaygı” düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($t_{(1042,22)} = 2,47$, $p < 0,05$, $p < 0,05$; $t_{(1043)} = -5,65$, $p < 0,01$). Erkek öğrencilerin “genel özsaygı” düzeyleri ($\bar{X} = 18,87$) kadın öğrencilere ($\bar{X} = 18,22$) göre; kadın öğrencilerin “sosyal özsaygı” düzeyleri ($\bar{X} = 18,87$) erkek öğrencilere ($\bar{X} = 18,87$) göre daha yüksektir. Buna karşın “ev-aile özsaygısı ve akademik özsaygı” arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur ($p > 0,05$).

Araştırmaya katılan erkek öğrencilerin spor yapıp-yapmama değişkenine ait t-testi analiz sonuçları Tablo 6’da gösterilmiştir.

Tablo 6. Erkek Öğrencilerin Spor Yapıp-Yapmama Değişkenine Ait T-Testi Analiz Sonuçları

Özsaygı alt ölçekler	Spor yapıp yapmama	n	\bar{X}	ss	t	sd	p
Genel özsaygı	Spor yapan	397	19,02	4,08	1,66	502	0,096
	Spor yapmayan	107	18,29	3,69			
Sosyal özsaygı	Spor yapan	397	5,48	1,55	0,57	502	0,563
	Spor yapmayan	107	5,38	1,54			
Ev-aile özsaygısı	Spor yapan	397	5,81	1,77	-0,66	502	0,509
	Spor yapmayan	107	5,93	1,48			
Akademik özsaygı	Spor yapan	397	5,42	1,65	2,53	502	0,012*
	Spor yapmayan	107	4,96	1,82			

* $p < 0,05$

Tablo 6’da verilen t-testi analizi sonuçlarına göre, araştırmaya katılan öğrencilerden spor yapan erkeklerle spor yapmayan erkekler arasında “akademik özsaygı” düzeyleri

arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($t_{(502)}=2,53$, $p<0,05$). Spor yapan erkek öğrencilerin “akademik özsaygı” düzeyleri ($\bar{X}=5,42$) spor yapmayan erkek öğrencilere göre ($\bar{X}=4,96$) daha yüksektir. Buna karşın “genel özsaygı, sosyal özsaygı ve ev-aile özsaygısı” arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur ($p>0,05$).

Araştırmaya katılan kadın öğrencilerin spor yapıp-yapmama değişkenine ait t-testi analiz sonuçları Tablo 7’de gösterilmiştir.

Tablo 7. Kadın Öğrencilerin Spor Yapıp-Yapmama Değişkenine Ait T-Testi Analiz Sonuçları

Özsaygı Alt Ölçekler	Spor yapıp yapmama	n	\bar{X}	ss	t	sd	p
Genel özsaygı	Spor yapan	373	18,45	4,31	1,79	539	0,073
	Spor yapmayan	168	17,71	4,64			
Sosyal özsaygı	Spor yapan	373	6,01	1,50	0,36	539	0,716
	Spor yapmayan	168	5,96	1,57			
Ev-aile özsaygısı	Spor yapan	373	5,94	1,83	-0,08	539	0,932
	Spor yapmayan	168	5,95	1,87			
Akademik özsaygı	Spor yapan	373	5,32	1,92	3,77	539	0,000*
	Spor yapmayan	168	4,64	1,95			

* $p<0,01$

Tablo 7’de verilen t-testi analizi sonuçlarına göre, araştırmaya katılan öğrencilerden spor yapan kadınlarla spor yapmayan kadınlar arasında “akademik özsaygı” düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($t_{(539)}=3,77$, $p<0,01$). Spor yapan kadın öğrencilerin “akademik özsaygı” düzeyleri ($\bar{X}=5,32$) spor yapmayan kadın öğrencilere göre ($\bar{X}=4,64$) daha yüksektir. Buna karşın “genel özsaygı, sosyal özsaygı ve ev-aile özsaygısı” arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur ($p>0,05$).

Araştırmaya katılan öğrencilerin özsaygı düzeyleri ile yaş değişkenine ait tek yönlü varyans analizi sonuçları Tablo 8’de gösterilmiştir.

Tablo 8. Öğrencilerin Özsaygı Düzeyleri ile Yaş Değişkenine Ait Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Özsaygı alt ölçekler	Yaş	n	\bar{X}	Varyans kaynağı	Kareler Toplamı	ss	Kareler ort.	F	p	Farkın kaynağı
Genel özsaygı	10-11yaş	305	18,65	Gruplar arası	39,948	2	19,974	1,10	0,331	
	12-13yaş	510	18,62							
	14yaş ve üzeri	230	18,16	Gruplar içi	18793,883	1042	18,036			
	Toplam	1045	18,53	Toplam	18833,832	1044				

Tablo 8.'in devamı

Sosyal özsaygı	10-11yaş	305	5,47	Gruplar arası	32,320	2	16,160	6,67	0,001**	10-11 ile
	12-13yaş	510	5,81							12-13
	14yaş ve üzeri	230	5,93	Gruplar içi	2522,882	1042	2,421			yaş ve
	Toplam	1045	5,73	Toplam	2555,202	1044				14 yaş ve üzeri arasında
Ev-aile özsaygısı	10-11yaş	305	6,09	Gruplar arası	26,723	2	13,362	4,22	0,015*	
	12-13yaş	510	5,88							
	14yaş ve üzeri	230	5,64	Gruplar içi	3295,698	1042	3,163			10-11 ile
	Toplam	1045	5,89	Toplam	3322,421	1044				14 yaş ve üzeri arasında
Akademik özsaygı	10-11yaş	305	5,77	Gruplar arası	218,243	2	109,121	34,32	0,000**	10-11 ile
	12-13yaş	510	5,21							12-13
	14yaş ve üzeri	230	4,48	Gruplar içi	3312,575	1042	3,179			yaş ve
	Toplam	1045	5,21	Toplam	3530,817	1044				12-13 ile 14 yaş ve üzeri arasında

*p<0,05; **p<0,01

Tablo 8'de yapılan tek yönlü varyans analizi sonuçlarına göre, araştırmaya katılan öğrencilerin yaş değişkeni ile "sosyal özsaygı, ev aile özsaygısı ve akademik özsaygı" düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur ($F_{(2-1042)}=6,67$, $p<0,01$; $F_{(2-1042)}=4,22$, $p<0,05$; $F_{(2-1042)}=34,32$, $p<0,01$). 14 yaş ve üzeri grubunda yer alan öğrencilerin "sosyal özsaygı" düzeyleri ($\bar{X}=5,93$), 10-11 yaş grubunda olan öğrencilerden ($\bar{X}=5,47$) ve 12-13 yaş grubunda olan öğrencilerden ($\bar{X}=5,81$); 10-11 yaş grubunda yer alan öğrencilerin "ev-aile özsaygısı" düzeyleri ($\bar{X}=6,09$) 14 yaş ve üzeri grubunda olan öğrencilerden ($\bar{X}=5,64$) daha yüksektir. 14 yaş ve üzeri grubunda yer alan öğrencilerin "akademik özsaygı" düzeyleri ($\bar{X}=4,48$), 10-11 yaş grubunda olan öğrencilerden ($\bar{X}=5,77$) ve 12-13 yaş grubunda olan öğrencilerden ($\bar{X}=5,21$); 12-13 yaş grubunda yer alan

öğrencilerin “akademik özsaygı” düzeyleri ($\bar{X}=5,21$) ise 10-11 yaş grubunda olan öğrencilerden ($\bar{X}=5,77$) daha düşüktür. Buna karşın “genel özsaygı” düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır ($p>0,05$).

