

ANKARA ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ  
EĞİTİMDE PSİKOLOJİK HİZMETLER ANA BİLİM DALI

18724

SPORTİF ETKİNLİKTE BULUNAN (SPORCU) LİSE  
ÖĞRENCİLERİYLE BULUNMAYANLARIN UYUM  
DÜZEYLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI

YÜKSEK LİSANS TEZİ  
Danışman: Prof. Dr. Latife BIYIKLI

**T. G.**  
**Yükseköğretim Kurulu**  
**Dokümantasyon Merkezi**

Hamdiye GÜLTEKİN (Şen)

Ankara, 1991

## ÖNSÖZ

Bu araştırma orta dereceli okullarımızda sadece haftada iki saat olan Beden Eğitimi derslerine katılan lise öğrencileri ile, okul içinde, dışında ve kulüplerde lisanslı sporcu olarak sportif etkinliklere katılan öğrencilerin yaş, cinsiyet, takım veya bireysel spor etkinliğe katılma gibi bağımsız değişkenler bakımından gerek uyum düzeylerini karşılaştırmayı içermektedir.

Araştırmanın, ilk bölümünde, araştırma ile ilgili giriş yapılmış, ilgili problem tanıtılmış, bu alanda yapılmış araştırmalardan bahsedilmiştir. Ayrıca araştırmanın amaçları, önemi, sınırlılıkları belirtilmiş ve araştırmaya özgü terimler tanıtılmıştır.

İkinci bölümde araştırmanın yöntemi, verilerin toplanması açıklanmış, üçüncü bölümde bulgular üzerinde durulmuştur. Dördüncü bölüm, araştırmanın tartışma, öneriler ve özetine ayrılmıştır.

Araştırmamın gerçekleşmesinde katkıları olanlara özellikle de tez danışmanım Prof. Dr. Latife Bıyıklı'ya teşekkür ederim.

Hamdiye GÜLTEKİN (Şen)

## İÇİNDEKİLER

Sayfa

ÖNSÖZ.....	iii
TABLolar LİSTESİ.....	vi

## BİRİNCİ BÖLÜM

## GİRİŞ

A. Problem.....	1
B. Konu ile ilgili Araştırmalar.....	11
C. Amaç.....	17
D. Araştırmanın Önemi.....	18
E. Sınırlılıklar.....	19
F. Tanımlar.....	19

## İKİNCİ BÖLÜM

## YÖNTEM

A. Araştırma Grubu.....	21
B. Veri Toplama Araçları.....	22
1. Anket.....	22
2. Hacettepe Kişilik Envanteri (HKE).....	22
a) Geçerlik.....	28
b) Güvenirlilik.....	31
C. Örgütlenme ve Uygulamalar.....	31
D. Kullanılan İstatistiksel Teknikler.....	32

## ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

## BULGULAR

A. Bulgular.....	33
------------------	----

## DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

## TARTIŞMA, ÖNERİLER, ÖZET

A. Tartışma.....	41
B. Öneriler.....	42

C. Özet.....	44
D. Summary.....	46
EKLER.....	48
Ek-I Hacettepe Kişilik Envanteri.....	48
Ek-II Anket Formu.....	59
KAYNAKÇA.....	62



## TABLOLAR LİSTESİ

<u>Tablo No</u>	<u>Sayfa</u>
1. Araştırma Grubu.....	21
2. Hacettepe Kişilik Envanterine Ait "Durumluk Kaygı" ve "Sürekli Kaygı" Puanı ile Olan Benzer Ölçekler Geçerliliği.....	29
3. Hacettepe Kişilik Envanterinin Puanlarına İlişkin Ara Korelasyonları.....	30
4. Sportif Etkinliğe Katılan ve Katılmayan Lise Öğrencilerinin Genel Uyum Düzeyleri.....	33
5. Sportif Etkinliğe Katılan Erkekler ile Katılmayan Erkeklerin, Genel Uyum Düzeyleri.....	34
6. Sportif Etkinliğe Katılan Kızlar ile Katılmayan Kızların Genel Uyum Düzeyleri.....	35
7. Sportif Etkinliklere Katılan Erkek ve Kız Öğrencilerin Genel Uyum Düzeyleri.....	35
8. 15-16 Yaş Grubunda Sportif Etkinliğe Katılan ve Katılmayan Öğrencilerin Genel Uyum Düzeyleri...	36
9. 17-19 Yaş Grubunda Sportif Etkinliğe Katılan ve Katılmayan Öğrencilerin Genel Uyum Düzeyleri....	37
10. Sportif Etkinliklere Katılan 15-16 Yaş Grubu ile 17-19 Yaş Grubunun Genel Uyum Düzeyleri.....	37
11. Takım Spor Olarak Sportif Etkinliklere Katılan Lise Öğrencileri ile Bireysel Spor Olarak Katılanların Genel Uyum Düzeyleri.....	38
12. Sportif Etkinliklere Takım Spor Olarak Katılan Erkek Öğrenciler ile Bireysel Spor Olarak Katılan Erkek Öğrencilerin Genel Uyum Düzeyleri.....	39
13. Sportif Etkinliklere Takım Spor Olarak Katılan Kız Öğrenciler ile Bireysel Spor Olarak Katılan Kız Öğrencilerin Genel Uyum Düzeyleri.....	40

## BİRİNCİ BÖLÜM

### GİRİŞ

#### A. PROBLEM

Ulusların geleceği, yetişmiş ve yetişmekte olan gençlerin fiziksel ve ruhsal olgunluğuna bağlıdır. Uygarlık, gençliğe verilen önem ve bu önemle bağlantılı olarak, ona verilen eğitimin başarısına dayanır. Eğitimden beklenen bireylerin, gizil güçlerini ve yeteneklerini ortaya çıkararak, en üst düzeyde geliştirilmesine yardım etmektir. Eğitim, bu işlevini bireyleri fiziksel, zihinsel, duygusal ve toplumsal boyutlarda bir bütün olarak ele alıp yerine getirir (Gökmen, 1981).

Eğitim, bireyin davranışında kendi yaşantısı yoluyla ve kasıtlı olarak istendik değişme meydana getirme sürecidir (Ertürk, 1972). Bireyde, istendik değişme oluşturma, ayrıca amaçlarından toplumsallaştırma ve bireyselleştirme faktörleri ile de uyumu içermektedir (Başaran, 1978). Uyum çok yönlü karmaşık bir kavramdır. Uyumda bireyin davranış örüntüsü, nitelikleri, başkaları üzerinde bıraktığı etki ve izlenimler büyük önem taşır. Bireyin uyumu bunlar arasında dengeli bir etkileşim kurabilmesi ile yakından ilgilidir (Yavuzer, 1984).

Uyum dinamik bir süreçtir ve bireyin çevresinde yer alan değişikliklere karşı, geliştirdiği tepkilerle sağlanır. Bireyin uyum düzeyi de, kişisel özellikleri ve çevresinde karşılaştığı durumlar tarafından belirlenir (Geçtan, 1978).

Genel anlamda uyum: Bireyin sahip olduğu özelliklerinin kendi benliği ile ve içinde bulunduğu çevre arasından dengeli bir ilişki kurabilme ve zürdürebilmesidir (Çağlar, 1981).

Bu bağlamda, çağdaş eğitimin temel ilkelerinden birisi de; bireyleri fiziksel, zihinsel, duygusal ve toplumsal yönleriyle bir bütün olarak yetiştirmektir. O halde gençlerin uyumlu bir şekilde yetiştirilebilmeleri için eğitimde, öğretim kadar önemli olan duygusal ve sosyal gelişmelerine yardım edecek, doyum veren bir takım etkinliklere de yer verilmesi gerekmektedir. Bu etkinliklerin bir bölümünü serbest zaman etkinliklerini içeren beden eğitimi ve sportif etkinlikler oluşturmaktadır.

Beden eğitimi, insanın bütünü oluşturarak fiziksel, ruhsal ve zihinsel niteliklerin bulunduğu yaşın ve genetik kapasitenin gerektirdiği verim gücüne ulaştırılması için, çoğu kere rekabet olmaksızın yapılan etkinliklerin tümüdür (Yiğit, 1982).

Beden Eğitimi, Milli Eğitim temel ilkelerine uygun olarak kişinin beden-ruh-fikir gelişimini sağlamaktır. Oyun, cimnastik, sportif çalışmaların tümü ile kişinin bedence sağlam, fikirce uyanık ve ruhen sağlıklı olmasının aracı görüntüsündedir (Aslan,1977-1978).

Beden Eğitiminin amacı yalnız kas, eklem ve organ sağlığı olarak düşünülmez ayrıca beden sağlığı yanında; kuvvetli, cesur, kesin karar verebilen, iradeli, kendine güveni fazla, doğayı ve insanları seven, canlı, neşeli ve ruh sağlığı yerinde kişiler yetiştirmektir.

Günümüzde spor ise; bireyin toplumsal uyumu, ruh ve beden sağlığı, yarışma kazanma öğelerini içermekte, kişiliğin oluşumu ve gelişimi yönünden eğitimcilerin önerdikleri bir disiplin, kitlelerin çok beğendiği bir seyir, enerjiyi biçimlendirmek ve dengeli, mücadeleci bir anlayış uyandırmak için yöneticilerin kullandıkları bir yöntem, insana haz ve doyum veren bir oyun güdüsünün gelişkin kurallara bağlanmış anlatım şeklidir (Fişek, 1978-1980).

Sporu tek bir boyut altında inceleme olası değildir. Çünkü yapılaş amaçlarına göre; yarışma ve performansa dönük, sağlıklı yaşam, serbest zamanlarını değerlendirmek, toplumsal bağları kuvvetlendirmek, hoş vakit geçirmek olarak yapıldığı gibi ayrıca yapılma yer ve zamanına göre farklı türlere ayrılmaktadır. Bu nedenle sporu tek ve kesin bir tanıma sığdırmak olanaksızdır.

Ayrıca spor, "insanın doğasında bulunan saldırganlığa barışçı boşalma olanakları da sağlamakta, saldırganlık güdüsünün denetim altına alınması için uygun bir yarışma ortamı yaratmaktadır" (Akt. Fişek, 1980). Bu akımın öncülüğünü yapan Lorenz'e göre; sporun bugünkü en önemli işlevi, saldırganlık güdüsü için barışçı ve arındırıcı bir boşalma olanağı sağlamaktır. Saldırganlık her türlü etkiden bağımsız "güdüsel bir davranış"tır (Lorenz, 1967).

Saldırganlığın kaygı ve korku sonucu ortaya çıktığını ileri süren görüşlere göre; saldırgan davranışların temelinde kaygı yatar. Endişelenen, korkan, kaygılanan insan önce uyumunu sağlamak, daha sonra kendini savunmak amacıyla saldırgan davranabilir (Köknel, 1982). Dışsal engellemeler sporda öfke ve saldırganlık olarak ortaya çıkmakta ve spor karşılaşmaları bu engelleme için bir boşalım olmaktadır. Gerginliklerin boşaltılmasına ve saldırganlık duygularının yönlendirilmesine yardımcı olduğu söylenebilir (Özoğlu, 1976).

Spor, gençlerin saldırganlık dürtülerini doğal yolla ve sosyal kurallara uygun olarak boşaltmalarını öğretir. Eğitimcilerin spordan beklentileri de çocuk ve gençlerde birikmiş olan enerjinin boşalımının sağlanmasıdır (Başer, 1986).

Enerji fazlalığının sportif etkinliklere doğru yöneltilmesiyle, gerginliğin azaltılabileceği belirtilebilir.



Nitekim, Çağlar (1981), çocukların ve gençlerin uyum sağlama ve uyumsuzluklarının düzeltilmesi amacıyla yaptığı çalışmada, uyumsuz çocukların fizik hareketliliğinin fazla olduğunu ve fazla enerjilerinin uygun şekilde kanalize edilmesi gerektiğini, bunun için çeşitli spor dallarında (voleybol, futbol, basketbol, hentbol, yüzücülük v.s.) etkin olmalarının sağlanmasını önermiştir. Sporun saldırgan uyumsuzlar için etkili bir terapi şekli olduğunu da savunmuştur.

Varma (1979), sporun sadece bir serbest zaman etkinliği olmadığı, eğitsel ve hapsedilmiş enerjiyi uygun alanlara yönelten, gizli kalmış duyguların açığa vurulmasını sağlayan tedavi edici değerinde olduğunu belirtmiştir (Akt. Johnson, 1982).

O halde spor ortamındaki etkileşim, duyguların boşalımı ve kontrolü için uygun olanaklar sağlar. Sportif etkinliklere katılan birey, hareketler aracılığı ile duygularını ifade etme olanağı bulur. Uyumsuz davranışlar olarak nitelendirilen saldırganlık, öfke, utangaçlık, kıskançlık gibi duyguların boşalmasını ve bunların kontrolünü sağlar. Böylece uyum sağlama sürecine de olumlu etki yapmış olur.

Aynı zamanda spor, nörovegetatif sinir sistemi üzerine olumlu etki yaparak bu sistemin dengeli bir şekilde gelişmesini sağlar. Böylece aşırı heyecanların, saldırganlık duygularının, sinirlilik hallerinin giderilmesine yardımcı olur. Sporda kazanılan başarılar kendine güveni artırır. Takım sporlarına katılma yaşlılarıyla kaynaşma ortamı sağlar (Şarman, 1978; Yörükoğlu, 1982).

Sporun bir yönünde "oyun ve yarışma" dır. Spor, başarıyı genişletme ve yarışmada üstün gelme amacı için gösterilen çabayı, bedensel bakımdan daha yetenekli

olanların seçilmesini ve seçilenlerin sürekli ve yoğun bir eğitimle yetiştirilmesini gerekli kılar. Çağdaş anlamda oyun, bireyin çevresi ile etkileşim sürecidir. Spor ise, insana haz ve doyum veren oyun güdüsünün gelişkin kurallara bağlanmış bir ifade şeklidir (Fişek, 1978). Oyun oynama dürtüsü ile istence bağlı performans, rekabet, kurallı hareket, insanın kendi kendini ifade etme dürtü ve güduları bir örgü oluştururlar (Orhun, 1990).

Sağlıklı birey kendini gerçekleştirmekte olan bireydir. Kendini gerçekleştiren kimse ise "kapasitesini tam olarak kullanan" kimse demektir (Kuzgun, 1981).