Araştırmaya katılan öğrencilerin özsaygı düzeyleri ile spor yapma amacı değişkenine ait t-testi sonuçları Tablo 9’da gösterilmiştir.

Tablo 9. Öğrencilerin Özsaygı Düzeyleri ile Spor Yapma Amacı Değişkenine Ait T-Testi Sonuçları

Özsaygı alt ölçekler	Spor yapma amacı	n	\bar{X}	ss	t	sd	p
Genel özsaygı	Lisanslı (Okul Takımları)	309	19,51	3,95	4,17	697,16	0,000**
	Lisanssız (Serbest zaman değerlendirmek için)	461	18,23	4,30			
Sosyal özsaygı	Lisanslı (Okul Takımları)	309	5,92	1,48	2,71	768	0,007**
	Lisanssız (Serbest zaman değerlendirmek için)	461	5,61	1,59			
Ev-aile özsaygısı	Lisanslı (Okul Takımları)	309	5,88	1,77	0,10	768	0,918
	Lisanssız (Serbest zaman değerlendirmek için)	461	5,86	1,82			
Akademik özsaygı	Lisanslı (Okul Takımları)	309	5,54	1,63	2,09	717,95	0,037*
	Lisanssız (Serbest zaman değerlendirmek için)	461	5,26	1,87			

* $p<0,05$; ** $p<0,01$

Tablo 9 incelendiğinde, araştırmaya katılan öğrencilerin spor yapma amacı değişkeni ile “genel özsaygı, sosyal özsaygı ve akademik özsaygı” düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmektedir ($t_{(697,16)}=4,17$, $p<0,01$; $t_{(768)}=2,71$, $p<0,01$; $t_{(717,95)}=2,09$, $p<0,05$). Lisanslı öğrencilerin “genel özsaygı” düzeyleri ($\bar{X}=19,51$), “sosyal özsaygı” düzeyleri ($\bar{X}=5,92$) ve “akademik özsaygı” düzeyleri ($\bar{X}=5,54$), lisanssız serbest zaman değerlendirmek için spor yapan öğrencilerin “genel özsaygı” ($\bar{X}=18,23$), “sosyal özsaygı” ($\bar{X}=5,61$) ve “akademik özsaygı” düzeylerine ($\bar{X}=5,26$) göre daha yüksektir. Buna karşın “ev-aile özsaygısı” düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır ($p>0,05$).

Araştırmaya katılan öğrencilerin özsaygı düzeyleri spor branşına ait t-testi sonuçları Tablo 10’da gösterilmiştir.

Tablo 10. Öğrencilerin Özsaygı Düzeyleri ile Spor Branşına Ait T-Testi Sonuçları

Özsaygı alt ölçekler	Spor Branşı	n	\bar{X}	ss	t	sd	p
Genel özsaygı	Bireysel Sporlar	39	18,17	4,38	-2,06	307	0,044*
	Takım Sporları	270	19,70	3,85			

Sosyal özsaygı	Bireysel Sporlar	39	5,66	1,54	-1,12	307	0,266
	Takım Sporları	270	5,96	1,48			
Ev-aile özsaygısı	Bireysel Sporlar	39	5,53	2,15	-1,29	49,42	0,195
	Takım Sporları	270	5,93	1,71			
Akademik özsaygı	Bireysel Sporlar	39	4,87	1,70	-2,65	307	0,011*
	Takım Sporları	270	5,64	1,60			

*p<0,05

Tablo 10 incelendiğinde, öğrencilerin spor branşı ile “genel özsaygı ve akademik özsaygı” düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur ($t_{(307)}=-2,06$, $p<0,05$; $t_{(307)}=-2,65$, $p<0,05$). Bu sonuçlara göre, takım sporları ile ilgilenen öğrencilerin “genel özsaygı ($\bar{X}=19,70$) ve akademik özsaygı ($\bar{X}=5,64$)” düzeyleri, bireysel spor ile ilgilenen öğrencilerin “genel özsaygı ($\bar{X}=18,17$) ve akademik özsaygı ($\bar{X}=4,87$)” düzeylerine göre daha yüksektir. Buna karşın “sosyal özsaygı ve ev-aile özsaygısı” düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır ($p>0,05$).

Araştırmaya katılan öğrencilerin özsaygı düzeyleri ile haftalık egzersiz sıklığı ile ilgili tek yönlü varyans analizi sonuçları Tablo 11’de gösterilmiştir.

Tablo 11. Öğrencilerin Özsaygı Düzeyleri ile Haftalık Egzersiz Sıklığı Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Özsaygı alt ölçekler	Haftalık egzersiz sıklığı	n	\bar{X}	Varyans kaynağı	Kareler Toplamı	ss	Kareler ort.	F	p	Farkın kaynağı
Genel özsaygı	Haftada 1 gün	180	18,30	Gruplar arası	115,288	3	38,429	2,17	0,089	
	Haftada 2 gün	228	18,50							
	Haftada 3 gün	162	19,34	Gruplar içi	13509,336	766	17,636			
	Haftada 4 gün ve üzeri	200	18,95							
	Toplam	770	18,74	Toplam	13624,625	769				
Sosyal özsaygı	Haftada 1 gün	180	5,69	Gruplar arası	2,487	3	,829	0,34	0,796	
	Haftada 2 gün	228	5,81							
	Haftada 3 gün	162	5,66	Gruplar içi	1861,565	766	2,430			
	Haftada 4 gün ve üzeri	200	5,76							
	Toplam	770	5,74	Toplam	1864,052	769				
Ev-aile özsaygısı	Haftada 1 gün	180	5,92	Gruplar arası	8,654	3	2,885	0,88	0,447	
	Haftada 2 gün	228	5,90							
	Haftada 3 gün	162	5,99	Gruplar içi	2491,377	766	3,252			
	Haftada 4 gün ve üzeri	200	5,70							
	Toplam	770	5,87	Toplam	2500,031	769				
Akademik özsaygı	Haftada 1 gün	180	5,02	Gruplar arası	32,702	3	10,901	3,44	0,016*	Haftada 1 gün
	Haftada 2 gün	228	5,46							egzersiz ile
	Haftada 3 gün	162	5,41	Gruplar içi	2426,566	766	3,168			haftada 2

Haftada 4 gün ve üzeri	200	5,58				gün-3 gün-4 gün ve üzeri arasında
Toplam	770	5,37	Toplam	2459,268	769	

*p<0,05

Tablo 11’de verilen tek yönlü varyans analizi sonuçlarına göre, öğrencilerin haftalık egzersiz sıklığı ile “akademik özsaygı” düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($F_{(3-766)}=3,44$, $p<0,05$). Bu sonuca göre haftada 1 gün egzersiz yapan öğrencilerin “akademik özsaygı” düzeyleri ($\bar{X}=5,02$), haftada 2 gün ($\bar{X}=5,46$), haftada 3 gün ($\bar{X}=5,41$) ve haftada 4 ve üzeri ($\bar{X}=5,58$) egzersiz yapan öğrencilerden daha düşüktür. Buna karşın “genel özsaygı, sosyal özsaygı ve ev-aile özsaygısı” düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur ($p>0,05$).

V. BÖLÜM

5. TARTIŞMA

Bu bölümde bulgular ve alan yazındaki geçmiş araştırmalar sonuçlarıyla birlikte tartışılmıştır. Bu bölüm alt problemler göz önünde bulundurularak oluşturulmuştur. Ayrıca araştırma bulgularının ne anlama geldiği açıklanmıştır.

Araştırmamızın sonucunda aşağıdaki sonuçlar elde edilmiş ve tespit edilen bulgular konu ile ilgili literatür taraması sonucu elde edilen bulgular ile desteklenmiştir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin sportif yarışmalara katılım (lisanslı), serbest zaman değerlendirmek için spor yapma (lisanssız) ve spor yapmama değişkenleri ile özsaygı düzeylerine ait bulgulara bakıldığında “genel özsaygı, sosyal özsaygı ve akademik özsaygı” düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p < 0,05$; Tablo-3). Sportif yarışmalara katılan öğrencilerin “genel özsaygı düzeyleri” ($\bar{X} = 19,51$), serbest zaman değerlendirmek için spor yapan ($\bar{X} = 18,23$) ve spor yapmayan ($\bar{X} = 17,94$) öğrencilere göre daha yüksektir. Sportif yarışmalara katılan (lisanslı) öğrencilerin “sosyal özsaygı düzeyleri” ($\bar{X} = 5,92$), serbest zaman değerlendirmek için spor yapan (lisanssız) öğrencilere ($\bar{X} = 5,61$) göre daha yüksektir. Spor yapmayan öğrencilerin “akademik özsaygı” düzeyleri ($\bar{X} = 4,77$), sportif yarışmalara katılan (lisanslı) öğrenciler ($\bar{X} = 5,54$) ve serbest zaman değerlendirmek için spor yapan (lisanssız) öğrencilere ($\bar{X} = 5,26$) göre daha düşüktür; sportif yarışmalara katılan (lisanslı) öğrencilerin akademik özsaygı düzeyleri ($\bar{X} = 5,54$) serbest zaman değerlendirmek için spor yapan (lisanssız) öğrencilere ($\bar{X} = 5,26$) göre daha yüksektir. Öğrencilerin sportif yarışmalara katılım (lisanslı), serbest zaman değerlendirmek için spor yapma (lisanssız) ve spor yapmama değişkenleri ile “ev-aile özsaygısı” düzeyleri arasında ise istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur ($p > 0,05$; Tablo-3). Vatansız (2017: 30) tarafından yapılan araştırmada 14-18 yaş arası lisanslı spor yapan gençlerin, 14-18 yaş arasındaki spor yapmayan yaşlılarına göre benlik saygısı seviyeleri anlamlı şekilde farklılık göstermiştir. Lisanslı spor yapan gençlerde benlik saygısı seviyesi daha yüksek çıkmıştır.

Araştırmamızda öğrencilerin spor yapma-yapmama değişkeni ile “genel özsaygı ve akademik özsaygı” düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p < 0,01$; Tablo-4). Spor yapan öğrencilerin “genel özsaygı” düzeyleri ($\bar{X} = 18,74$) ve “akademik özsaygı” düzeyleri ($\bar{X} = 5,37$), spor yapmayan öğrencilerin “genel özsaygı” ($\bar{X} = 17,94$) ve

“akademik özsaygı” düzeylerine ($\bar{X}=4,77$) göre daha yüksektir. Buna karşın “sosyal özsaygı ve ev-aile özsaygısı” düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur ($p>0,05$; Tablo-4). Alan yazında araştırmamızın sonucunu destekleyen çalışmaların mevcut olduğu görülmüştür. Bingöl ve Alpkaya (2016) tarafından sporla uğraşan ve uğraşmayan lise öğrencilerinin benlik saygısı seviyelerinin araştırılması ile ilgili benzer bir çalışmada sporla uğraşan öğrencilerin sporla uğraşmayan öğrencilerle özsaygı seviyeleri arasında anlamlı bir fark olduğu görülmüştür. Zorba ve diğerlerine (1997) göre alıştırma programlı kamp hayatı ve özsaygı ilişkisi ile ilgili araştırmanın sonucuna bakıldığında alıştırma ve kamp programına katılan çocukların kamptan önceki özsaygı puanları ile kamptan sonraki özsaygı puanları arasında anlamlı bir artış olduğu gözlenmiştir. Kampta alıştırma yapmayan çocukların özsaygı puanlarında bir farklılık gözlenmemiştir. Başka bir araştırmada spor yapan bedensel özürsüz ve bedensel özürsüz olmayan ergenlerde ve genç yetişkinlerde özsaygının spor yapmayanlara oranla daha yüksek olduğu belirtilmiştir (Scarpa, 2011). Çakıcı (2010: 54) tarafından spor yapan ve yapmayan ergenlerle ilgili çalışmada spor yapan ergenler lehine anlamlı bir fark tespit edilmiştir. McAuley, Mihalko ve Bane (1997) tarafından yapılan araştırmada bedensel etkinlik ile özsaygı arasında pozitif bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Karaman ve diğerleri (2012) tarafından yapılan spor yapan ve yapmayan 10-12 yaş arasındaki çocuklarda özsaygı bakımından anlamlı bir fark olduğu belirtilmiştir. Spor yapmanın özsaygıyı artırdığı ifade edilmiştir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin özsaygı düzeyleri arasında cinsiyete bağlı farklılıklarla ilgili bulgulara bakıldığında cinsiyet değişkeni ile “genel özsaygı ve sosyal özsaygı” düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p<0,05$; Tablo-5). Erkek öğrencilerin “genel özsaygı” düzeyleri ($\bar{X}=18,87$) kadın öğrencilere ($\bar{X}=18,22$) göre, kadın öğrencilerin “sosyal özsaygı” düzeyleri ($\bar{X}=18,87$) erkek öğrencilere ($\bar{X}=18,87$) göre daha yüksektir. Buna karşın “ev-aile özsaygısı ve akademik özsaygı” arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur ($p>0,05$; Tablo-5). Yapılan araştırmalara bakıldığında özsaygı ile cinsiyet arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur (Bowker, Gadbois ve Cornock, 2003). Saygılı ve diğerleri (2015) tarafından eğitim seviyesinin özsaygı üzerinde tesirinin araştırılması adlı çalışmada cinsiyet ile özsaygı arasında anlamlı fark olduğu belirtilmiştir. Buna karşın Certel ve Bahadır (2012) takım sporu ile uğraşan özsaygısı ve devamlı öfke ve öfke ifade tarz ilişkisinin araştırılması ile ilgili çalışmanın sonucuna bakıldığında kadın veya erkek sporcu olmanın özsaygı üzerinde anlamlı bir fark ortaya koymadığı belirtilmiştir. Karademir, Döşyılmaz, Çoban ve Kafkas, (2010) yaptığı çalışmada cinsiyete göre özsaygının değişmediğini tespit etmişlerdir. Kor (2008: 39) tarafından yapılan çalışmada benlik saygısı puan ortalamalarında anlamlı bir fark bulunamamıştır.