Kendini gerçekleştirme güdüsü, insan davranışlarını yöneten en önemli temel güdüdür. İnsanın yaşantılarını düzenleyen, bütünleştiren ve tepkilerini belirleyen "benlik kavramı" vardır. Benlik, insanın özellikleri, amaç ve beklentileri, yetenek ve olanakları, değer yargıları ve inançlarından oluşan, durağan olmayan, sürekli değişen bir yapıdır (Köknel, 1982). Bireyin duyumsal ve organsal yaşantıları doğru olarak simgelandığı, yani birey gerçek yaşantıları ile çakışan ve uyumlu olan değerlendirmeler yapabildiği oranda sağlıklı olur, tüm potansiyellerini gerçekleştirebilir. Kendini gerçekleştirmiş bireyin en önemli özellikleri gerçeği algılayabilmesi, yeteneklerini geliştirip kullanabilmesi, yeni yaşantılara açık olabilmesi ve kendini tanımasıdır (Akt. Gökmen ve Arkadaşları 1985). Bireyin kendini tanıması yetenek ve yeterliklerinin farkına varması ve daha sağlıklı davranış kalıpları geliştirebilmesi için, sportif etkinliklere katılması gerekmektedir. Bu savı destekleyen araştırmalarda rastlanmaktadır.

Gökdoğan (1988)'in yaptığı araştırmada sportif etkinliklere katılmanın bedene olan ilgiyi artırdığını, ergenin psikolojik ve toplumsal gelişimini olumlu yönde

etkilediğini ve beden imajından doyum sağladığını saptamıştır. Bedenden sağlanan doyum düzeyi ile, ergenin kendine güveni ve kişilerarası ilişkiler arasında bağıntı vardır. Spor yapmak, bedensel etkinlikte bulunmak, bedeni eğitmek, değişen bedeni kabul etmedeki zorlukları giderek kişinin değişen bedenine uyum sağlaması kolaylaşır. Shortz (1969), sportif etkinlikte bulunmanın bedene olan ilgiyi artırdığını, beden imajı ve kendini gerçekleştirmeye yardım ettiğini vurgulamıştır (Gökdoğan, 1988).

Sporun önemli bir işlevide, bireyin topluma uyumunu sağlaması ve kişilerin ruh ve beden sağlıklarını güvence altına almasıdır (Tomiche, 1978). Ruh sağlığı yerinde olan insan uyumlu bir insandır. Uyumlu insan, geleceğe iyimser olarak bakar, geleceğe ilişkin planları ve beklentileri vardır (Geçtan, 1978).

Uyumlu kişiler çevrelerindeki diğer insanlar ile karşılıklı olarak birbirlerini memnun edecek şekilde olumlu ilişkide bulunurlar. İnsan her çeşit fiziksel, duygusal, heyecansal ve psikolojik gereksinmelerini doyurma çabalarında iken diğer insanlarla anlaşarak ve uyum sağlayarak bedence ve ruhça sağlıklı ve mutlu olabilir (Adasal, 1977).

Spor hareketleri, güdümlü ve amaçlı belirli kurallarla ve teknik yöntemlerle yapanlarda olduğu kadar, izleyenlerde de zevk ve heyecan gereksinimlerini doyuran, sporcularla, seyircileri bütünleştiren ve özdeşleştiren hareketlerdir (Sönmez, 1976). Bu yanı ile de insan psikolojisine olumlu katkıda bulunur.

Sosyolojik açıdan sporun işlevi ise; bireyin yetenekleri ile, doğal çevresini, toplumsal çevreye dönüştürmesidir.

Her sportif etkinlik toplumsal bir deneyimdir (Gökmen, 1988). Her sportif etkinlik gencin toplumsallaşmasında önemli bir araç niteliği taşımaktadır. Bu bağlamda belirli kurallar altında araçlı veya araçsız, bireysel veya toplu olarak serbest zaman etkinliği içinde gerçekleştirilen spor etkinlikleri, grup çalışmasını kolaylaştırır ve karşılıklı dayanışmayı sağlar (Erkal, 1986).

Tüm toplumlarda spor, sosyal ilişkileri daha insancıl, barışçıl ve demokratik ilkeler doğrultusunda sağlamada en geçerli etkinliktir. Ayrıca spor, ulusların yaşamında, süreç ve sonuçları bakımından, sosyal ve ulusal prestij konusu yapabilecek kadar dinamiği olan sosyal bir olgudur (Ünlü, 1990).

Nitekim, II. Beş Yıllık kalkınma planında da sporun, beden ve ruh yapısını geliştirmesinde taşıdığı büyük önemi ile birlikte kendine güven, grup çalışması, karşılıklı dayanışma ve davranış dürüstlüğü gibi alışkanlıkları kazandırmak suretiyle kişilerin sosyal ve kültürel gelişimlerinde de olumlu etkilerde bulunduğu belirtilmektedir (Akyol, 1973).

Spor eğitimi, bireylerin fiziki ve psikolojik gelişimlerini sağlayarak, onları toplumsal yaşama hazırlamak ve yaratıcı kılmak amacına dönüktür. O halde spor, fiziksel ve ruhsal bir eğitim biçimi olarak düşünülürse, eğitim ile özdeş olduğu belirtilebilir. Eğitimden en yüksek verimin sağlanması kaynakların en verimli bir şekilde değerlendirilmesine bağlıdır (Erkal, 1986).

Eğitim, amacı ve aracı insan olan karmaşık bir oluşumdur. Düşünce kaynağını felsefeden, doğruluğunu bilimden, düzenini toplumdan alan bir insan yaratma sanatıdır. İnsan yaratma sürecinde beden eğitimi ve sporun eğitime

katkısı çok büyüktür ve eğitimin temel taşlarından birisidir.

Beden Eğitimi ve spor, insanın kendi kendine güveninin kazanmasına yardım ederek kişiliğin oluşmasını kolaylaştırır. Bireyin keşfedilmemiş özelliklerini, düşünsel yeteneklerini ve yaratıcı yönünü harekete geçiren önemli faktörlerdir (Başer, 1986).

Toplumsal kalkınmada insangücü potansiyeline duyulan gereksinimin karşılanması için Beden Eğitimi ve spor çözüm kaynağıdır.

Çağdaş anlayışa uygun olarak, okullarımızdaki eğitim öğretim; zihinsel eğitimin yanısıra fiziksel ve ruhsal eğitim biçimi olarak düşünülürse; bireye hem statü sağlamakta, gerekli bilgi ve yeteneklerle donatmakta, hem de sosyal çevrenin değiştirilmesine ve düzenlenmesine destek sağlamakta, sağlıklı ve düzenli bir toplumun oluşmasına yardımcı olmaktadır (Erkal, 1986).

Çağlar boyunca eğitim filozofları; Sokrates, Aristo, Quintillion, Comenius, John Lacke, John Dewey gibi değişik çağların düşünürleri eğitim için sportif etkinliklerin temel olduğunu ileri sürmüşlerdir (Özbaydar, 1983). Eflatun eserlerinde de gençliği, musikiden sonra, cimnastikle terbiye edilmesi gerektiğini, yalnız musiki gören çocukların korkak, yumuşak, yalnız beden eğitimi görenlerin ise cesur-sert olabileceklerini, böylece duygusuzluğa sevk edebileceklerini belirtmiştir (Koçer, 1980). Okullarımızdaki eğitim ve öğretimin planlanmasında beden eğitimin önemi vurgulanmıştır. Beden Eğitimi insanın bedeni yolu ile eğitimidir. Bu eğitim anlayışında bedensel hareketlerin kendi özünde bir değeri olmayıp, araçsal bir değeri vardır. Oysa, spor eğitimi kavramı altında yapılan spor alıştırmaları, hem kendi içinde öğrenme değerine, hem de

genç insanın sporla eğitilmesi değerine sahiptir. Ayrıca spor, oyalanma ve oyun gereksinimini karşılama, okuldaki zihin yorgunluğunun atılması amacıyla gençlere önerilen serbest zaman etkinliğinin en önemlisidir (Abadan, 1961).

"Türk ulusunun tüm bireylerini;  
 ..... Beden, zihin, ahlak, ruh ve duygu bakımlarından dengeli ve sağlıklı şekilde gelişmiş bir kişiliğe ve karaktere hür ve bilimsel düşünme gücüne, geniş bir dünya görüşüne sahip, insan haklarına saygılı, kişilik ve teşebbüse değer veren, topluma karşı sorumluluk duyan; yapıcı, yaratıcı ve verimli kişiler olarak yetiştirmek;..... kendilerini, mutlu kılacak ve toplumun mutluluğuna katkıda bulunacak bir meslek sahibi olmalarını sağlamak;  
 ..... Türk milletini çağdaş uygarlığı yapıcı, yaratıcı, seçkin bir ortağı yapmaktır" (Kocaoluk, 1986) denilmektedir.

Buna karşın okullarda öğrencilerin fiziksel, zihinsel gelişimlerinin yanısıra, kişisel duygularını başkalarına açmaları kendilerini keşfetmeleri, yetenekli ve sınırlı olduğu yanlarını tanımaları, kendilerini gerçekçi bir şekilde anlamaları ve kabul etmeleri gibi duygusal; ve toplumsal gelişmelerinde büyük rol oynayan sportif etkinlikler, haftada iki saatlik "Beden Eğitimi" dersi ile sınırlandırılmıştır.

Okullarda çoğu kez derslerin öğretimi, öğrenme ve gencin entellektüel alandaki başarıları daha önemli görülür (Onur, 1985). Bugünkü orta dereceli okullardaki eğitim düzeni içinde, teorik derslerin daha uygun olduğu bir gerçektir. Bundan dolayı serbest zamanlarını sportif etkinliklere ayıran öğrencilerin sayısı oldukça azdır. Bu çok az sayıda olan öğrencilerin de okul içinde, dışında ve kulüplerde takım ve bireysel sporlarda lisanslı sporcu olarak etkinlik gösterdikleri gözlenmektedir. Sportif etkinlikler düzenli çalışmayı, üstün tekniği, estetiği, yarışmayı gerektiren bir uygulama olduğundan, öğrencinin

kişilik yapısını ve uyumunu etkilediği (Kane, 1964; Slusher, 1964; Fletcher ve Dowell, 1971; Varma, 1979; Johnson, 1982; Gökdoğan 1988; Koruğ ve bayar, 1990; Bilge, 1990), araştırmalarla saptanmıştır.

Türkiye'de de sportif etkinliklere katılan lise öğrencilerinin genel uyum düzeyi ile ilgili herhangi bir araştırmaya rastlanmamıştır. Bu nedenle bu araştırmada da, okullarımızda sadece haftada iki saat olan Beden Eğitimi derslerine katılan lise öğrencileri ile, okul içinde, dışında ve kulüplerde lisanslı sporcu olarak sportif etkinliklere katılan öğrencilerin genel uyum düzeyleri karşılaştırılmıştır.



### C. KONU İLE İLGİLİ BAZI ARAŞTIRMALAR

Kane (1964), profesyonel 100 genç futbolcuya 16 PF (Kişilik Faktörü) uygulanmış. Sporcuların, sportif etkinlikte bulunmayanlara göre daha saldırgan, başat, daha güsenli ve duygusal olarak daha dengeli olduklarını saptadığını belirtmektedir.

Fletcher ve Dowell (1971), tarafından atletler ve atlet olmayanlar arasındaki kişilik özellikleri farkını ölçmek üzere lise birinci sınıfta okuyan toplam 950 erkek öğrenciye Edwards Kişisel tercih Envanteri (E.P.P.S) uygulanmıştır. Sportif etkinlikte bulunanlar (atletler), sporcu olmayanlara göre başatlık, düzen ve saldırganlık gereksinimlerine ilişkin puan ortalamalarının daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Wendt ve Patterson (1974), 21 takım sporcusu bayana ve 21 bireysel spor yapan bayana Edwards Kişisel Tercih Envanteri (E.P.P.S) kişilik özellikleri farkını ölçmek üzere uygulanmıştır. Ancak on beş gereksinim açısından önemli bir fark bulamamışlardır.

Ellison ve Freischlag (1975), basketbol, beyzbol, futbol oyuncularını, atlet (kısa-uzun ve kros koşucuları) ve sporcu olmayanlardan oluşan 84 öğrenci seçilmiştir. Bernreuter Kişilik Envanteri (BPI) uygulanmıştır. Ancak canlılık, norotik eğilimler, kendine yeterlik, içe-dışa dönüklük, başatlık, güven ve hoşsohbetlilik değişkenleri açısından sporcu ve sporcu olmayanlar arasında önemli bir fark bulamamışlardır.

Varma (1979), kolej ve üniversitede spora katılanlar ve katılmayanlar üzerinde uygulanan Cattell 16 PF (Kişilik Faktörü) testlerini yönetirken; hakimiyet, mutluluk, daha güçlü süperego, girişkenlik, açıkgozlülük, güven, gruba



bağlılık ve dinleme gibibir çok yönden anlamlı farklılıklar bulmuştur. Varma, sporun sağlıklı, zengin ve hoş bir çevre oluşturarak bazı sağlam kişilik özelliklerini ortaya çıkardığını da ilave etti. Spor sadece bir serbest zaman etkinliği değil, eğitsel ve hapsedilmiş enerjiyi uygun alanlara yönelten, gizli kalmış duyguların açığa vurulmasını sağlayan tedavi edici değeri de vardır şeklinde açıklamıştır.

Stoner ve Bandy, bireysel spor yapan 30 sporcu, takım sporu yapan 30 sporcu ve sporcu olmayan 30 bayan olmak üzere üç gruba Edwards Kişisel Tercih Envanteri (E.P.P.S) uygulamıştır. Bayan sporcuların kişilik özelliklerini ölçmek için yapılan çalışmadır. Sporcu gruplar arasında 15 gereksinim açısından fark bulunamamıştır. Sporcu olanlar ve olmayanlar arasında dört gereksinme açısından farklılık bulunmuş olup, sporcu olmayanlarda, takım sporcularında yüksek bulunan uyarlılık gereksinmesine karşılık başkalarını anlama, değişiklik ve karşı cinsle ilişkiler gereksinimleri yüksek bulunmuştur. Aynı şekilde bireysel spor yapanlara göre duyguları anlama ve değişiklik gereksinimleri farklılık göstermiştir (Akt; Morgan, 1980).