Araştırmaya katılan öğrencilerden spor yapan erkeklerle spor yapmayan erkekler arasında “akademik özsaygı” düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p < 0,05$; Tablo-6). Spor yapan erkek öğrencilerin “akademik özsaygı” düzeyleri ($\bar{X} = 5,42$) spor yapmayan erkek öğrencilere göre ($\bar{X} = 4,96$) daha yüksektir. Buna karşın “genel özsaygı, sosyal özsaygı ve ev-aile özsaygısı” arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur ($p > 0,05$; Tablo-6). Araştırmaya katılan öğrencilerden spor yapan kadınlarla spor yapmayan kadınlar arasında “akademik özsaygı” düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p < 0,01$; Tablo-7). Spor yapan kadın öğrencilerin “akademik özsaygı” düzeyleri ($\bar{X} = 5,32$) spor yapmayan kadın öğrencilere göre ($\bar{X} = 4,64$) daha yüksektir. Buna karşın “genel özsaygı, sosyal özsaygı ve ev-aile özsaygısı” arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur ($p > 0,05$; Tablo-7). Seçer ve diğerleri (2011) tarafından yapılan bir çalışmada akademik başarıları ile özsaygı arasında anlamlı bir fark olduğu görülmüş ve özsaygısı yüksek öğrencilerin akademik başarılarının yüksek olduğu belirtilmiştir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin yaş değişkeni ile “sosyal özsaygı, ev aile özsaygısı ve akademik özsaygı” düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur ($p < 0,05$; Tablo-8). 14 yaş ve üzeri grubunda yer alan öğrencilerin “sosyal özsaygı” düzeyleri ($\bar{X} = 5,93$), 10-11 yaş grubunda olan öğrencilerden ($\bar{X} = 5,47$) ve 12-13 yaş grubunda olan öğrencilerden ($\bar{X} = 5,81$); 10-11 yaş grubunda yer alan öğrencilerin “ev-aile özsaygısı” düzeyleri ($\bar{X} = 6,09$) 14 yaş ve üzeri grubunda olan öğrencilerden ($\bar{X} = 5,64$) daha yüksektir. 14 yaş ve üzeri grubunda yer alan öğrencilerin “akademik özsaygı” düzeyleri ($\bar{X} = 4,48$), 10-11 yaş grubunda olan öğrencilerden ($\bar{X} = 5,77$) ve 12-13 yaş grubunda olan öğrencilerden ($\bar{X} = 5,21$); 12-13 yaş grubunda yer alan öğrencilerin “akademik özsaygı” düzeyleri ($\bar{X} = 5,21$) ise 10-11 yaş grubunda olan öğrencilerden ($\bar{X} = 5,77$) daha düşüktür. Buna karşın “genel özsaygı” düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır ($p > 0,05$; Tablo-8). Karademir ve diğerlerinin (2010) yaptığı çalışmaya göre özsaygının yaşla birlikte arttığı tespit edilmiştir. Deniz (2017: 100) tarafından spor yapan ve yapmayan kişiler üzerinde yapılan çalışmada da özsaygının yaşa göre arttığı tespit edilmiştir. Saygılı ve diğerleri (2015) tarafından yapılan araştırmada yaş ile özsaygı arasında anlamlı bir fark olduğu ifade edilmiştir. Aktaş (2014: 41) tarafından yapılan farklı branşlarda sporla uğraşan ve sporla uğraşmayan kişilerin benlik saygısı ve riske girme seviyelerinin incelenmesi isimli araştırmada yaşın yükseldikçe özsaygının da arttığı belirtilmiştir. Dinçer ve diğerleri (2015) tarafından yapılan bedensel özürülü badmintoncularda özsaygının araştırılması isimli çalışmada fiziksel özürülü badmintoncuların özsaygılarının yaşa göre yükseldiği fakat bu değişimin istatistiksel olarak anlamlı bir fark oluşturmadığı belirtilmiştir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin spor yapma amacı değişkeni ile “genel özsaygı, sosyal özsaygı ve akademik özsaygı” düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmektedir ($p < 0,05$; Tablo-9). Lisanslı öğrencilerin “genel özsaygı” düzeyleri ($\bar{X} = 19,51$), “sosyal özsaygı” düzeyleri ($\bar{X} = 5,92$) ve “akademik özsaygı” düzeyleri ($\bar{X} = 5,54$), lisanssız serbest zaman değerlendirmek için spor yapan öğrencilerin “genel özsaygı” ($\bar{X} = 18,23$), “sosyal özsaygı” ($\bar{X} = 5,61$) ve “akademik özsaygı” düzeylerine ($\bar{X} = 5,26$) göre daha yüksektir. Buna göre lisanslı spor yapmanın genel özsaygıyı, sosyal özsaygıyı, akademik özsaygıyı artırdığı söylenebilir. Buna karşın “ev-aile özsaygısı” düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p > 0,05$; Tablo-9). Taşgıt (2012: 77) tarafından yapılan araştırmaya göre amatör sporla uğraşanlarla spor yapmayanlar arasındaki özsaygı karşılaştırmasında amatör sporla uğraşanların özsaygıları spor yapmayanlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Aynı çalışmada yaz kurslarına giden öğrencilerin genel özsaygısı, sosyal özsaygısı ve akademik özsaygısı arasında anlamlı bir fark bulunmuştur. Vatansever (2017: 60) tarafından yapılan çalışmada 14-18 yaş aralığındaki lisanslı sporcuların, spor yapmayan yaşlılarına göre öz saygılarının anlamlı şekilde farklılık gösterdiğini tespit etmiştir.

Yapılan analizler sonucunda, araştırmaya katılan öğrencilerin spor branşı ile “genel özsaygı ve akademik özsaygı” düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur ($p < 0,05$; Tablo-10). Bu sonuçlara göre, takım sporları ile ilgilenen öğrencilerin “genel özsaygı ($\bar{X} = 19,70$) ve akademik özsaygı ($\bar{X} = 5,64$)” düzeyleri, bireysel spor ile ilgilenen öğrencilerin “genel özsaygı ($\bar{X} = 18,17$) ve akademik özsaygı ($\bar{X} = 4,87$)” düzeylerine göre daha yüksektir. Buna karşın “sosyal özsaygı ve ev-aile özsaygısı” düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır ($p > 0,05$; Tablo-10). Yapılan literatür taraması sonucunda araştırma bulgularını destekleyen bir çalışmaya ulaşılamamıştır. Ancak Kor (2008: 40) tarafından yapılan, spor ile uğraşan öğrencilerin spor yaptıkları branşlara göre benlik saygılarının incelendiği çalışmada, çeşitli spor branşlarıyla meşgul olan öğrencilerin benlik saygıları ve spor branşları arasında bir ilişkinin olmadığını rapor edilmiştir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin haftalık egzersiz sıklığı ile “akademik özsaygı” düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p < 0,05$; Tablo-11). Bu sonuca göre haftada 1 gün egzersiz yapan öğrencilerin “akademik özsaygı” düzeyleri ($\bar{X} = 5,02$), haftada 2 gün ($\bar{X} = 5,46$), haftada 3 gün ($\bar{X} = 5,41$) ve haftada 4 ve üzeri ($\bar{X} = 5,58$) egzersiz yapan öğrencilerden daha düşüktür. Buna karşın “genel özsaygı, sosyal özsaygı ve ev-aile özsaygısı” düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur ($p > 0,05$; Tablo-11). Togo (2016) tarafından yapılan bir çalışmada, tam zamanlı devam eden spor kurslarına

katılan öğrenciler ile branşa özgü kurslara katılan öğrencilerin karşılaştırılmasında, tam zamanlı spor kurslarına katılan öğrencilerin genel özsaygısında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur. Ayrıca Tekin, Amman ve Tekin (2009) tarafından yapılan başka bir çalışmada düzenli egzersizin özsaygıyı geliştirdiği belirtilmiştir. Çakıcı (2010: 54) tarafından yapılan araştırmada düzenli spor yapan 9-13 yaş aralığındaki çocukların benlik saygısı puanları kontrol grubuna göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Sporla daha uzun süre uğraşan kişilerin spor yapan veya süre olarak sporla daha az uğraşan kişilere göre özsaygısının yüksek olduğu belirlenmiştir (Kor, 2008). Yarımkaya (2013: 54) tarafından yapılan “12–14 Yaş Arası Ortaokul Öğrencilerinin Özgüven Düzeylerinin Voleybolda Servis Kullanma Becerisi Üzerine Etkisi” adlı araştırmada sporla iç içe olup düzenli spor yapan kişilerin düzenli spor yapmayanlara göre benlik saygılarının daha yüksek olduğu belirtilmiştir.

VI. BÖLÜM

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde araştırmayla ilgili hangi sonuçlara ulaşıldığına yer verilmiştir. Sonuçlar, araştırmanın alt problemleriyle ilişkilendirilerek verilmiştir. Ardından bulgular göz önünde bulundurularak önerilere yer verilmiştir.

6.1. Sonuçlar

Araştırmamıza katılan öğrencilerin sportif yarışmalara katılım (lisanslı), serbest zaman değerlendirmek için spor yapma (lisanssız) ve spor yapmama değişkenleri ile özsaygı düzeylerine ait bulgulara bakıldığında “genel özsaygı, sosyal özsaygı ve akademik özsaygı” düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p < 0,05$; Tablo-3). Sportif yarışmalara katılan öğrencilerin “genel özsaygı düzeyleri” ($\bar{X} = 19,51$), serbest zaman değerlendirmek için spor yapan ($\bar{X} = 18,23$) ve spor yapmayan ($\bar{X} = 17,94$) öğrencilere göre daha yüksektir.

Sportif yarışmalara katılan (lisanslı) öğrencilerin “sosyal özsaygı düzeyleri” ($\bar{X} = 5,92$), serbest zaman değerlendirmek için spor yapan (lisanssız) öğrencilere ($\bar{X} = 5,61$) göre daha yüksektir.

Spor yapmayan öğrencilerin “akademik özsaygı” düzeyleri ($\bar{X} = 4,77$), sportif yarışmalara katılan (lisanslı) öğrenciler ($\bar{X} = 5,54$) ve serbest zaman değerlendirmek için spor yapan (lisanssız) öğrencilere ($\bar{X} = 5,26$) göre daha düşük iken; sportif yarışmalara katılan (lisanslı) öğrencilerin akademik özsaygı düzeyleri ($\bar{X} = 5,54$) serbest zaman değerlendirmek için spor yapan (lisanssız) öğrencilere ($\bar{X} = 5,26$) göre daha yüksektir.

Öğrencilerin Sportif yarışmalara katılım (lisanslı), serbest zaman değerlendirmek için spor yapma (lisanssız) ve spor yapmama değişkenleri ile “ev-aile özsaygısı” düzeyleri arasında ise istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur ($p > 0,05$; Tablo-3).

Araştırmamızda öğrencilerin spor yapıp-yapmama değişkeni ile “genel özsaygı ve akademik özsaygı” düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p < 0,01$; Tablo-4). Spor yapan öğrencilerin “genel özsaygı” düzeyleri ($\bar{X} = 18,74$) ve “akademik özsaygı” düzeyleri ($\bar{X} = 5,37$), spor yapmayan öğrencilerin “genel özsaygı” ($\bar{X} = 17,94$) ve

“akademik özsaygı” düzeylerine ($\bar{X} = 4,77$) göre daha yüksektir. Buna karşın “sosyal özsaygı ve ev-aile özsaygısı” düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur ($p > 0,05$; Tablo-4).

Araştırmamıza katılan öğrencilerin özsaygı düzeyleri arasında cinsiyete bağlı farklılıklarla ilgili bulgulara bakıldığında cinsiyet değişkeni ile “genel özsaygı ve sosyal özsaygı” düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p < 0,05$; Tablo-5). Erkek öğrencilerin “genel özsaygı” düzeyleri ($\bar{X} = 18,87$) kadın öğrencilere ($\bar{X} = 18,22$) göre; kadın öğrencilerin “sosyal özsaygı” düzeyleri ($\bar{X} = 18,87$) erkek öğrencilere ($\bar{X} = 18,87$) göre daha yüksektir. Buna karşın “ev-aile özsaygısı ve akademik özsaygı” arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur ($p > 0,05$; Tablo-5).

Araştırmamıza katılan öğrencilerden spor yapan erkeklerle spor yapmayan erkekler arasında “akademik özsaygı” düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p < 0,05$; Tablo-6). Spor yapan erkek öğrencilerin “akademik özsaygı” düzeyleri ($\bar{X} = 5,42$) spor yapmayan erkek öğrencilere göre ($\bar{X} = 4,96$) daha yüksektir. Buna karşın “genel özsaygı, sosyal özsaygı ve ev-aile özsaygısı” arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur ($p > 0,05$; Tablo-6).

Araştırmamıza katılan öğrencilerden spor yapan kadınlarla spor yapmayan kadınlar arasında “akademik özsaygı” düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p < 0,01$; Tablo-7). Spor yapan kadın öğrencilerin “akademik özsaygı” düzeyleri ($\bar{X} = 5,32$) spor yapmayan kadın öğrencilere göre ($\bar{X} = 4,64$) daha yüksektir. Buna karşın “genel özsaygı, sosyal özsaygı ve ev-aile özsaygısı” arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur ($p > 0,05$; Tablo-7).

Araştırmamıza katılan öğrencilerin yaş değişkeni ile “sosyal özsaygı, ev aile özsaygısı ve akademik özsaygı” düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur ($p < 0,05$; Tablo-8). 14 yaş ve üzeri grubunda yer alan öğrencilerin “sosyal özsaygı” düzeyleri ($\bar{X} = 5,93$), 10-11 yaş grubunda olan öğrencilerden ($\bar{X} = 5,47$) ve 12-13 yaş grubunda olan öğrencilerden ($\bar{X} = 5,81$); 10-11 yaş grubunda yer alan öğrencilerin “ev-aile özsaygısı” düzeyleri ($\bar{X} = 6,09$) 14 yaş ve üzeri grubunda olan öğrencilerden ($\bar{X} = 5,64$) daha yüksektir. 14 yaş ve üzeri grubunda yer alan öğrencilerin “akademik özsaygı” düzeyleri ($\bar{X} = 4,48$), 10-11 yaş grubunda olan öğrencilerden ($\bar{X} = 5,77$) ve 12-13 yaş grubunda olan öğrencilerden ($\bar{X} = 5,21$); 12-13 yaş grubunda yer alan öğrencilerin “akademik özsaygı” düzeyleri ($\bar{X} = 5,21$) ise 10-11 yaş grubunda olan öğrencilerden ($\bar{X} = 5,77$) daha düşüktür. Buna karşın “genel özsaygı” düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır ($p > 0,05$; Tablo-8).

Araştırmamızda öğrencilerin spor yapma amacı değişkeni ile “genel özsaygı, sosyal özsaygı ve akademik özsaygı” düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmektedir ($p < 0,05$; Tablo-9). Lisanslı öğrencilerin “genel özsaygı” düzeyleri ($\bar{X} = 19,51$), “sosyal özsaygı” düzeyleri ($\bar{X} = 5,92$) ve “akademik özsaygı” düzeyleri ($\bar{X} = 5,54$), lisanssız serbest zaman değerlendirmek için spor yapan öğrencilerin “genel özsaygı” ($\bar{X} = 18,23$), “sosyal özsaygı” ($\bar{X} = 5,61$) ve “akademik özsaygı” düzeylerine ($\bar{X} = 5,26$) göre daha yüksektir. Buna karşın “ev-aile özsaygısı” düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır ($p > 0,05$; Tablo-9).

Araştırmamıza katılan öğrencilerin spor branşı ile “genel özsaygı ve akademik özsaygı” düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur ($p < 0,05$; Tablo-10). Bu sonuçlara göre, takım sporları ile ilgilenen öğrencilerin “genel özsaygı” ($\bar{X} = 19,70$) ve akademik özsaygı ($\bar{X} = 5,64$) düzeyleri, bireysel spor ile ilgilenen öğrencilerin “genel özsaygı” ($\bar{X} = 18,17$) ve akademik özsaygı ($\bar{X} = 4,87$) düzeylerine göre daha yüksektir. Buna karşın “sosyal özsaygı ve ev-aile özsaygısı” düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır ($p > 0,05$; Tablo-10).