J. Samuel Johnson (1982), Hindistan'da Karola State'deki liselerde spora katılan ve katılmayan gençlerin uyumları ile ilgili bir karşılaştırmaya yönelik çalışma yapmıştır. Deneme grubu, spor eğitimi veren okullarda okuyan veya normal okulların özel spor bölümlerinde okuyan 190 öğrencidir. Kontrol grubu ise normal okullarda sporla uğraşmayan 195 öğrencidir. Mathew uyumsuzluk Envanteri indexlere geçen uyumsuzluk şekillerinden anksiyete, depresyon, mani, aşağılık duygusu, paranoya olmak üzere beş tanedir. Uyumsuzluk testi kız ve erkeklerde (cinsiyet unsuru) dikkate alınarak yapılmıştır. Sonuçta sporcu ve sporcu olmayan gruplar arasında % 1'lik anlamlı bir farkın bulunduğunu varyans analizi gösterdi. Uyumsuzluk oranı

spor yapmayanlarda daha yüksekti. Cinsiyetler arasında ise farkın olmadığı belirtildi.

Bu durumda, sportif etkinliklerinin kişiye bir boşalma yolu sağlayarak daha uyumlu yaptığı söylenebilir. Uyumlu insanların genellikle fiziki eğitim etkinliklerine katıldıkları şeklinde bir savda ileri sürülebilir.

Salokun ve Tariola (1985), Sıprinter, basketbolcu, hokeycilerin bulunduğu 39 sporcuya 16 PF (Kişilik Faktörü) uygulamışlardır. Sporcu olanlarla, sporcu olmayanlar ayrıca kendi içlerinde karşılaştırıldıklarında sporcuların kendilerine olan güveninin daha yüksek, iyi bir psikolojik uyum yapan benlik tasarımları gelişmiş, daha dışa dönük, daha saldırgan, daha gerçekçi, kendilerini daha fazla kontrol eden bireyler olduklarını saptamışlardır.

Craighead, Privette, Vallionos ve Byrkit (1986), basketbola başlayan ve henüz başlamamış toplam 61 (altı takım) lise ve üniversite öğrencilerine The profile of Mood States (POM) uygulamışlardır. Kişilik özelliklerini ölçmek amacıyla yapmışlardır. Ancak basketbola başlayan ve henüz başlamamış olanlar arasında ve kazanan ile kaybeden takımlar arasında önemli bir fark bulamamışlardır. Yalnız gerilim ve öfke değişkenlerinde üniversitelilere göre liseliler lehine yine anlamlı bir fark saptanmıştır.

Slusher (1964), 9 ayrı lisede okuyan 400 sporcu ve 100 sporcu olmayan genci içeren araştırma yaptı. Minnesota Çok Yönlü Kişilik Envanteri (MMPI) ile "Lorge Thorndike Intelligence" testi kullandı. Bu araştırmaya göre güreşçiler ve futbolcuların, araştırılan spor dalına ait grup ile sporcu olmayan gruplara kıyasla en yüksek norotik profili gösterdiğini ve psikastenî skalasında (anormal korkulara ve üzüntülere eğilim, konsantrasyonda güçlükler) diğer gruplardan anlamlı şekilde ayrıldıklarını bulmuştur.

Buna karşılık Morgan 1966'da amatör dünya şampiyonasına katılan 23 İngilizce konuşan (12 ABD, 4 Kanada, 7 Güney Afrika) güreşçide kolej öğrencileri arasında normal sayılan standartların altında bir norotizm bulmuştur (Akt; Başer, 1986).

Misoum ve Lafosresterie, iki Fransız araştırmacı, sportif başarılar için en geçerli psikolojik özellikleri araştırmışlar, ilişki kurma, rekabet gereksinimi, diğerlerini anlama, duyguların ortaya konuluşu ve kontrolü özelleştiri, çevre desteği gereksinimi, sevgi gereksinimi, kendini küçük görme, tutuculuk, atılganlık içinden geldiği gibi davranma, arzu, sosyallik, kendi kendini değerlendirme becerisi, otorite ile savaşıma, saldırganlık gruba uyum, grup içinde görüşlerini söyleme, dinleme kapasitesi, bağımlılık, bağımsızlık gibi kişilik özelliklerine yer veren MPG testlerini yaş ortalaması 21 olan sporcular, 16 yaş grubuna dahil olan sporcular ve sporla ilişkisi olmayan ve yaş ortalaması 17 olan gençler olmak üzere üç gruba uygulanmış ve şu sonuçlar elde edilmiştir. Sporcularda özellikle genç olanlarda sosyallik ve ekip çalışmasına önemli ölçüde uyum, çoğunda otoriteye başkaldırma yerine kurallara ve sosyal adetlere bağımlılık ve bir çeşit sansür korkusu bulunmuş ve yine sporcuların diğer gruba kıyasla çok daha fazla dışa dönük oldukları, sevecen bir ortam gereksinimi duydukları, saldırganlığı da kazanmak için bir araç olarak kullandıkları saptanmıştır (Akt; Bilge, 1990).

#### TÜRKİYE'DE YAPILAN ARAŞTIRMALAR

Bayar (1983) atletler üzerinde atletlerin kişilik özelliklerinin ölçmek üzere yapılan bir çalışmadır. Atlet olan 100 ve hiç spor yapmamış 100 üniversite öğrencisine uygulanmıştır. Eysenck Kişilik Envanterinin tümü ile Guil-

ferd Zimmerman Mizaç Envanterinin coşkusal denge, genel etkinlik ve nesnellik boyutları eke alınmıştır. Eysenck Kişilik Envanterlerinin alt boyutları olan psikotiklik, Nevrotiklik, Dışa-İçe Dönüklük ve Yalan Boyutlarında anlamlı bir fark bulamamıştır. Zimmerman Mizaç Envanteri ise sadece deneme grubuna uygulanmış ve coşkusal denge ile Eysenck Kişilik Envanterinin Nevrotiklik boyutu arasında ters yönde yüksek bir ilişki bulunmuştur. Coşkusal denge boyutunda deneme grubu ortalamaları özellikle bayanlarda Fransız ve Amerikan normlarından çok yüksek bulunmuştur.

Koruç ve BAYAR (1988), farklı spor dallarında atletizm, basketbol, okçuluk, cimnastik, hentbol, boks, güreş, halter, judo, Teakvando, atıcılık gibi spor yapan ve spor yapmayanların kişilik özellikleri karşılaştırılmıştır. Minnesota Çok Yönlü Kişilik Envanteri (MMPI) kullanılmıştır. Milli olmuş ve olmamış 435 sporcu ile spor yapmayan 171 kişinin kişilik özelliklerinde; Türkiye'deki sporcuların dışa dönük macerayı seven, risk almaktan hoşlanan dikkat yoğunlaşmaları iyi, hırslı-başat, kazanma gücü yüksek ve sorumluluk üstlenebilir kişiler olduklarını saptamışlardır. Spor yapan bayan ve erkeklerin spor yapmayanlara göre bireysel sorumluluklarının daha fazla bilincinde, daha duyarlı dikkat toplamada daha iyi ve daha sosyal kişiler olduklarını bulmuşlardır.

Koruç ve Bayar (1990), bu araştırmada da MMPI Minnesota Çok Yönlü Kişilik Envanteri kullanılarak takım sporları ve bireysel sporlarda yer alan sporcuların kişilik özellikleri arasındaki fark araştırılmıştır. Milli takım düzeyinde 368 sporcuya uygulanmış, takım sporu yapan kadınlar 59, bireysel spor yapan kadınlar 87, spor yapmayan kadınlar 96, takım sporu yapan erkekler 68, bireysel spor yapan erkek 154, spor yapmayan erkek 75 kişidir. Bireysel spor yapan kadınlar, spor yapmayan kadınlara göre daha kendine güvenli, maceracı, dışa dönük, sosyal yeter-

liliğe sahip olduklarını göstermektedir. Takım sporları yapan kadınlar ile spor yapmayan kadınların karşılaştırılmasında takım sporları yapan kadınların daha güvenli, enerjik, maceracı, risk almaya eğilimli, gereksiz kaygılardan uzak, kurallara uyan dengeli ve daha dışa dönük, takım ve bireysel spor yapan kadınların karşılaştırılmasında takım sporlarında yer alan kadın sporcuların daha dışa dönük, daha sosyal, daha aktif, daha girişken, daha az yaratıcı, sosyal açıdan daha uyumlu olduklarını bireysel spor yapan kadınlarınsa daha yaratıcı, daha az girişken, daha tepkisel, daha içe dönük olduklarını göstermektedir.

Bireysel spor yapan erkeklerin, spor yapmayan erkeklerle göre daha uyumlu, daha girişken, saldırgan, kendilerine yönelik, meraklı, toleranslı, sorumluluklarını yerine getirmede titiz, yaratıcı olduklarını, takım sporu yapan erkeklerin daha uyumlu, girişken, toleranslı, titiz, yaratıcı olduklarını göstermektedir. Bireysel ve takım sporu yapan erkekler karşılaştırıldığında takım sporu yapan erkekler daha toleranslı, estetik, düşünebilen, daha az saldırgan bireyler olduğu şeklinde yorumlanmıştır.

Bilge (1990), değişik spor dallarındaki, erkek sporcuların psikolojik gereksinimlerini ortaya koymak amacıyla 18-25 yaşlar arasında 95 milli sporcu ile 104 sporcu olmayan toplam 199 üniversite öğrencilerine Edwards Kişisel Tercih Envanteri (EPPS) uygulanmış, milli sporcularla, sporcu olmayanlar psikolojik gereksinimler yönünden karşılaştırıldıklarında milli sporcuların karşı cinsle ilişkiler gereksiniminin sporcu olmayanlardan, sporcu olmayanların düzen ve kendini suçlama gereksinimlerinin milli sporculardan daha yüksek olduğunu bulmuştur.

Takım sporcularının gösteriş ve saldırganlık gereksinimlerinin bireysel sporculardan, bireysel sporcuların

uyarlık ve kendini suçlama gereksinimlerinin takım sporcularından daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Hentbolcuların duyguları anlama gereksiniminin basketbolculardan; Hentbolcuların, voleybolcuların ve atletlerin dayanıklılık gereksinmelerinin basketbolculardan ve basketbolcuların saldırganlık gereksinmelerinin atletlerden daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Gökdoğan (1988), Ankara İli Çankaya Lisesinin orta I. ve Lise I. sınıf öğrencilerinden bir gruba, A.B.D.'de geliştirilen ve kullanılan "Beden İmajından hoşnut olma Anketi" geliştirilerek, kişisel bilgi formları ile birlikte verilerek uygulanmıştır. Araştırmanın amaçlarından bir tanesi de bu öğrencilerin beden imajından hoşnut olma düzeyi ve bu düzeyin sportif etkinlikte bulunma değişkenine göre farklılık gösterip göstermemesini saptamaktadır. Sportif etkinlikte bulunan kız ve erkek ergenler, sportif etkinlikte bulunmayanlara göre bedenlerinden daha fazla hoşnuturlar şeklinde saptanmıştır.

Görüldüğü gibi Türkiye'de sportif etkinliklere katılan lise öğrencilerinin genel uyum düzeyi ile ilgili herhangi bir araştırmaya rastlanmamıştır. Bu nedenle bu araştırmanın konusu; sadece haftada iki saat olan Beden Eğitimi derslerine katılan lise öğrencileri ile, okul içinde, dışında ve kulüplerde lisanslı sporcu olarak sportif etkinliklere katılan öğrencilerin genel uyum düzeyleri karşılaştırılmıştır.

#### D. AMAÇ

Bu araştırmanın genel amacı; lisanslı sporcu liseli öğrenciler ile, sadece haftada iki saat Beden Eğitimi derslerine katılan öğrencilerin genel uyum düzeyleri arasında anlamlı bir fark olup olmadığını ortaya koymaktadır.

Bu genel amaç doğrultusunda aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır.

1. Sportif etkinliklere katılan lise öğrencileri ile katılmayanların genel uyum düzeyleri arasında anlamlı bir fark var mıdır?

2. Her iki gruptaki öğrencilerin; cinsiyet ve yaşlarına göre, genel uyum düzeyleri arasında anlamlı bir fark var mıdır?

3. Takım sporu ve bireysel spor olarak sportif etkinliklere katılan öğrencilerin genel uyum düzeyleri arasında anlamlı bir fark var mıdır?

4. Takım sporu ve bireysel spor olarak sportif etkinliğe katılan kız ve erkek öğrencilerin genel uyum düzeyleri arasında anlamlı bir fark var mıdır?

#### D. ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ

Gelişmiş ülkelerde spor etkinlikleri eğitimin her aşamasında önemli rol oynamakta iken ülkemizde bu etkinliğe yeterince önem verilmemektedir.

Bu araştırma, konu ile ilgili öğretmen, ana-baba, uzman ve yetkililere ışık tutabilir. Program yapımcılarına eğitimin son derece bilişsel yanıyla değil, fiziksel ve ruhsal yönüyle de ilgilenmelerini sağlayabilir.

## E. SINIRLILIKLAR

Araştırma aşağıdaki koşullar ve etmenlerle sınırlıdır.

1. Ankara ile, Yenimahalle ilçesi Mustafa Kemal Lisesi, Lise 1, 2, 3 sınıflarda okuyan 15-19 yaşlarındaki sportif etkinliklere katılan lisanslı sporcu 122 öğrenci ve sportif etkinliklere katılmayan 124 öğrenci olarak toplam 246 öğrencinin bildirimleri ile sınırlıdır.

2. Takım sporundaki, futbol, voleybol, basketbol ile; bireysel sporda ise; atletizm, boks, Taek-wonda, karatedo, kürek, tenis, judo, paten, gülle dallarında sportif etkinliklere katılan öğrenciler ile sınırlıdır.

## F. TANIMLAR

Araştırmada kullanılan temel kavramlar aşağıda tanımlanmıştır.

**Sporcu:** Belirli kurallar altında araçlı veya araçsız, bireysel ve toplu olarak kendini spora veren, daha ileri aşamalarda sporu meslek edinen, rekabetçi, dayanışmacı ve kültürel bir olgu içinde yer alan, fizik ve moral yanı olan, yaptığı işten maddi ve manevi doyum arayan, sporun etkin elemanıdır.

**Bireysel Spor:** Diğer kişilerin katılmasını gerektirmeyen atletizm, boks, güreş, judo gibi spor dalları bu gruba girmektedir. Bireysel spor yarışması, bir kimsenin kendi rekoru ile veya daha önce başkalarının eriştiği rekorlarla yarışmasıdır (Özbaydar, 1983).

**Takım Spor:** Diğer kişilerin katılmasını gerektiren ve genelde taktiği önemli olduğu bireylerde birlikte yaşama, mücadele ve başarıya ruhunun gelişmesine hizmet



eden tenis, voleybol, futbol, hentbol, basketbol gibi spor dalları bu gruba girmektedir.