Araştırmamıza katılan öğrencilerin haftalık egzersiz sıklığı ile “akademik özsaygı” düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p < 0,05$; Tablo-11). Bu sonuca göre haftada 1 gün egzersiz yapan öğrencilerin “akademik özsaygı” düzeyleri ($\bar{X} = 5,02$), haftada 2 gün ($\bar{X} = 5,46$), haftada 3 gün ($\bar{X} = 5,41$) ve haftada 4 gün ve üzeri ($\bar{X} = 5,58$) egzersiz yapan öğrencilerden daha düşüktür. Buna karşın “genel özsaygı, sosyal özsaygı ve ev-aile özsaygısı” düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur ($p > 0,05$; Tablo-11).

6.2. Öneriler

Araştırmamızın sonuçlarına göre genel özsaygı, akademik özsaygı, sosyal özsaygının gelişimi için çocukların spora yönlendirilmesinin yararlı olacağı düşünülmektedir.

Bu araştırma Tokat’ın Erbaa ilçesindeki ortaokullar ile sınırlıdır. Benzer bir çalışma Tokat’ın diğer ilçelerinin tamamında veya diğer illerde de yapılabilir.

Eğitim öğretimin farklı kademelerinde buna benzer çalışmalar yapılabilir. Bu sayede literatüre daha fazla çalışma kazandırılarak spor yapma ile özsaygının artması arasındaki pozitif ilişkiye dikkat çekilebilir.

Akademik başarıyı yükseltmek adına spor ve akademik özsaygı arasındaki ilişkiye dikkat çeken çalışmalar yapılabilir.

Devletin sporla ilgili politikalar geliştirmesi çocuklarımızın özsaygılarını geliştirecek, yaşam kalitelerini artıracak ve hayatlarını daha iyi bir şekilde sürdürmelerine fayda sağlayacaktır. Bunun için ailelerin ve toplumun da bilinçlendirilmesi gerekmektedir.



KAYNAKLAR

- Aktaş, İ. (2014). *Farklı branşlarda spor yapan ve spor yapmayan bireylerin benlik saygısı ve risk alma düzeylerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, Erzurum.
- Aktuğ, T. (2006). *Ergenlerde akran baskısı ve benlik saygısının incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi, Mersin.
- Altınova, H.H., Adıgüzel, Ö. (2012). Yaratıcı drama yönteminin kadınların özsaygı düzeyine etkililiği. *Ankara Sağlık Bilimleri Dergisi*, 1 (3), 145-164.
- Atasoy, B., Kuter, F.Ö. (2005). Küreselleşme ve spor. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18 (1), 11-22.
- Atsan, N. (2017). Karar vermede çatışma kuramı ve özsaygı ilişkisine yönelik kültürel bir inceleme. *Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 22 (1), 63-73.
- Avşaroğlu, S., Üre, Ö. (2007). *Üniversite Öğrencilerinin Karar Vermede Özsaygı, Karar Verme ve Stresle Başa Çıkma Stillerinin Benlik Saygısı ve Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Doktora Tezi, Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Bademci, H.Ö., Karadayı, E.F., Karabulut, İ.G.P. ve Vural, N.B. (2018). Öğrencilerin özsaygılarının artırılması yoluyla okul terkinin önlenmesi. *Türk Psikoloji Yazıları*, 21 (41), 60-73.
- Bingöl, C., Alpkaya, U. (2016). Spor yapan ve yapmayan lise öğrencilerinin özsaygı düzeylerinin incelenmesi. *Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 1 (1), 31-37.
- Bolat, E. (2018). Anne Baba Tutumlarının Çocukların Sosyal Becerileri Üzerindeki Etkisi. *Uluslararası Çocuk Edebiyatı ve Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 2 (2), 32-38.
- Bowker, A., Gadbois, S. ve Cornock, B. (2003). Sport participation and self-esteem: variations as a function of gender and gender role orientation. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 49 (1-2), 47-58.
- Boylu, A. A., Günay, G., Ersoy, A. F. (2018). Üniversite öğrencilerinin sosyal kırılganlıkları ile benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Üçüncü Sektör Sosyal Ekonomi*, 53 (3), 1177-1186.
- Büyükoztürk, Ş., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö.E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2012). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. 13.Baskı. Ankara: Pegem.
- Cengil, M. (2009). Hitit Üniversitesi İlahiyat Fakültesi I. Sınıf Öğrencilerinin Benlik Saygısı Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Hitit Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 8 (15), 77-102.

- Certel, Z., Bahadır, Z. (2012). Takım sporu yapan sporcularda benlik saygısı ve sürekli öfke ve öfke ifade tarz ilişkisinin incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 14 (2), 157-164.
- Çakıcı, D. (2010). *Spor lisesi ve genel lise 9.ve 10. Sınıf öğrencilerinin sosyal yetkinlik beklentisi ve özsaygı düzeylerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi, Mersin.
- Çelik, A., Şahin, M. (2013) Spor ve çocuk gelişimi. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 6 (1), 467-478.
- Çetin, C. N. (2018). Dördüncü sınıf öğrencilerinin özsaygı düzeylerinin ana baba tutumları ve empati düzeyleri ile ilişkisinin incelenmesi. *Aile psikolojik Danışmanlığı Dergisi*, 01, 21-47.
- Çutuk, Z. A. (2017). 5. sınıf öğrencilerinin sosyal becerilerinin özsaygı ve denetim odağı ile ilişkisi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17 (2), 505-525.
- Deniz, U. (2017). *Ergenlik dönemindeki futbolcuların esenlik algıları ve özsaygı düzeylerinin performanslarına etki eden değişkenlere göre incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Diñçer, N., Bozdam, A., Yetkin, T. (2015). Bedensel engelli badmintoncularda benlik saygısının incelenmesi. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 3 (16), 157-164.
- Doğru, N., Peker, R. (2004). Özsaygı geliştirme programının lise dokuzuncu sınıf öğrencilerinin özsaygı düzeylerine etkisi. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17 (2), 315-328.
- Ekmekçi, Y.A.D., Ekmekçi, R., İrmış, A. (2013). Küreselleşme ve Spor Endüstrisi. *Pamukkale Journal of Sport Sciences*, 4 (1), 91-117.
- Ergül, O.K., Alp, H. ve Çamlıyer, H. (2018). Ders dışı etkinlikler kapsamında uygulanan fiziksel aktivite programının ilköğretim öğrencilerinin yaşam kalitesi üzerindeki etkileri. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 3 (2), 208-222.
- Filiz, K. (2002). Sporun Tanımlanması ve Kapsamının Belirlenmesi Üzerine Bir Çalışma. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22 (2), 203-211.
- Güloğlu, B., Aydın, G. (2001) Coopersmith özsaygı envanterinin faktör yapısı. *Eğitim ve Bilim* 26 (122), 66-71.
- Işıklar, A., Bilgin, M. ve Bilgin, M. (2016) İlkokul öğrencilerinin sosyal uyumları ile anne-baba stres düzeylerinin incelenmesi. *Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 3: 113-127.
- Kandemir, M., Özbay, Y. (2009) Sınıf içinde algılanan empatik atmosfer ile benlik saygısı arasındaki etkileşimin zorbalıkla ilişkisi. *Elementary Education Online*, 8(2), 322-333.