**Uyum:** Bireyin sahip olduğu özelliklerinin kendi benliği ile içinde bulunduğu çevre arasında dengeli bir ilişki kurabilmesi ve sürdürebilmesidir (Çağlar, 1981).

**Uyumlu Davranış:** Canlı varlıkların, çevrenin gerçeklerine uymasına yarayan davranışlara verilen addır (Enç, 1980).

**Genç:** "Belirli ve sınırlı bir yaş dilimi içinde duygu, düşünce, davranış ve tutum olarak gelişme çabası harcayan kişidir (Köknel, 1979).

**Beden Eğitimi:** Milli Eğitim temel ilkelerine uygun olarak kişinin beden-ruh-fikir gelişimini sağlamaktır. Oyun, cimmastik, sportif çalışmaların tümü ile kişinin bedence sağlam, fikirce uyanık ve ruhen sağlıklı olmasının aracı görüntüsündedir (Aslan, 1979).

## İKİNCİ BÖLÜM

### YÖNTEM

Bu araştırma, lisanslı sporcu liseli öğrencilerle, haftada sadece iki saat Beden Eğitimi derslerine katılan liseli öğrencilerin genel uyum düzeylerini saptamaya çalışan betimsel bir araştırmadır.

#### A. Araştırma Grubu

Bu araştırmanın esas grubu Ankara İli, Yenimahalle İlçesi, Mustafa Kemal Lisesi, Lise kısmına devam eden; sportif etkinliklerelisanslı sporcu olarak katılan öğrencilerin tümüdür.

Araştırmada yukarıda tanımlanan esas grubun yanısıra, araştırmanın amaçları doğrultusundaki, karşılaştırmaları yapabilmek için, esas gruba yaş, cinsiyet, sınıf değişkenlikleri eşleştirilen ve seçkisiz örneklem alma yöntemiyle belirlenen 124 öğrenci de bu araştırmanın ikinci grubunu (Kontrol grubu) oluşturmuştur.

Tablo 1. Araştırma Grubu

Araştırma Grupları	Sayı	Erk.	Kız	15.16. Yaş Gru.	17.19 Yaş Gr
1-Sportif Etkinlikleri Katı.	122	80	42	69	53
-Takım Sporları (Fulbol, Voleybol, Basketbol)	91	60	31		
-Bireysel Sporlar (Boks,Judo, Atletizm,Karate,Masa Tenisi, Tenis, Taek-wondo)	31	20	11		
2-Sportif Etkinliklere Katılmayanlar	124	80	44	70	54
-Mustafa Kemal Lis.Öğr.					
<b>TOPLAM</b>	<b>246</b>	<b>160</b>	<b>86</b>	<b>139</b>	<b>107</b>

## B. Veri Toplama Araçları

1. Anket
2. Hacettepe Kişilik Envanteri (HKE)

### 1. Anket:

Bu araştırmada, amaçlar doğrultusundaki öğrencilerin özelliklerine ilişkin bilgiler, araştırmacı tarafından geliştirilen bir anket formuyla elde edilmiştir.

Bu anket cinsiyet, yaş, sınıf, sosyo-ekonomik düzey (SED), lisanslı sporcu, sporun türü, katılma sıklığı ve katılma biçimine ilişkin soruları içermektedir.

### 2. Hacettepe Kişilik Envanteri (HKE)

Hacettepe Kişilik Envanteri, Özgüven (1976) tarafından, bireylerin kişilik özellikleri, kişilikle ilgili problemleri, kişisel ve sosyal uyum düzeyleri toplamları ile genel uyum düzeyleriyle ilgili bilgiler elde etmek amacıyla deneme formu olarak geliştirilmiştir. Deneme formu üzerinde yapılan araştırmalara göre, Envanterin 1981'de ilk revizyonu, 1982'de ikinci revizyonu yapılmıştır. Bir terim olarak kişilik, yetenek ve başarı yönleri de dahil olmak üzere bireyin tüm niteliklerini kapsar ve kişinin davranışı bu çok niteliklerinin, karmaşık etkileşimlerinin bir ürünü olarak ortaya çıkar. Ancak bu envanterde kullanılan kişilik kavramı bireyin duygu, düşünce ve davranış biçimini içerecek şekilde daha dar bir anlamda kullanılmıştır (Kızıltan, 1982).

HKE oluşturulurken kişiliğin iki temel alandan oluştuğu düşüncesinden hareket edilmiştir.

1- Bireyin davranış kalıpları (Responsepatterd) bireyin gerçekten ne yaptığı, yani tepki örüntüsü.

2- Bir uyarıcı sistem olarak bireyin nitelikleri; yani bireyin başkaları üzerinde bıraktığı etki ya da izlenimler (Stimulusgalue), işte sağlıklı bir kişilik gelişiminin, kişiliğin bu iki yönü arasındaki dengeli bir etkileşimle mümkün olacağı düşünülmüştür.

Lise öğrencilerinin ve yetişkinlerin uyum düzeylerini saptamada kullanılan ve 168 sorudan oluşan HKE; Kişisel uyum ve sosyal uyum olmak üzere iki temel bölümden oluşmaktadır. Bu iki temel bölüme dayalı, sekiz alt ölçek ile bireyin test alma davranışlarına ilişkin, bir geçerlik ölçeğinden oluşmuştur. Alt ölçeklerde 20'şer soru bulunmaktadır. Bu sorular bireyin geçitli durumlarda genellikle ne düşündüğü, nasıl duyulduğu ve ne şekilde davranışta bulunduğu ile ilgilidir. Her alt ölçekten elde edilen puan değeri 1 ile 20 arasında değişebilir. Alt ölçeklerde en yüksek puan 20'dir. Kendini gerçekleştirme (KG), Duygusal kararlılık (DK), Nevrotik eğilimler (NE), Psikotik belirtiler (PB), alt ölçeklerinin puanları toplanarak; Kişisel uyum elde edilir. Aile ilişkileri (AI), Sosyal ilişkiler (SI), Sosyal normlar (SN), Antisosyal eğilimler (AE), alt ölçeklerinin puanlarının toplamı da Sosyal uyumu verir. Kişisel uyum ile Sosyal uyum puanlarının toplamı da Genel Uyum Düzeyini vermektedir.

Ölçek zorunlu seçme (forced choice technique) tekniğine göre hazırlanmıştır. Yanıt seçeneği iki tanedir. "Evet" ya da "Hayır" dır. Denek her bir soruyu yanıtlarken önce kendisi için yanıtın "Evet" mi yoksa "Hayır" mı olduğunu kararlaştırır. Sonra yanıt kağıdında iki seçenektan bir tanesini işaretler. HKE'de bireyin test alma davranışlarına ilişkin geçerlik ölçeğinin puanı 8'dir. Bu araştırmada geçerlik (G) puanı 6 olarak belirlendi. 6 ve daha az geçerlik puanı almış olan kağıtlar geçersiz sayılacaktır.

Alt ölçekler ve tanımları sırasıyla aşağıda verilmiştir.

1- a) Kişisel Uyum Alt Ölçekleri:

**Kendini Gerçekleştirme (KG):** Kendini gerçekleştirme puanı, kendini gerçekleştiren kişinin davranış özelliklerinden, kendine güvenme, kendi yeteneklerinin farkında olma, kendi kendine kararlar verebilme, doğru bildiğini söyleme, kabul edildiği ve bir işe yaradığı duygusu içinde olma gibi niteliklerle ilişkilidir.

Puanın yüksek veya düşük olması, bireyin bu nitelikteki davranışlarını değerlendirme olanağı sağlamaktadır.

**Duygusal Kararlılık (DK):** Duygusal kararlılık puanı, yüksek olan bireyin, duygusal yönden kararlı oluşunu belirtir. Duygusal kararlılık düzeyi yüksek olan bireyler, genellikle kendine güvenen, az üzülen alıngan olmama özellikleri gösteren kişilerdir. Çoğu kez sakin ve huzurlu bireyler izlenimi verirler. Pek az başkalarından tavsiye isterler. Kendi kararlarını kendileri verme eğilimindedirler. Ortaya çıkan yeni ve kendilerine yabancı durumlardan çekinmezler. Acil durumlarda olumlu ve etkili davranışlar gösterirler.

DK puanı düşük olan bireyler, sık sık mutsuzluğa düşerler. Duygusal yönden çok değişkendirler. Önemsiz görünen meselelerde bazen aşırı duygusal tepki gösterirler. Kolayca hiddetlenirler, karamsarlığa düşerler. Alıngandırlar ve çabuk kızarlar.

Bu tür kişiler, genellikle gergin ve kaygılı olup, sıkıntılı durumlarda gözyaşlarını tutamazlar. Karşılaştıkları yeni durumlarda ise ya korkak ve çekingen ya da atak ve kavgacı olabilirler.

**Nevrotik Eğilimler (NE):** Nevrotik belirtileri olan kişiler kronik yorgunluk, baş ağrısı, uyuyamama, görme güçlükleri, iştahsızlık ve benzeri çeşitli psikosomatik belirtilerin birinden ya da birkaçından şikayetçidirler. Nevrotik belirtilere sahip olan bu kişiler, duygusal çalışmalarını genellikle fiziksel yollarla ifade etmektedirler.

Nevrotik eğilimler, ayrıca benliğini olduğu gibi kabul edememe, mükemmeliyetçilik, eleştiriye açık olmama gibi davranışları da içerir.

Nevrotik eğilimler puanının yüksek olması, bu tür belirtilerin azlığını gösterir.

**Psikotik Belirtiler (PB):** Psikotik belirtiler puanı düşük olan bireylerde, insanlardan uzaklaşma ve yalnız kalmayı yeğleme eğilimi, dikkatini bir noktada toplama güçlüğü ve hayal kurma eğilimi gözlenir. Bu bireyler, alıngan ve aşırı duygusaldırlar. Kendilerine yönelik düşünceleri fazladır.

PB puanının yüksek olduğu, normal bir uyum tarzında ise birey, belirli ölçüler içinde, hayal dünyasında bağımsız olarak yaşamını sürdürür.

#### 1- b) HKE Sosyal Uyum Alt Ölçekleri

**Aile İlişkileri (Aİ):** Bu alt ölçekten elde edilen puan, bireyin ailesi ile olan ilişkilerini yansıtır. Puanın yüksek bulunması, kişinin anne-baba ve kardeşleri ile dostça ve sağlıklı ilişkiler içinde olduğunu, ailesini sevdiğini ve ailesi tarafından sevildiğini gösterir.

Bu bireyler, aile üyelerinin normal ölçüler içinde, kendilerinden isteklerde bulunan ancak belli düzeyde bağımsız olma hakkını onlara tanıyan kişiler olarak

görülürler. Zamanlarının çoğunu aileleri ile evde geçirirler ve birlikte etkinlik gösterirler.

Aile ilişkileri puanının düşük bulunması ise, bireyin ailesi ile olan ilişkilerinde, karışıklık ve uyumsuzluk bulunduğuna işaret eder.

Genellikle anne-baba ve kardeşleri ile problemleri olan bireyler aile üyelerini çok otoriter bulurlar, onların kendilerinden çok fazla şey beklediklerini düşünürler. Çok zorunlu haller dışında, evde olmaktan kaçınırlar. Evden kaçma isteklerini sık sık ifade ederler.

**Sosyal İlişkiler (Sİ):** Sosyal ilişkiler puanı, bireyin diğer insanlarla olan ilişkilerinin niteliğini belirtir. Puanın yüksek oluşu, sosyal olgunluk yönünden bireyin uyumlu ve sosyal becerilerinin yüksek düzeyde olduğuna işaret eder. Bu kişiler, arkadaşları ve diğer yetişkin grupları içinde mutlu ve rahat bir görünüm verirler. Konuşmaktan hoşlanırlar ve başkalarının söylediklerine ilgi gösterirler. Başkalarını sever ve başkaları tarafından da sevilirler. Topluluk içinde esnek bir tutumu benimserler ve kabul gören davranışlar sergilerler. Kendilerini sosyal durumlara uygun şekilde idare etmesini bilirler.

Sosyal ilişkiler puanının düşük olması ise, bireyin sosyal beceriler ve sosyalleşme bakımından durgun olduğu anlamına gelir. Bu kişiler, arkadaş ve yetişkin grupları içinde iken, kendilerini mutlu ve rahat hissetmezler, konuşmaktan ve başkaları ile birlikte olmaktan pek hoşlanmazlar. Dışardan gelen sosyal uyarıcılara tepki göstermede isteksiz hareket ederler, ya da hiç tepki göstermezler.

**Sosyal Normlar (SN):** Sosyal norm puanı, zorunlu yasal

durumlara olduğu kadar, dikkate alınması gereken sosyal kural ve toplum değerlerine ve başkalarının haklarına saygılı olma, bunun yanısıra kendi istek ve gereksinmelerini de toplumla uzlaşarak, belli ölçülerde bağımsız olarak karşılama gibi davranışları ölçer.

SN puanının yüksek olması, bireyin başkalarının haklarını anlayışla karşıladığını, kişisel isteklerini grubun gereksinimlerine göre erteleyebildiğini ya da değiştirebildiğini gösterir. Bu kişiler toplumda neyin doğru ve neyin yanlış olarak kabul edildiğinin bilincindedirler.

**Antisosyal Eğilimler (AE):** Antisosyal eğilimler puanını düşük olması, bireyin antisosyal eğilimlere sahip olduğunu gösterir. Bu tür eğilimler gösteren kişiler, genellikle sert, öfkeyle dolu, kavgacı, incitme isteği duyan, zor kullanmaya eğilimli, öc alma duyguları içinde olan saygısız bireylerdir. Eşyalara, özellikle başkalarının eşyalarına zarar vermekten, bilinçli olarak toplumsal normlara ters düşen davranışlarda bulunmaktan hoşlanırlar ve bu şekilde doyum sağlamaya çalışırlar.

AE puanının yüksek olması, bireyin belli ölçüler içinde bu tür eğilimleri olmadığına, düşük olması ise, belirtilen türden davranışlara eğilimine veya yatkınlığına işaret eder.

**Genel Uyum (GU):** Bireylerin kişilik özellikleri, kişilik ile ilgili problemleri, kişisel ve sosyal uyum düzeyleri ile ilgili olan niteliklerin tümünü kapsamaktadır.



Aşağıda envanterin geçerlik ve güvenilirliğine ilişkin bilgilere yer verilmiştir.

a) Geçerlik: "Normal" ve "uyumsuz" olduğu bilinen zıt gruplar üzerinde yapılan araştırmada envanterin alt ölçeklerinin ayırt edici olduğu görülmüştür.