- Kaplan, Y., Çetinkaya, G. (2014). Spor yoluyla toplumsallaşma-yeniden toplumsallaşma süreci. *International Journal of Science Culture and Sport, Special Issue*, 2 (2), 120-125.
- Karademir, T., Döşyılmaz, E., Çoban, B. ve Kafkas, M.E. (2010). Beden eğitimi ve spor bölüm özel yetenek sınavına katılan öğrencilerde benlik saygısı ve duygusal zeka. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 18 (2), 653-674.
- Karaman, Ç., Son, M., Bayazıt, B., Dinçer, Ö. ve Çolak, E. (2012). Spor yapan ve yapmayan 10-12 yaş grubu çocuklarda benlik saygısının incelenmesi. *1. Rekreasyon Çalışmaları Kongresi*, 431-438.
- Karasar, N. (2005). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Keleş, M. F., Oktay, B. (2002) Akademik benlik kavramı ve akademik başarı arasındaki ilişki. *Eğitim ve Bilim*, 27 (124), 71-79.
- Kor, M. (2008) *Sivas il merkezindeki ortaöğretim öğrencilerinde sporun özsaygı düzeyine etkisinin araştırılması*. Yüksek Lisans Tezi, Cumhuriyet Üniversitesi, Sivas.
- Korkmaz, N. H. (2007). Yaz spor okulları ile çocukların benlik saygısı arasındaki ilişki. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 20 (1), 49-65.
- Kutlu, M. (1998). Yetiştirme yurdu öğrencilerinin özsaygı düzeylerinin incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 22 (10).
- Mcauley, E., Mihalko, S.L. ve Bane, S.M. (1997). Exercise and self-esteem in middle-aged adults: multidimensional relationships and physical fitness and self-efficacy influences. *Journal of Behavioral Medicine*, 20 (1).
- Özdiñç, Ö. (2005). Çukurova Üniversitesi öğrencilerinin sporun ve spora katılımın sosyalleşmeyle ilişkisi üzerine görüşleri. *Sportre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3 (2), 77-84.
- Pehlivan, Z. (2009). Spora katılan çocuklara yönelik ailelerin beklentileri, çocuklarda görülen davranış değişimleri ve spora katılımın önündeki engeller. *Sportre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 7 (2), 69-76.
- Pişkin, M. (1996). *Self-Esteem, Locus of Control and Academic Achievement of Secondary School Children both in England and Turkey*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. University of Leicester, Faculty of Education and Continuing Studies, İngiltere.
- Saygılı, G., Kesecioğlu, T.İ. ve Kırıktaş, H. (2015). Eğitim düzeyinin benlik saygısı üzerindeki etkisinin incelenmesi. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 4 (2), 210-217.
- Scarpa, S. (2011). Physical self-concept and self-esteem in adolescents and young adults with and without physical disability: the role of sports participation. *European Journal of Adapted Physical Activity*, 4 (1), 38-53.

- Seçer, İ., İlbay, B.A., Ay, İ. ve Çiftçi, M. (2012). Yatılı ilköğretim bölge okullarındaki öğrencilerin benlik saygılarının incelenmesi. *Sakarya University Journal of Education*, 1 (3), 61-73.
- Subaşı, G. (2000) Verimli ders çalışma alışkanlıkları eğitiminin akademik başarı, akademik benlik kavramı ve çalışma alışkanlıklarına etkisi. *Eğitim ve Bilim*, 25 (117).
- Taşgıt, M. S. (2012). *Üniversite öğrencilerinin benlik saygısı ve karar verme düzeylerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Karaman.
- Tekin, G., Amman, M.T. ve Tekin, A. (2009). Serbest zamanlarda yapılan fiziksel egzersizin üniversite öğrencilerinin depresyon ve atılganlık düzeylerine etkisi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 6 (2), 148-159.
- Togo, O. T. (2016). Orta öğretim öğrencilerinin serbest zamanda yaptıkları spor aktivitesinin kişilik yapıları üzerine etkisi. *Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 1 (1), 75-84.
- Tosun, A., Demir, B., Uçkun, G. ve Konak, O. (2015). Spor aktivitelerinin üniversite öğrencilerinin başarı ve motivasyonu ile ilişkisi. *4. Uluslararası Meslek Yüksek Okulları Sempozyumu*, Kocaeli Üniversitesi, Kocaeli.
- Türkmen, M. (2012). Öznel iyi oluşun yapısı ve anababa tutumları, özsaygı ve sosyal destekle ilişkisi: bir model sınaması. *Uşak Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 5/1, 41-73.
- URL-1, http://www.guncedanismanlik.net/images/stories/bultenler/2010_09.pdf, *Çocuklarda özgüven ve özsaygı gelişimi*. Erişim: 21 Ocak 2019.
- Vatansever, S. (2017). *Lisanslı spor yapan ve yapmayan ergenlerin mental iyi oluş, benlik saygısı, sosyal görünüş kaygısı ve algılanan sosyal destek açısından karşılaştırılması*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Arel Üniversitesi, İstanbul.
- Yarımkaya, E. (2013). *12-14 yaş arası ilköğretim öğrencilerinin özgüven düzeylerinin voleybolda servis atma becerisi üzerine etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Yetim, A.A. (2000). Sporun sosyal görünümü. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 1, 63-72.
- Yetim, A. A. (2006). *Sosyoloji ve Spor*. 1.Baskı. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- Yıldız, S. (2009). *Spor Yapan ve Yapmayan Ortaöğretim Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Zembat, R., Koçyiğit, S., Yavuz, E.A. ve Tunçeli, H.İ. (2018). Çocukların benlik algısı, mizaç ve sosyal becerileri arasındaki ilişkiler. *Uluslararası Türkçe Edebiyat Kültür Eğitim Dergisi*, 7 (1), 548-567.
- Zorba, E., Tekin, A., Özdağ, S. ve Akçakoyun, F. (1997). Egzersiz programlı kamp yaşantısı ve özsaygı ilişkisi. *Beden Eğitimi Spor Bilimleri Dergisi*, 2 (4), 29-34.





EKLER

Ek 1. Kişisel Bilgi Formu

1. **Cinsiyetiniz:** () Erkek () Kız
2. **Yaşınız:**
3. **Okulunuz:**
4. **Sınıfınız:**
5. **Spor yapıyor musunuz?**
A) Evet B) Hayır
6. **Cevabınız evet ise sporu hangi amaçla yapıyorsunuz?**
A) Lisanslı (Okul Takımları)
B) Lisanssız (Serbest zaman değerlendirmek için)
7. **Şu an hangi spor branşı ile ilgileniyorsunuz?**
Branş (Belirtiniz):
8. **Haftada kaç gün egzersiz / antrenman yapıyorsunuz?**
A) Haftada 1 gün
B) Haftada 2 gün
C) Haftada 3 gün
D) Haftada 4 gün ve üzeri

Ek 2. Coopersmith Özsaygı Envanteri

		EVET	HAYIR
1.	Hayatımda olanlardan genellikle rahatsızlık duymam.		
2.	Sınıfın önünde konuşma yapmak bana oldukça güç gelir.		
3.	Eğer gücüm yetse kendimle ilgili değiştirmek istediğim pek çok özelliğim var.		
4.	Herhangi bir konuda fazla zorlanmadan karar verebilirim.		
5.	İnsanlar benimle birlikteyken hoş ve neşeli vakit geçirirler.		
6.	Evdeyken kolayca canım sıkılır, moralim bozulur.		
7.	Yeni şeylere alışmam uzun zaman alır.		
8.	Yaşıtlarımın arasında seviyorum.		
9.	Anne ve babam duygularımı genellikle dikkate alır.		
10.	Güçlüler karşısında kolayca pes ederim.		
11.	Anne ve babamın benden beklentisi çok fazla (aşırı derecede).		
12.	Kendim olabilmek oldukça zor.		
13.	Hayatımdaki her şey karmakarışık.		
14.	Arkadaşlarım genellikle düşüncelerimi izlerler.		
15.	Kendimi değersiz görüyorum.		
16.	Pek çok kere evden ayrılmayı, kaçmayı istemişimdir.		
17.	Okulda sıkça moralimin bozulduğunu, canımın sıkıldığını hissediyorum.		
18.	Çoğu insan kadar güzel görünüşlü biri değilim.		
19.	Söyleyecek bir şeyim olduğunda, genellikle çekinmeden söylerim.		
20.	Anne- babam beni anlıyor.		
21.	İnsanların çoğu benden daha çok seviyor.		
22.	Anne ve babamın çoğu zaman beni sanki zorladıklarını hissediyorum.		
23.	Okulda çoğu zaman cesaretim kırılıyor.		
24.	Sık sık keşke başka birisi olsam diye arzularım.		
25.	Kendimi güvenilir biri olarak görmüyorum. (Bana bel bağlanmaz)		
26.	Hiçbir şey için kaygı duymam.		
27.	Kendimden oldukça eminim.		
28.	Sevecen birisiyim, başkaları tarafından kolayca sevilirim.		
29.	Anne ve babamla birlikte oldukça hoş ve neşeli vakit geçirmekteyiz.		
30.	Hayal kurmaya çok zaman harcıyorum.		
31.	Keşke daha küçük olsaydım.		
32.	Her zaman yapılması gerekeni, doğru olanı yaparım.		
33.	Okulda başarılarımla gurur duymaktayım.		
34.	Birileri her zaman ne yapmam gerektiğini bana söylemeli.		
35.	Yaptığım şeylerden dolayı sık sık pişmanlık duyarım.		
36.	Hiçbir zaman mutlu olmam.		
37.	Derslerimle ilgili olarak yapabileceğim en iyisini yapıyorum.		
38.	Genellikle kendimi koruyabilir, kendime dikkat edebilirim.		
39.	Oldukça mutluyum.		
40.	Oyunu kendimden daha küçüklerle oynamayı tercih ederim.		
41.	Tanıdığım herkesi seviyorum.		
42.	Sınıfta söz almaktan hoşlanırım.		
43.	Kendimi anlayabiliyorum.		
44.	Evde hiç kimse bana fazla ilgi göstermiyor.		
45.	Hiç bir zaman azar işitmem.		

Coopersmith Özsaygı Envanteri Devamı			
46.	Okulda olmak istediğim kadar başarılı değilim.		
47.	Kendi başıma karar verebilir ve bu kararında ısrar edebilirim.		
48.	Cinsiyetimden (erkek ya da kız olmaktan) memnun değilim.		
49.	Başka insanlarla birlikte olmaktan hoşlanmıyorum.		
50.	Hiç bir zaman utanmam.		
51.	Sık sık kendimden utandığımı hissediyorum.		
52.	Arkadaşlarım sık sık beni kızdırır, dalga geçerler.		
53.	Her zaman doğruyu söylerim.		
54.	Öğretmenlerim bana yeterince başarılı olamadığımı hissettiriyor.		
55.	Bana ne olacağı hiç umurumda değil.		
56.	Başarısız bir insanım.		
57.	Azarlandığımda kolayca bozulurum.		
58.	Kime ne söyleyeceğimi her zaman bilirim.		



Ek 3. Veli Onam Formu

Sayın Veli;

Çocuğunuzun katılacağı bu çalışma, "Tokat ili Erbaa ilçesinde spor yapan ve yapmayan ortaokul öğrencilerinin özsaygı düzeylerinin araştırılması" adıyla, 06.02.2019-18.03.2019 tarihleri arasında yapılacak bir araştırma uygulamasıdır.

Araştırmanın Hedefi: Spor yapmanın ve yapmanın özsaygı üzerine etkisi.

Araştırma Uygulaması: Anket şeklindedir.

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

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

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

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

Araştırmacı : Murat ÖZER
İletişim bilgileri :

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

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

İmza

Veli Adı Soyadı :

Telefon Numarası :

Ek 4. Araştırma İzni

Amasya Üni Gelen Evrak Tarih ve Sayısı: 27/02/2019-2047



T.C.
TOKAT VALİLİĞİ
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

Sayı : 27001677-44-E.3742565
Konu : Araştırma İzni

20.02.2019

AMASYA ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜNE

İlgi :04/02/2019 tarih ve 515 sayılı yazınız.

İlgi yazınız ekinde gönderilen Üniversitenizin Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı yüksek lisans öğrencisi Murat ÖZER'e ait araştırma izni Müdürlüğümüz İnceleme Komisyonu tarafından incelenmiş, söz konusu araştırmanın yapılmasında herhangi bir sakınca olmayacağı kanaatine varılmış olup, konu ile ilgili Valilik Onayı ekte gönderilmiştir.

Bilginizi ve gereğini arz ederim.

Murat KÜÇÜKALİ
İl Millî Eğitim Müdürü

Ek : Valilik Onayı (1 Sayfa)

Ayşe KÖPRÜLÜ

Adres: GOP Bulvarı 60100 Tokat/Merkez
Elektronik Ağ: www.meb.gov.tr
e-posta: stratejigelistirme60@meb.gov.tr

Bilgi için: Adnan YÜCE Memur
Tel: 0 (356) 214 10 17
Faks: 0 (356) 214 11 86

Bu evrak güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır. <https://evraksorgu.meb.gov.tr> adresinden 703a-9614-3521-b290-fad9 kodu ile teyit edilebilir.



T.C.
TOKAT VALİLİĞİ
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

Sayı : 27001677-44-E.3315069
Konu : Araştırma İzni Verilmesi

15/02/2019

VALİLİK MAKAMINA

- İlgi : a) Millî Eğitim Bakanlığına Bağlı Okul ve Kurumlarda Yapılacak Araştırma ve Araştırma Desteğine Yönelik İzin ve Uygulama Yönergesi.
b) 09/10/2014 tarihli ve 27001677/600/4437181 sayılı Valilik Makam Onayı.
c) Araştırma İzinleri İnceleme Komisyonunun 13/02/2019 tarihli tutanağı.
d) Amasya Üniversitesi Rektörlüğü Öğrenci İşleri Daire Başkanlığı'nın 04/02/2019 tarih ve 515 sayılı yazısı.

Amasya Üniversitesi'nin ilgi (d) talebi gereği Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı yüksek lisans öğrencisi Murat ÖZER ilimiz Erbaa ilçesinde bulunan ortaokullarda öğrenim gören öğrencilere yönelik "Spor Yapan ve Yapmayan Ortaokul Öğrencilerinin Özsaygı Düzeylerinin Araştırılması" ile ilgili ölçek uygulaması konusunda hazırlanmış olduğu bilimsel amaçlı anket çalışmasını uygulamak istemektedir.

Söz konusu bilimsel amaçlı çalışmanın Tokat Erbaa ilçesinde bulunan ortaokul öğrencilerine uygulama yapılması Müdürlüğümüzce uygun görülmektedir. Makamınızca da uygun görüldüğü takdirde Olur'unuza arz ederim.

Murat KÜÇÜKALİ
İl Millî Eğitim Müdürü

OLUR
15/02/2019

Mehmet Suphi KÜSBECİ
Vali a.
Vali Yardımcısı

- Ek:
1-Tutanak
2-Anket Formu
3-Anket İzin Dilekçesi
4- Amasya Üniv.Rektörlüğü yazısı

Adres: GOP Bulvarı 60100 Tokat/Merkez
Elektronik Ağ: www.meb.gov.tr
e-posta: stratejigelistirme60@meb.gov.tr

Bilgi için: Adnan YÜCE Memur
Tel: 0 (356) 214 10 17
Faks: 0 (356) 214 11 86

Bu evrak güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır. <https://evraksorgu.meb.gov.tr> adresinden 9697-2707-3a48-b9e0-1cda kodu ile teyit edilebilir.