Bireyin maksatlı cevaplandırma davranışı üzerinde yapılan yanıltma (faking) ile ilgili çalışma sonuçları da kişinin normal cevaplandırmadan farklı olarak kendisini önemli düzeyde uyumlu ya da uyumsuz göstermede başarılı olmadığını göstermiştir.

Hacettepe Kişilik Envanteri uygulandığı 62 kişilik bir öğrenci grubuna, bir de Spielberger ve Arkadaşlarının geliştirdiği Le Compte ile Öner'in (1972) Türk toplumuna uyarladığı Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri uygulanmıştır (Kızıltan, 1982). Bu uygulamada kaygı durumunun yükselmesiyle uyum düzeyinin düştüğü görülmüştür. HKE'nin geçerliliğinin yüksek olduğunu ortaya koymuştur.

1982-1983 öğretim yılında Demetevler Lisesi'ne devam eden 96 öğrenci üzerinde Hacettepe Kişilik Envanteri'nden (HKE) elde edilen puanlar ile Durumluk ve Sürekli, Kaygı Ölçeklerine ait puanların benzer ölçekler geçerliği incelenmiştir.

Hacettepe Kişilik Envanterinin Kaygı Envanterine ait "Durumluk Kaygı" ve "Sürekli Kaygı" puanı ile olan benzer ölçekler geçerliği Tablo 2'de gösterilmiştir.

**TABLO 2**  
**Hacettepe Kişilik Envanterinin, Kaygı Envanterine Ait**  
**"Durumluk Kaygı" ve "Sürekli Kaygı" Puanı ile**  
**Olan Benzer Ölçekler Geçerliliği**

H K E	DSKE Durumluk Kaygı Puanı ile Korelasyonları	DSKE Sürekli Kaygı Puanı ile Korelasyonları
GENEL UYUM	(GU) -0.51	-0.56
KİŞİSEL UYUM	(KU) -0.54	-0.58
Kendini Gerçekleştirme	(KG) -0.50	-0.48
Duygusal kararlılık	(DK) -0.51	-0.55
Nevrotik Eğilimler	(NE) -0.45	-0.55
Psikotik Belirtiler	(PB) -0.46	-0.50
SOSYAL UYUM	(SU) -0.43	-0.47
Aile ilişkileri	(Aİ) -0.46	-0.42
Sosyal ilişkiler	(Sİ) -0.39	-0.43
Sosyal Normlar	(SN) -0.12	-0.19
Antisosyal Eğilimler	(AE) -0.28	-0.37

Tablo 2'de görüldüğü gibi kaygı düzeyleri yükseldikçe uyum puanları düştüğünden beklenen şekilde korelasyonlar eksi çıkmıştır. Kaygı bir ölçüt olarak alındığında kişisel uyum ile sürekli kaygı puanlarının ortalaması arasında -0.58; sosyal uyum ile -0.47 ve genel uyum ile -0.56 korelasyon bulunmuştur.

Hacettepe Kişilik Envanterinin puanlarına ilişkin 62 lise öğrencisi üzerinde yapılan ara korelasyonları Tablo 3'de gösterilmiştir.

**TABLO 3**  
**Hacettepe Kişilik Envanterinin Puanlarına İlişkin**  
**Ara Korelasyonları**

	KG	DK	NE	PB	KU	AI	SI	SN	AE	SU	GU
KG	-	.69	.70	.68	.71	.76	.41	.59	.86	.82	.88
DK	-	-	.75	.79	.58	.54	.14	.62	.90	.64	.83
NE	-	-	-	.73	.67	.57	.26	.66	.90	.73	.87
PB	-	-	-	-	.63	.55	.26	.69	.90	.71	.86
KU	-	-	-	-	-	.51	.44	.64	.73	.87	.83
AI	-	-	-	-	-	-	.34	.44	.68	.76	.75
SI	-	-	-	-	-	-	-	.39	.30	.63	.47
SN	-	-	-	-	-	-	-	-	.72	.80	.79
AE	-	-	-	-	-	-	-	-	-	.81	.96
SU	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	.93
GU	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

Tablo 3'de görüldüğü gibi Hacettepe Kişilik Envanteri'nin puanlarına ilişkin ara korelasyonları incelendiğinde; kişisel uyumla ilgili alt ölçeklerin ara korelasyonları ortalaması yaklaşık 0.70 dir. Alt puanların kişisel uyum toplam puanı ile ortalama 0.64, genel uyum puanları ile kişisel uyum alt ölçekleri arasında 0.86 civarında korelasyon bulunmaktadır.

Sosyal uyum alt ölçeklerinin ara korelasyonları ortalaması 0.48'dir. Alt ölçeklerin sosyal uyum toplam puanı ile olan korelasyonları ortalaması, 0.75 ve genel uyum toplam puanı ile 0.76'dır.

Alt ölçekler ara korelasyonlar ile her puanın ölçeğe

özgü niteliklerini koruyacak düzeyde düşük, toplam puana katkı getirecek ölçüde de homojen bir yapı göstermektedir. Bu aracın geçerliği yüksek görünmektedir.

#### b) Güvenirlik

Özgüven (1976-1982) farklı gruplar üzerinde, envanterin aralıklı tekrarı yöntemiyle yaptığı çeşitli güvenirlilik çalışmalarında ait ölçeklere ilişkin güvenirlilik katsayıları, .58 ile .52 arasında ve ortalama .82 civarında bulunmuştur.

Kızıltan (1982) üniversite öğrencileri üzerinde onbeş gün aralıkla envanteri iki kez uygulayarak, iki uygulama sonuçları üzerindeki korelasyona bakmış ve güvenirlilik katsayısını Kişisel Uyum için 0.93, Sosyal Uyum için 0.84 ve Genel Uyum için 0.92 olarak bulmuştur.

1982-1983 öğretim yıllarında Demetevler Lisesi'ne devam eden 62 öğrenciye test tekrar test tekniğiyle on beş gün arayla iki kez uygulanarak denenmiş ve alt ölçeklerin güvenirlilik katsayıları şöyle saptanmıştır. Psikotik belirtiler (PB) .84; Aile ilişkileri (Aİ) .85; Kendini Gerçekleştirme (KG) .79; Duygusal Kararlılık (DK) .81; Nevrotik Eğilimler (NE) .92; Sosyal ilişkiler (Sİ) .83; Sosyal Normlar (SN) .63; Antisosyal Eğilimler (AE) .78 dir.

#### c) Örgütlenme ve Uygulama

Yukarda belirtilen ölçüm araçları yoluyla toplanması öngörülen bilgilerin, 1990 Mart ayında gerçekleştirilmesi için gerekli planlama yapılmış ve çalışmalar bu plan çerçevesinde yürütülmüştür.

Araştırmada kullanılan anket formu araştırmacı tarafından tüm liseli öğrencilere verildi. Anket sonuçlarına

göre lisanslı öğrenciler saptanarak birinci grup oluşturuldu. Hacettepe Kişilik Envanteri Beden Eğitimi ders saatlerinde hakkında bilgi verilerek öğrencilere uygulanma yoluna gidilmiştir.

Mart, Nisan, Mayıs ayları olmak üzere üç ay içerisinde Envanterin uygulama işlemi tamamlanmıştır. Toplam 300 öğrenciye uygulanan Envanterden 6 puanın altında geçerlik puanı alanlar HKE'yi tamamlamayanlar çıkarıldıktan sonra kalan 246 öğrencinin HKE'den elde ettikleri Genel Uyum puanları üzerinde işlem yapılmıştır.

#### D) Kullanılan İstatistiksel Teknikler

Deneklerden elde edilen bilgiler analiz edilip sınıflandırılmıştır. Daha sonra her bağımsız değişkenle ilgili grupların aritmetik ortalama ( $\bar{X}$ ), standart sapma ( $S$ ) ve birey sayısı ( $n$ ) bulunmuştur. Grupların aritmetik ortalamaları arasındaki farkın anlamlı olup olmadığı  $t$  testi ile kontrol edilmiştir.

Bu araştırmada manidarlık düzeyi .05 olarak kabul edilmiştir.

## ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

### BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde, lisanslı sporcu liseli öğrenciler (sportif etkinliğe katılanlar) ile, sadece haftada iki saat Beden Eğitimi derslerine katılan (sportif etkinliğe katılmayanlar) lise öğrencilerinin Genel Uyum düzeylerine ilişkin Hacettepe Kişilik Envanteri (HKE) uygulanmasından elde edilen bulgular açıklanmış ve yorumlanmıştır. Bulguların sunulmasında ve tartışılmasında, araştırmada yanıtlanmak üzere ortaya konan soruların sırası esas alınmıştır. Bu çerçevede, önce sorular hatırlatılmış, bunu takip eden sorulara ilişkin bulgulara geçilmiştir.

1. Lise öğrencilerinden sportif etkinliklere katılanlar ile katılmayanların Genel Uyum düzeyleri arasında anlamlı bir fark var mıdır?

Bu soruyu yanıtlamak amacı ile ortalamalar arasındaki farkı test etmek için "t" testi kullanılmış, sonuçları Tablo 4'te gösterilmiştir.

TABLO 4  
Sportif Etkinliğe Katılan ve katılmayan Lise  
Öğrencilerinin Genel Uyum Düzeyleri

GRUPLAR	n	$\bar{X}$	S	t	Önemlilik Değiri	Düzeyi
Sportif Etkinliğe Katılan	122	103.54	19.03	1.86		.05
Sportif Etkinliğe Katılmayan	124	98.87	20.27			Önemsiz

sd= 244 [t=(1.96) 1.86, p > .05]

Tablo 4'de görüldüğü gibi, sportif etkinliğe katılan ve katılmayan lise öğrencilerinin genel uyum düzeyleri açısından anlamlı bir fark bulunamamıştır. ( $p > .05$ )

Bu bulgu değişik biçimlerde yorumlanabilir.

Araştırmanın sadece bir sömestre dayalı olmasına ve lisanslı sporcu olarak sportif etkinliklere katılan öğrencilerin spor geçmişlerinin, uyum düzeylerine etki edecek süreye ulaşmamasına bağlanabilir.

Bu bulgu (Sperling, 1942; Kroll, 1970; Ellison ve Freischlag, 1975; Rushall, 1975; Franke, 1985; Craighead, Privette, Vallianos ve Byrkit, 1986) araştırma sonuçlarıyla benzerlik göstermektedir.

2. Her iki gruptaki öğrencilerin; cinsiyet ve yaşlarına göre, Genel Uyum Düzeyleri arasında anlamlı bir fark var mıdır?

Bu soruyu yanıtlamak amacı ile ortalamalar arasındaki farkı test etmek için "t" testi kullanılmış, sonuçları Tablo 5-6-7-8-9-10 da gösterilmiştir.

**TABLO 5**  
**Sportif Etkinliğe Katılan Erkekler ile Katılmayan Erkeklerin Genel Uyum Düzeyleri**

GRUPLAR	n	$\bar{X}$	S	t	Önemlilik Değeri	Düzeyi
Sportif Etkinliğe Katılan Erkekler	80	102.30	17.11	1.96	.05	Önemsiz
Sportif Etkinliğe Katılmayan Erkekler	80	96.25	21.51			

sd=158 [ t=(1.96) 1.96, p > .05]

Tablo 5'de görüldüğü gibi lise öğrencilerinden sportif etkinliklere katılan ve katılmayan erkeklerin Genel Uyum düzeyleri karşılaştırıldığında anlamlı düzeyde bir fark bulunamamıştır. ( $p > .05$ )

TABLO 6  
Sportif Etkinliğe Katılan Kızlar ile Katılmayan Kızların Genel Uyum Düzeyleri

GRUPLAR	n	$\bar{X}$	S	t	Önemlilik Değeri	Düzeyi
Sportif Etkinliğe Katılan Kızlar	42	101.16	18.45			
Sportif Etkinliğe Katılmayan Kızlar	44	103.63	17.02	0.64	.05	Önemsiz

sd= 84 [ t= (1.99) 0.64,  $p > .05$ ]

Tablo 6'da görüldüğü gibi sportif etkinliklere katılan ve katılmayan kızların Genel Uyum düzeyleri karşılaştırıldığında anlamlı bir fark bulunamamıştır. ( $p > .05$ )

TABLO 7  
Sportif Etkinliklere Katılan Erkek ve Kız Öğrencilerinin Genel Uyum Düzeyleri

GRUPLAR	n	$\bar{X}$	S	t	Önemlilik Değeri	Düzeyi
Sportif Etkinliğe Katılan Erkekler	80	102.30	17.11			
Sportif Etkinliğe Katılan Kızlar	42	101.16	18.45	0.33	.05	Önemsiz

sd= 120 [ t= (1.96) 0.33,  $p > .05$ ]



Tablo 7'de görüldüğü gibi sportif etkinliklere katılan erkek ve kız öğrencilerin Genel Uyum düzeyleri karşılaştırıldığında anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır. ( $p > .05$ )

J. Samuel Johnson (1982), sportif etkinliklere katılan ve katılmayan gençlerin uyum düzeylerini, cinsiyet unsurunu dikkate alarak incelediğinde, cinsiyetler arasında farkın olmadığını belirtmiştir. Bu bulgular J. Samuel Johnson (1982) in araştırma sonuçlarıyla benzerlik göstermektedir.

TABLO 8  
15-16 Yaş Grubunda Sportif Etkinliğe Katılan ve  
Katılmayan Öğrencilerin Genel Uyum Düzeyleri

GRUPLAR	n	$\bar{X}$	S	t	Önemlilik Değeri	Düzeği
15-16 Yaş Grubu Sportif Etkinliğe Katılanlar	69	102.62	18.18			
15-16 Yaş Grubu Sportif Etkinliğe Katılmayanlar	70	100.35	18.30	0.73	.05	Önemsiz
$sd= 137$ [ $t= (1.96) 0.73, p > .05$ ]						

Tablo 8'de görüldüğü gibi sportif etkinliklere katılan ve katılmayan 15-16 yaş grubundaki genel uyum düzeyleri karşılaştırıldığında aralarında anlamlı düzeyde fark bulunmamıştır. ( $p > .05$ )

**TABLO 9**  
**17-19 Yaş Grubunda Sportif Etkinliğe Katılan ve**  
**Katılmayan Öğrencilerin Genel Uyum Düzeyleri**

GRUPLAR	n	$\bar{X}$	S	t	Önemlilik
				Değeri	Düzeyi
17-19 Yaş Grubu Sportif Etkinliğe Katılanlar	53	100.98	16.73		
17-19 Yaş Grubu Sportif Etkinliğe Katılmayanlar	54	96.94	22.60	1.04	.05 Önemsiz

sd= 105 [ t= (1.99) 1.04, p > .05]

Tablo 9'da görüldüğü gibi 17-19 yaş grubunda sportif etkinliklere katılan ve katılmayan öğrencilerin genel uyum düzeyleri karşılaştırıldığında anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır. (p > .05)

**TABLO 10**  
**Sportif Etkinliklere Katılan 15-16 Yaş Grubu ile**  
**17-19 Yaş Grubunun Genel Uyum Düzeyleri**

GRUPLAR	n	$\bar{X}$	S	t	Önemlilik
				Değeri	Düzeyi
15-16 Yaş Grubunda Sportif Etkinliğe Katılanlar	69	102.62	18.18		
17-19 Yaş Grubunda Sportif Etkinliğe Katılanlar	53	100.98	16.73	0.51	.05 Önemsiz

sd= 120 [ t=(1.98)0.51, p > .05]

Tablo 10'da görüldüğü gibisportif etkinliğe 15-16 Yaş grubunda katılanlar ile17-19 yaş grubunda katılanların genel uyum düzeyleri arasında anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır. (p > .05) Bu durum, birbirine yakın yaşlar olmasından kaynaklanabilir. Aritmetik ortalamada ise 15-16 yaş

grubunda artış sözkonusudur. Bu da Misoum Lafosresterie araştırma bulgularıyla benzerlik göstermektedir.

3. Takım sporu ve bireysel spor olarak sportif etkinliklere katılan öğrencilerin genel uyum düzeyleri arasında anlamlı bir fark var mıdır?

Bu soruyu yanıtlamak amacı ile ortalamalar arasındaki farkı test etmek için "t" testi kullanılmış, sonuçları Tablo 11'de gösterilmiştir.

TABOL 11  
Takım Sporlu Olarak Sportif Etkinliklere Katılan Lise Öğrencileri ile Bireysel Spor Olarak Katılanların Genel Uyum Düzeyleri

GRUPLAR	n	$\bar{X}$	S	t	Önemlilik Değeri	Önemlilik Düzeyi
Takım Halinde Sportif Etkinliğe Katılanlar	91	101.82	18.35		0.09	.05
Bireysel Olarak Sportif Etkinliğe Katılanlar	31	102.16	15.06			Önemsiz

sd= 120 [ t=(1.98)0.09, p > .05]

Tablo 11'de görüldüğü gibi takım sporu olarak ve bireysel spor olarak sportif etkinliklere katılmada öğrencilerin genel uyum düzeylerinde anlamlı bir fark bulunamamıştır. (p > .05)

Takım sporu olarak araştırmada; futbol, voleybol, basketbol alınmıştır. Bireysel spor olarakta; atletizm,

masa tenisi, paten, tenis, judo, gülle, taek-wondo, kürek, boks, karate alınmıştır.

4. Takım sporu ve bireysel spor olarak sportif etkinliğe katılan kız ve erkek öğrencilerin genel uyum düzeyleri arasında anlamlı bir fark var mıdır?

Bu soruyu yanıtlamak amacı ile ortalamalar arasındaki farkı test etmek için "t" testi kullanılmış, sonuçları Tablo 12'de gösterilmiştir.

TABLO 12

Sportif Etkinliklere Takım Sporlu Olarak Katılan Erkek Öğrenciler ile Bireysel Spor Olarak Katılan Erkek Öğrencilerin Genel Uyum Düzeyleri

GRUPLAR	n	$\bar{X}$	S	t	Önemlilik Değeri	Düzeyi
Takım Sporlu Olarak Sportif Etkinliğe Katılan Erkekler	60	102.78	18.03		0.43	.05
Bireysel Spor Olarak Sportif Etkinliğe Katılan Erkekler	20	100.85	14.32			Önemsiz

sd= 78 [ t=(1.99)0.43, p > .05]

Tablo 12'de görüldüğü gibi sportif etkinliklere takım sporu halinde katılan erkekler ile bireysel spor halinde katılan erkeklerin genel uyum düzeyleri arasında anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır. (p > .05)

Takım sporu olarak sportif etkinliklere katılan erkekler ile bireysel olarak sportif etkinliklere katılan

erkeklerin Hacettepe Kişil Envanterinden (HKE) aldıkları uyum puanları ortalamaları arasındaki fark .05 düzeyinde anlamlı çıkmamasına karşın, takım halinde sportif etkinliğe katılan erkeklerin aritmetik ortalamaları, bireysel sportif etkinliğe katılan erkeklerin aritmetik ortalamalarına kıyasla dikkat çekecek düzeyde biraz daha yüksektir. Bu durum Koruç ve Bayar (1990)'ın araştırma bulgularıyla bir benzerlik göstermektedir.

TABLO 13

Sportif Etkinliklere Takım Spor Olarak Katılan Kız Öğrenciler ile Bireysel Spor Olarak Katılan Kız Öğrencilerin Genel Uyum Düzeyleri

GRUPLAR	n	$\bar{X}$	S	t	Önemlilik Değeri	Düzeyi
Takım Spor Olarak Sportif Etkinliğe Katılan Kız Öğrenci.	31	99.96	19.13		0.70	.05
Bireysel Spor Olarak Sportif Etkinliğe Katılan Kız Öğren.	11	104.54	16.76			Önemsiz

sd= 40 [  $t=(2.02)0.70, p > .05$  ]

Tablo 13'de görüldüğü gibi takım sporu olarak ve bireysel spor olarak sportif etkinliklere katılan kız öğrencilerin genel uyum düzeyleri karşılaştırıldığında anlamlı düzeyde farklılık bulunamamıştır. ( $p > .05$ ).

Bu sonuç Wendt ve Patterson (1974) ve Stoner ve Bandy araştırmalarıyla paralellik göstermektedir.

## DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

### A. Tartışma

Bu araştırmada, sportif etkinliğe katılan lisanslı sporcu lise öğrencileri ile, yalnızca haftada iki saatlik Beden eğitimi derslerine katılan liseli öğrencilerin; yaş, cinsiyet, takım veya bireysel sportif etkinliğe katılma gibi bağımsız değişkenler bakımından uyum düzeyleri arasında anlamlı bir fark olup olmadığı incelenmiştir. Başka bir deyişle sportif etkinliğe katılıp katılmama ve sportif etkinliğe katılma biçimi, sıklığı, bireyin uyum düzeyini etkilemekte midir? sorusuna yanıt aranmaya çalışılmıştır. Bu alanda yapılan araştırmaların ortak sonucuna göre sportif etkinliklere katılma, katılma biçimi ve sıklığı ile diğer bazı değişkenler bireyin uyum düzeyi üzerinde etkili olabilmektedir (Kane, 1964; Flether ve Dowell, 1971; Varma, 1979; J.Samuel Johnson, 1982; Salokun ve Toriola, 1985; Slusher, 1964; Misoum ve Lafosresterie, Koruğ ve Bayar, 1988-1990, Bilge, 1990; Gökdoğan, 1988).

Bu araştırmada ise araştırma kapsamında ele alınan bağımsız değişkenlerin, liseli öğrencilerin uyum düzeyleri üzerinde anlamlı olarak etkide bulunmadığı ortaya çıkmıştır. Bu bulguyu Wendt ve Patterson, 1974; Ellison ve Freischlog, 1975; in yaptığı araştırmaları destekler niteliktedir. Bu araştırmada bulunan ve sportif etkinliklerin uyum düzeyine etkili olmadığı sonucu şu şekilde yorumlanabilir.

Sportif etkinliklere katılan lisanslı sporcu öğrenciler ile Beden Eğitimi dersine katılan öğrencilerin benzer yaş grubu ve benzer koşullarda yaşıyor olmaları etkili olabilir. Kısacası gruplar oldukça homojen bir nitelik göstermektedir denilebilir.

Grupların uyum düzeyleri arasında anlamlı bir fark bulunmaması, lisanslı öğrencilerin diğerlerinden daha etkili bir sportif etkinliğe sahip olmadıklarını akla getirebilmektedir. Başka deyişle lisede haftada iki saat verilen Beden Eğitimi dersi etkinliklerinin lisanslı sporcu eğitim programları kadar avantajlı olduğu düşünülebilir.

Ayrıca lisanslı sporcuların uzun bir sportif yaşantıya sahip olmamaları da, gruplar arasında uyum düzeyleri bakımından, anlamlı bir fark çıkmamasına neden olmuş olabilir.

Bu araştırmanın, daha geniş bir evren ve örneklem üzerinde, farklı liselerde tekrarlanması farklı sonuçlar verebilir.

## B. Öneriler

Bu araştırmayla ilgili olarak sunulabilecek öneriler şunlardır;

1. Sportif etkinlikte bulunan lisanslı sporcuların uyum düzeyleri ile Beden Eğitimi derslerine katılan öğrencilerin uyum düzeyleri arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Bu nedenle özel tesisler yapıp maddi kaynaklar ayırarak bu denli yoğun planlamalar yerine, okullardaki Beden Eğitimi derslerini daha etkili ve verimli duruma getirilmesi daha yararlı olabilir.

Bunun için, spor tesisleri olmayan okullara bu tesislerin bir an önce yapılması, varolan tesislerin restore edilmesi ve daha işler duruma getirilmesi gerekli görülmektedir.

2. Sportif etkinliklerin her dalı aynı düzeyde önemli görünmektedir. Nitekim bireysel ve takım sporları olarak nitelenen dallarda etkinlik gösteren öğrencilerin uyum düzeyleri arasında da anlamlı bir fark bulunmamıştır. Buradan, sporun her dalının okullara sokulması ve her dalda ilgili öğretmen yetiştirilmesine önem verilmesi gerekli görülmektedir.

3. Sportif etkinliklere cinsiyet ve yaş ayırımı yapılmadan herkesin katılması yararlı olabilir. Zira cinsiyet ve yaş değişkeni bakımından da öğrencilerin uyum düzeyleri arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Kısacası değişik yaş grubundaki kız ve erkek bireysel ve takım halinde yapılan sportif etkinliklerden benzer düzeylerde yararlanmışlardır denilebilir.

4. Sportif etkinliklerin uyum düzeyi üzerinde etkisini ortaya koyabilmek için sportif etkinliklere çok az katılan ya da hiç katılmayanlar ile sportif etkinliklere her gün olarak katılanların karşılaştırılması yönünde bir araştırmaya gerek duyulmaktadır.

5. Tartışma bölümünde de sözedildiği üzere, bu araştırma daha geniş bir evren ve örneklem üzerinde tekrarlanabilir. Ayrıca özürllülerle ilgili bu tür araştırmaların yapılması öngörülmektedir.



### C. Özet

Bu araştırmada, lisanslı sporcu liseli öğrenciler ile yalnızca haftada iki saat Beden Eğitimi derslerine katılan lise öğrencilerinin uyum düzeyleri, yaş, cinsiyet, sportif etkinliklere bireysel veya takım halinde katılma biçimi ve sıklığı gibi bağımsız değişkenleri açısından karşılaştırılmıştır.

Araştırma yalnızca Ankara ili Yenimahalle İlçesi Mustafa Kemal Lisesi'nde okuyan öğrenciler ile sınırlandırılmıştır. Sportif etkinliklere lisanslı sporcu olarak katılan 122 öğrenci araştırmanın esas grubunu (sportif etkinliklere katılanlar) yaş, cinsiyet, sınıf değişkenleri gözönünde tutularak seçkisiz örenklem yöntemiyle eleştirilen haftada sadece iki saat Beden Eğitimi dersine katılan 124 öğrencide kontrol grubu (sportif etkinliklere katılmayanlar) oluşturmaktadır. 1990 yılı II. yarıyıl dönemi eğitim-öğretim programında toplanan 246 öğrenciye uygulanmıştır.

Deneklere ilişkin bilgiler araştırmacı tarafından geliştirilen bir anket aracılığıyla elde edilmiştir. Deneklerin uyum düzeyleri ise, H.Ü. Öğretim Üyelerinden Özgüven (1982) tarafından geliştirilen Hacettepe Kişilik Envanteri (HKE) aracılığıyla saptanmıştır. Çeşitli araştırıcılar tarafından yapılan geçerlik ve güvenirlik katsayıları HKE için sırasıyla .85, .90 dolayında bulunmuştur.

Bu araştırmanın bulgularına göre, lisanslı sporcu liseli öğrenciler ile yalnızca haftada iki saat Beden Eğitimi derslerine katılan liseli öğrencilerin uyum düzeyleri arasında yaş, cinsiyet ve sportif etkinliğe katılma biçimi ve sıklığı bağımsız değişkenler açısından anlamlı bir fark yoktur.

Araştırma sonuçlarına dayanarak, lisanslı sporcu öğrencilerin sportif etkinliklerinin, ruh sağlığı (uyum düzeyi) bakımından haftada iki saat verilen Beden Eğitimi etkinliklerinden daha etkili olmadığı söylenebilir. Bu sonuçtan hareketle, kaynakların lisanslı sporcu yetiştirmeye yönelik olarak kullanıldığı oranda, okullardaki Beden Eğitimi dersleri etkinliklerine de ayrılması önemli görünmektedir. Kasacası, okullarda öğrencilere sunulan Beden Eğitimi etkinliklerine daha çok kaynak ayrılması sporun genel amaçları bakımından yararlı olacaktır denilebilir.

Sportif etkinliğe katılma biçimi ve sıklığının bireyin uyum düzeyi üzerinde etkili olup olmadığını ortaya koyabilmek için, sportif etkinliğe daha sık katılanlar ile seyrek katılan veya hiç katılmayanların karşılaştırılmasına yönelik araştırmalara gerek vardır.

## SUMMARY

In this research the adjustment levels of licenced high school athletes, and high school students who only attend the weekly two hours of physical Education lessons, are compared within the terms of independent alternatives like age, sex, and their attendance to sportive activities as individuals or as team with its frequency and attendance manner.

The research is only limited with the students of Mustafa Kemal Lisesi in the county Yenimahalle of the province Ankara. The 122 students who attended the sportive activities as licenced athletes formed the principal group (Sportive activity attendants) and they were coupled with the 124 students, who only attended the weekly two hours of physical education lessons, with the regard of their age, sex and class, when they formed the control group (non-attendants to sportive activities). This was applied to a total of 246 students in the second term of 1990 study year.

The information of the samples is attained with the aid of a questionnaire developed by the researcher. The samples adjustment levels is being determined with the aid of Hacettepe Kişilik Unvander; (HKE) developed by Hacettepe University instructors Özgüven (1982).

The validity and confidence coefficients done by various researchers are found for HKE in the order of .85, .90.

In the result of this research, the adjustment levels between licenced athlete students, and high school students who only attend the weekly two hours of physical education lessons, regarded within the terms

of age, sex and independent alternatives like their attendance frequency and manner to sportive activities, has not being found any significant difference.

Depending on the results of the research we can say that sportive activities of licenced athlete students mental health (adjustment level) is not more affective than the weekly two hors of physical Education activities. From this result; sources who are managed to educate licenced athletes should be equally proportioned to physical Education activities in high schools. In short physical Education activities presented to students will be much more useful in terms of the general goals of sport when more sources are left out for them.

To make sure that attendance frequency and manner to sportive activities has an influence on the individual's adjustment level, there is a need for researches on the comparison of the ones who attend the sportive activities more frequently and the ones who rarely attend or do not attend at all.

EK - I

HACETTEPE KİŞİLİK ENVANTERİ (HKE)  
(İkinci Revizyon)

Prof. Dr. Ethem ÖZGÜVEN

AÇIKLAMA:

Envanter içinde EVET ya da HAYIR şeklinde cevaplandırılabilir sorular vardır. Bu sorular çeşitli durumlarda sizin genellikle ne düşündüğünüz, nasıl uyguladığınız ve ne şekilde davranışta bulunduğunuz ile ilgilidir.

Her soruyu cevaplandırırken önce, sizin için cevabın Evet'mi yoksa Hayır'mı olduğunu kararlaştırınız, sonra da cevap kağıdın da uygun yeri karalayarak işaretleyiniz. Cevaplandırmanın nasıl yapılacağını görmek için aşağıda iki örnek verilmiştir.

ÖRNEKLER

	EVET	HAYIR
1.Geceleri sık sık rüya görür müsünüz?	//	//
2.Arkadaşlarınızdan memnun musunuz?	//	//

Eğer sık sık rüya görmüyorsanız HAYIR arkadaşlarınızdan memnunsanız EVET, cevabını, yukarıdaki örnekte olduğu gibi işaretleyeceksiniz.

Açıklamanın tamamını okuduktan sonra cevaplandırmaya başlayınız. Envanter üzerine hiç bir şey yazmayınız, cevaplarınız CEVAP KAĞIDI üzerine işaretleyiniz. Cevaplandırırken bir kişi olarak sadece kendi gerçek durumunuzu ifade ediniz. Bir soru üzerinde fazla zaman harcamayınız; ilk aklınıza gelen cevabı işaretleyiniz. Atlamadan

soruların hepsini cevaplandırınız.

Hacettepe Üniversitesi  
Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bölümü  
Beytepe, Ankara, 1982

1. Başkaları sizinle tartışmaya kalkınca hemen rahatsız olurmusunuz?
2. Zıt görüşte olanlara rağmen planınızı genellikle uygulayabilirmisiniz?
3. Yaptıklarınıza üzüldüğünüz zamanlar çok olurmu?
4. Bazı anlamsız düşünceler zihninizi meşgul edip sizi rahatsız eder mi?
5. Bir şanssızlığa uğrayacağınızdan korkuyor musunuz?
6. Oturduğunuz yerde duramaz hale geldiğiniz zamanlar olur mu?
7. Sık sık önemsiz şeyleri kendinize dert edinir misiniz?
8. Toplantılarda diğer kişilerle tanışmaktan çok zorluk geçer misiniz?
9. Çözemediğiniz ve cesaretinizi kıran sorunlarınız ve sorumluluklarınız var mı?
10. Bazan hiç kimsenin sizi iyi anlayamadığını düşündüğünüz olur mu?
11. Arkadaşlarınızla dışardan çok fazla zaman harcadığınız için aileniz sizden şikayet ettiği olur mu?
12. Aile içinde kararlar alınırken sizin de fikrinizi alırlar mı?
13. İnsanları birbirleri ile tanıştırmak size kolay gelir mi?
14. Olabildiğince kalabalıktan uzak kalma eğiliminiz var mı?
15. Arkadaşlarınız sosyal ilişkilerinizi istenilen düzeyde bulurlar mı?
16. Tanışmadığınız yeni birisine de dostça davranmak gerekir mi?
17. Yasalara uymayan davranışları için insanlar haklı

görülebilir mi?

18. Başkalarına sır vermek size güç gelir mi?
19. Saygısız oluşlarından dolayı gençlerden öç almak istediğiniz zamanlar olur mu?
20. Çoğu zaman yanlış veya kötü bir şey yapacağınızdan kaygılanır mısınız?
21. Size kötü davrandıkları için öç almayı istediğiniz kişiler oldu mu?
22. Fikirlerinizi başkalarına kabul ettirmenin güç olduğu kanısında mısınız?
23. Çoğu zaman aynı konuda başkalarının ne karar verdiklerini öğrenme zorunluluğu duyar mısınız?
24. Hoş olmadığı için sizi uzun zamandır üzen bir yaşantınız var mı?
25. Duygularınızı kontrol altında tutabiliyor musunuz?
26. Güç bir durumla karşılaşacağınızı düşününce heyecanlanır ve terler misiniz?
27. Görme gücünüzdeki bozukluklardan sık sık yakınır mısınız?
28. Aileniz bireyleri ile sık sık tartışmalarınız olur mu?
29. Beklentinizin üstünde dostluk gösteren insanlara karşı tetikte bulunmaya çalışır mısınız?
30. Dikkatinizi bir konu üzerinde toplamada çok güçlük çeker misiniz?
31. Çoğu zaman tüm vücudunuzda bir kırıklık, halsizlik hisseder misiniz?
32. Aileniz, onlara karşı düşünceli davrandığınız kanısındadır.
33. Aileniz bireyleri genellikle birbirlerine karşı sakın davranırlar mı?
34. Birbiri ile şakalaşan kimseler arasında olmak ister misiniz?
35. Diğer insanlarla ilişki kurmada sizi yetenekli bulurlar mı?
36. Genellikle karşıt cinsten birisi ile çalışmaktan hoşlanır mısınız?

37. Sahibine haber vermeden bazı şeyleri ödünç almak doğru sayılabilir mi?
38. Kişinin, toplumdaki adet ve geleneklere uyması sizce önemli midir?
39. Kendini beğenmiş oldukları için çevrenizdeki çoğu kişiler uyarmak zorunda kaldığınız oluyor mu?
40. Hakkınızda dedi kodu yapacaklarından kuşkulanırmısınız?
41. Zararsız yalanlar söyleyerek zorluklardan kurtulmak size kolay gelir mi?
42. Arkadaşlarınız sizi, eğriye eğri doğruya doğru diyen bir kişi olarak mı bilirler?
43. Çevrenizdeki kişiler önemli konularda sizin görüşünüzü de öğrenmek isterler mi?
44. Arkadaşlarınızın çoğu kadar siz de güçlü ve sağlıklı mısınız?
45. Çevrenizdeki kişilerden kolayca hastalık kapan bir yaradılıştasınız mı?
46. "Başaramadım" gibi duygudan rahatsız mısınız?
47. Sağlığınıza çok dikkat etmek ihtiyacında mısınız?
48. İçinde bulunduğunuz koşullardan dolayı sık sık sinirlendiğiniz olur mu?
49. Belli etmeseniz bile çevrenizdekilere sık sık darıldığınız olur mu?
50. Moralinizin bozulduğu ve bundan kurtulmanın çok zor olduğunu düşündüğünüz zamanlar oluyor mu?
51. Çevrenizdeki kişilerin çoğu ile arkadaşlık etmek yerine yalnız olmayı tercih eder misiniz?
52. Tanımadığınız kişilerin bulunduğu bir çevrede sıkılganlık geçer misiniz?
53. Ailenizdeki kişilerin bazıları size karşı çok cimri davranıyor mu?
54. Ailenizin çoğu kez her şeye itaat etmenizi beklemeleri sizi kızdırır mı?
55. Mutlu olacağınız sayıda ve nitelikte arkadaşınız var mı?



56. Gürültülü eğlencelere katılmaktan hoşlanır mısınız?
57. Sosyal etkinlikler sırasında başkalarını eğlendirmek size zor gelir mi?
58. Her zaman iş ve sorumluluklardan kaçmak hatalı mıdır?
59. İnsan verdiği sözü her zaman yerine getirmeli midir?
60. Kapılarını açık bırakan kişilerin eşyalarının çalınmasını hakettikleri görüşüne katılır mısınız?
61. Karşıt cinsten birisi ile birlikte olunca genellikle onun cinsiyeti ile ilgili şeyler mi düşünürsünüz?
62. Bulduğunuz çevrede çok fazla konu komşu dedikoduları yapılıyor mu?
63. İnsan ilişkilerinde utangaç bir kişi misiniz?
64. Kişileri birbirine tanıştırmak ve başkalarına tanıştırmak size kolay gelir mi?
65. Başkaları sizi yetenekli ve cesur bulur mu?
66. Alıngan bir kişi misiniz?
67. Fiziki görüşünüzden dolayı duygusal bir hassasiyetiniz var mı?
68. Duygularınıza olan güveninizden dolayı görüşlerinizin esnek olduğu kanısında mısınız?
69. Sık sık kabızlıktan ve miğde ağrılarından şikayetiniz olur mu?
70. Arasına zihninizin her zamankinden daha ağır işlediğini hissediyor musunuz?
71. Başkalarının mutluluğunu kıskandığınız zamanlar oluyor mu?
72. Başarmayı arzu ettiğiniz şeyleri düşünmek, onları yapmaktan çok haz veriyor mu?
73. Size açık olan avantajlı durumlardan bazı kişilerin yararlanma çabasında oldukları kanısında mısınız?
74. İstekli olduğunuz toplantı veya etkinliklere katılmamanız genellikle engellenir mi?
75. En az anlayış gördüğünüz yerin aileniz olduğunu düşündüğünüz zamanlar oluyor mu?
76. Koşulsuz olarak her insana yardım eder misiniz?

77. Sönük geçmekte olan bir sosyal toplantıya öncülük edip canlandırmak size kolay gelir mi?
78. Çabuk arkadaş edinen bir kişi misiniz?
79. Ortaya çıkan fırsatlarda otobüse ücret ödmeden binmek bir şerefsizlik midir?
80. İşlerini düze çıkarmak için pek çok kişinin yalan söylediği kanısında mısınız?
81. Sosyal kurallardan oldukça bağımsız bir yaşantı içinde misiniz?
82. Çevrenizdeki çoğu kişilerin politik görüşleri sizin kine ters düşer mi?
83. Başkalarının saflığını kendi çıkarlarına kullanan kimseleri ayıplar mısınız?
84. Aileniz, sizin başarılı olduğunuz kanısında mıdır?
85. İsteddiğiniz bir bransa veya işe girmekten alıktınız mı?
86. Önemli olmayan konularda sık sık eleştirildiğiniz olur mu?
87. Yanlışınızı kabul etmek size zor gelir mi?
88. Ailenizin düşündüğü gibi olmama duygusu sizi rahatsız ediyor mu?
89. Belirli bir nedeni olmadan duygularınızın kolayca neşeden üzüntüye, üzüntüden neşeye dönüşür mü?
90. İnsanlara gerçeği kolaylıkla kabul ettirmenin güç olduğunu düşündüğünüz zamanlar olur mu?
91. Zihninizi dolduran türlü düşünceler uykunuzu kaçırmı?
92. Genellikle sakin ve meseleyi soğuk kanlılıkla ele alan bir kişi misiniz?
93. Zaman zaman aleyhinize çalışan insanların varlığından şüphelendiğiniz olur mu?
94. İnsanların içinde iken bile bazan kendinizi yalnız hisseder misiniz?
95. Aileniz, sizin başarılı olduğunuz kanısında mıdır?
96. Akşamları eve dönüş sizi kaygılandırır mı?

97. Ailenizdeki kişilerden bazılarının yakınlık ve sevginize yeterince karşılık verdiği oluyor mu?
98. Yeni tanıştığınız bir kimse ile konuşmaktan çekinir misiniz?
99. Çevrenizdeki insanlar çoğu zaman sizi hayal kırıklığına uğrattırlar mı?
100. Sizce geçinilmesi güç kişilere de nazik davranılmalıdır mı?
101. Davranışınızın çevrenizdekilere aykırı düşmesi sizi rahatsız eder mi?
102. Kendisini problemin içine atmakta ısrar edip söz dinlemeyen kişilerin cezalarını çekmesi görüşüne katılmıyorsunuz?
103. Bazı konularda kendi kendinize kavga içinde misiniz?
104. İnatçı kişilere biraz zor kullanmanın onları ikna etmede yararlı olacağı kanısında mısınız?
105. Başkalarının mutluluğunu kıskandığınız zamanlar oluyor mu?
106. Başkaları tarafından hoşlanıldığınız duygusu içinde misiniz?
107. Yeteneğinizi küçümseyip başladığınız bazı işleri yarım bıraktığınız oluyor mu?
108. Kafesleri içinde olsa da vahşi hayvan görmekten heyecanlanır mısınız?
109. Sizi eleştirdikleri zaman sakin kalabiliyor musunuz?
110. Kendinizi sinirli bir kişi olarak mı görürsünüz?
111. Üzüntülü veya heyecanlı olduğunuz zaman konuşmanız da kekemelik olur mu?
112. Sonradan pişman olacağınız çok şey yaptığınız oluyor mu?
113. Kaslarınızda bazen asabi hareketler veya tikler olur mu?
114. Belirli bir neden yokken kendinizi son derece neşeli ya da üzüntülü hissettiğiniz zamanlar oluyor mu?
115. Yaşça sizden küçük olanların daha rahat bir yaşam sürdürdükleri kanısında mısınız?

116. Hoşlanmadıkları için ailenizin evde misafir etmek istemedikleri arkadaşlarınız var mı?
117. Ailenizle aranızdaki değer yargıları ve inanç farkları nedeniyle önemli sorunlarla karşılaştığınız oluyor mu?
118. Aileniz sizden çok fazla şeyler mi bekliyor?
119. Kız veya erkeklerin birlikte olduğu durumlarda kendinizi rahat hisseder misiniz?
120. İnsan ilişkilerinde utangaç bir kişi misiniz?
121. Çıkarlarını korumak için pek doğru olmayan yollara sapmaları ayıplar mısınız?
122. Birşey bulan kişiye onu saklama hakkı verilmeli midir?
123. İnsanların inançlarında kusur etmeleri, bir diğerine bunu başkalarına yayma hakkını verir mi?
124. Yaptığınız şayların yanlış anlaşılacağı kaygısı içinde misiniz?
125. İnsanların koşulsuz olarak serbest davranmalarına izin verilse toplumun daha iyi olacağı kanısında mısınız?
126. İçinde bulunduğunuz koşullardan dolayı sık sık sinirlendiğiniz olur mu?
127. Arkadaşınız istemediğiniz bir davranışta bulunduğu zaman, çoğunlukla bunu, çekinmeden kendisine söyleyebilir misiniz?
128. Gerçek yeteneklerinizi gösterebildiğiniz kanısında mısınız?
129. Kendinize özgü bir bir plan yapmaktan sa arkadaşlarınızın önerilerini uygulamak size daha kolay gelir mi?
130. Gerçekten açlık hissi duymadan yemeğe oturduğunuz zamanlar olur mu?
131. Akşama doğru ya da sabahları kendinizi çok yorgun hisseder misiniz?
132. Ne okuduğunuzun farkında olmadan bir süre okuyup sonra dikkatinizi topladığınız olur mu?

133. Çoğu zaman kendinizi yorgun ve halsiz hisseder misiniz?
134. Eleştirilmek sizi çok kırar mı?
135. Hoşlanmadığınız birisi ile karşılaşmamak için yolonuzu sık sık değiştirdiğiniz olur mu?
136. Cinsel konularda kendinizi rahat hisseder misiniz?
137. Başka bir aile veya grubun üyesi olmayı istediğiniz zamanlar olur mu?
138. Aile bireylerinin kişisel meselelerinizi bilmek istemelerinden şikayetçi misiniz?
139. Aileniz genellikle karşı cinsten olan arkadaşlarınızı reddeder mi?
140. Bulduğunuz çevrede halk tarafından seilmeyen çok kişi var mı?
141. Topluluk içinde tanıştığınız insanlarla çabucak kaynaşabilir misiniz?
142. Uzlaşma kabul etmeyen kişilere nazik davranır mısınız?
143. Arkadaşlarınız sizi, eğriye eğri doğruya doğru diyen bir kişi olarak mı bilirler?
144. Saygısızlık gösterenlere aynı şekilde cevap verir misiniz?
145. Olanlara aldırılmamak yerine öç almanın daha iyi olduğu kanısında mısınız?
146. Yasalara aykırı davranmadan yasanın bir açığından yararlanmada bir sakınca görür müsünüz?
147. Duygularınızı kontrol altında tutabiliyor musunuz?
148. Arkadaş edinmede zorluk çekiyor musunuz?
149. Doğru yargılarınızı bile, değerli bulmadıkları olur mu?
150. Cesaret verilmediği zaman işlerinize devam etmek size zor gelir mi?
151. Heyecanlı olaylar sizi karamsarlıktan kurtarır mı?
152. İşler kötü gittiği zaman çabuk heyecanlanan bir kişi misiniz?
153. Bazan içinizden insanlara küfretmek gelir mi?

154. Sık sık başınız ağrır mı?
155. Ayrıntılı konuşamadıkları için sık sık kişilerin sözlerini tekrarlatmak zorunda kalır mısınız?
156. Bazen sevdiğiniz kişiyi kırmaktan hoşlandığınız olur mu?
157. Sizden gelen bir neden yokken işlerinizin ters gittiği zamanlar oluyor mu?
158. Evden kaçıp başka bir yere gitmeyi düşündüğünüz zamanlar oluyor mu?
159. Aileniz bireylerini hepsini denk ölçüler içinde seviyor musunuz?
160. Evde sakin olmak için, ya susmak ya da dışarı çıkmak zorunda olduğunuz zamanlar oluyor mu?
161. Taşındığınız sorumlulukların ağırlığı sizi fazlaca hareketsiz hale getiriyor mu?
162. Neşeli arkadaşlar arasına katılınca üzüntülerinizi unutabiliyor musunuz?
163. Sıkışık durumlardan bir kurtuluş yolu olarak gerçeği söylemediğiniz zamanlar oluyor mu?
164. Bulunmuş olan bir eşyayı zamanla iade etmek gerekli midir?
165. Yaşamının bir döneminde her insanın bir şeyler çalmış olabileceği görüşüne katılır mısınız?
166. Bazı insanların mal ve mülklerini tahrip etmeyi hak ettiklerini düşündüğünüz olur mu?
167. Size kötü davrandıkları için öğ almayı istediğiniz kişiler oldu mu?
168. Başkaları sizinle tartışmaya kalkınca hemen rahatsız olur musunuz?

UYGULAYAN.....

## HACETTEPE KİŞİLİK ENVANTERİ

CEVAP KAĞIDI

UYGULAYAN.....												P U A N												
Adı ve Soyadı:..... Cinsiyeti: K ( ) E ( )												Doğum Tarihi:.....		GU										
Okul veya Kurum:..... Bölümü:.....												Sınıf-Şube:.....		SU										
E	H	E	H	E	H	E	H	E	H	E	H	E	H	E	H	KU								
1.	//	//	22.	//	//	43.	//	//	64.	//	//	85.	//	//	106.	//	//	127.	//	//	148.	//	//	KG
2.	//	//	23.	//	//	44.	//	//	65.	//	//	86.	//	//	107.	//	//	128.	//	//	149.	//	//	KG
3.	//	//	24.	//	//	45.	//	//	66.	//	//	87.	//	//	108.	//	//	127.	//	//	150.	//	//	DK
4.	//	//	25.	//	//	46.	//	//	67.	//	//	88.	//	//	109.	//	//	130.	//	//	151.	//	//	DK
5.	//	//	26.	//	//	47.	//	//	68.	//	//	89.	//	//	110.	//	//	131.	//	//	152.	//	//	DK
6.	//	//	27.	//	//	48.	//	//	69.	//	//	90.	//	//	111.	//	//	132.	//	//	153.	//	//	NE
7.	//	//	28.	//	//	49.	//	//	70.	//	//	91.	//	//	112.	//	//	133.	//	//	154.	//	//	NE
8.	//	//	29.	//	//	50.	//	//	71.	//	//	92.	//	//	113.	//	//	134.	//	//	155.	//	//	NE
9.	//	//	30.	//	//	51.	//	//	72.	//	//	93.	//	//	114.	//	//	135.	//	//	156.	//	//	PB
10.	//	//	31.	//	//	52.	//	//	73.	//	//	94.	//	//	115.	//	//	136.	//	//	157.	//	//	PB
11.	//	//	32.	//	//	53.	//	//	74.	//	//	95.	//	//	116.	//	//	137.	//	//	158.	//	//	AI
12.	//	//	33.	//	//	54.	//	//	75.	//	//	96.	//	//	117.	//	//	138.	//	//	159.	//	//	AI
13.	//	//	34.	//	//	55.	//	//	76.	//	//	97.	//	//	118.	//	//	139.	//	//	160.	//	//	AI
14.	//	//	35.	//	//	56.	//	//	77.	//	//	98.	//	//	119.	//	//	140.	//	//	161.	//	//	SI
15.	//	//	36.	//	//	57.	//	//	78.	//	//	99.	//	//	120.	//	//	141.	//	//	162.	//	//	SI
16.	//	//	37.	//	//	58.	//	//	79.	//	//	100.	//	//	121.	//	//	142.	//	//	163.	//	//	SN
17.	//	//	38.	//	//	59.	//	//	80.	//	//	101.	//	//	122.	//	//	143.	//	//	164.	//	//	SN
18.	//	//	39.	//	//	60.	//	//	81.	//	//	102.	//	//	123.	//	//	144.	//	//	165.	//	//	SN
19.	//	//	40.	//	//	61.	//	//	82.	//	//	103.	//	//	124.	//	//	145.	//	//	166.	//	//	AE
20.	//	//	41.	//	//	62.	//	//	83.	//	//	104.	//	//	125.	//	//	146.	//	//	167.	//	//	AE
21.	//	//	42.	//	//	63.	//	//	84.	//	//	105.	//	//	126.	//	//	147.	//	//	168.	//	//	G

E. ÖZGÜVEN

5. Baskı-1982

ANKET FORMU  
SUNU

Bu araştırmanın amacı; sportif etkinliklere okul içi dışı ve kulüplerde katılan lise öğrencileri ile sadece haftada iki saat olan Beden Eğitimi derslerine katılan öğrencilerin genel uyum düzeylerinin karşılaştırılmasıdır.

Ankette kısa ve kolaylıkla yanıtlayabileceğiniz sorular vardır. Özenle ve dikkatle okuyup kendi durumunuza uygun olanı X işareti ile belirteceksiniz.

Araştırma sonuçları güvenilir olabilmesi, sizin sorulara içtenlikle yanıt vermenize bağlıdır. Araştırma dışında hiçbir yerde kullanılmayacaktır. Katkılarınız için teşekkür ederim.

Adı Soyadı :  
Sınıfı :  
Baba Adı :  
Doğum Yeri :

SORULAR

1- Cinsiyetiniz nedir?

- a- ( ) Erkek  
b- ( ) Kadın

2- Kaç Yaşındasınız?

- a- ( ) 14 veya aşağı  
b- ( ) 15 ve 16  
c- ( ) 17-19  
d- ( ) 20 veya yukarı



3- Okul içi, dışı veya kulüplerde sporcu olarak lisansınız var mıdır?

a- ( ) Evet

b- ( ) Hayır

4- Katıldığınız sportif etkinliklerin türü nedir?

a- ( ) Voleybol

e- ( ) Atletizm

ı- ( ) Karate

b- ( ) Futbol

f- ( ) Masa Tenisi

i- ( ) Judo

c- ( ) Basketbol

g- ( ) Boks

j- ( ) Kürek

d- ( ) Hentbol

h- ( ) Taek-Wondo

k- ( ) Paten

l- ( ) Başka

5- Sportif etkinliğe katılma sıklığı nedir?

a- ( ) Hergün

b- ( ) Haftada iki saat

c- ( ) Haftada Altı Saat

d- ( ) Haftada sekiz saat

e- ( ) Hiç

6- Sportif Etkinliğe katılma biçiminiz nedir?

a- ( ) Bireysel

b- ( ) Takım

c- ( ) Hem bireysel hem takım

7- Sosyo ekonomik düzey bakımından kendinizi nerede görüyorsunuz?

a- ( ) Üst sosyo ekonomik düzey

b- ( ) Orta sosyo ekonomik düzey

c- ( ) Alt sosyo ekonomik düzey

8- Anneniz sağ ( ) ölü ( ) öğrenim düzeyi nedir?

- a- ( ) Okur yazar değil
- b- ( ) Okur yazar
- c- ( ) ilkokul mezunu
- d- ( ) Ortaokul mezunu
- e- ( ) Lise mezunu
- f- ( ) Üniversite ve yüksek okul mezunu
- g- ( ) Lisans üstü mastır yapmış

9- Babanız sağ ( ) ölü ( ) öğrenim düzeyi nedir?

- a- ( ) Okur yazar değil
- b- ( ) Okur yazar
- c- ( ) ilkokul mezunu
- d- ( ) Ortaokul mezunu
- e- ( ) Lise mezunu
- f- ( ) Üniversite ve yüksek okul mezunu
- g- ( ) Lisans üstü mastır yapmış

10- Annenizin mesleği:

11- Babanızın mesleği:

12- Sağlık durumunuz nedir?

- a- ( ) Sağlığımdan şikayetçiyim?
- b- ( ) Sağlığımdan biraz şikayetçiyim?
- c- ( ) Sağlığımdan şikayetçi değilim.

## KAYNAKLAR

- ABADAN, N., Üniversite Öğrencilerinin Serbest Zaman Faaliyetleri. A.Ü. Siyasal Bilgiler Fakültesi Yayınları, Ankara 1965.
- ADASAL, R., Medikal Psikoloji, Minnetoğlu yayınları, İstanbul 1977.
- AKGÜN, N., Egzersiz Fizyolojisi, Başbakanlık Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü Yayınları No:75-83 I.II Cilt Ankara 1989.
- AKYOL, A., "Ana Çizgileriyle Cumhuriyetin Ellinci Yılında Türkiye'de Beden eğitimi ve Spor"  
Gençlik ve Spor Bakanlığı Yayınları No: 15 Ankara 1973.
- ALPMAN, C., Eğitim Bütünlüğü İçinde Beden Eğitimi ve Çağlar Boyunca Gelişimi. Milli Eğitim Basımevi, İstanbul 1972.
- ASLAN, R., Beden Eğitimi Bilgileri. Yayıncı Eğitim Enstitüleri Beden eğitimi Bölümü 1977-1978.
- BAŞARAN, İ.E., Eğitim psikolojisi (Modern Eğitimin Psikolojik Temelleri) Pars Matbaası Ankara 1978.
- BAŞER, E., Uygulamalı Spor Psikolojisi: Performans Sporunda Psikolojinin Rolü. T.C. Milli Eğitim gençlik ve Bakanlığı D.T. ve Spor Genel Müdürlüğü Yayınları No: 1 1986.
- BAYAR, P., Atletlerin Kişilik Özellikleri  
Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. A.Ü. 1983.

BAYMUR, F., Genel Psikoloji Inkilap Kitabevi İstanbul 1978

BIYIKLI, L., Bedensel Özürlü Çocukların Benlik kavramı  
(Aile Kabul Düzeyi Açısından) A.Ü. Eğitim Bilimleri  
Fakültesi Ankara 1989.

BİLGE, F., "Sporcuların Psikolojik İhtiyaçları" Yayınlan-  
mamış Yüksek Lisans Tezi. H.Ü. Sosyal Bilimler  
Enstitüsü Ankara, 1990.

CRAIGHEAD, D.J., G.PRIVETTE, F.VALLIANOS ve D. BYRKIT.  
"Personality Characteristics of Basketball Players,  
Startes And Non-Starters", International Jdurnal of  
Sport Psychology Vol 17 s.110-119, 1986.

ÇAĞLAR, D., Uyumsuz Çocuklar ve eğitimi A.Ü. Basımevi  
Ankara 1981.

DEMİRPOLAT, A., "Beden eğitimi ve Spor İlişkileri" Orta  
Öğretim Kurumlarında Beden eğitimi ve Sorunları  
T.E.D. Yayınları s. 39. 1988.

DİLEKMAN, M., "Lise Öğrencilerinin Psikolojik İhtiyaçları"  
Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. A.Ü. 1986.

DPT (Devlet planlama teşkilatı)., "Beden eğitimi ve Spor  
Özel İhtisas Komisyonu Raporu" s. 34-44-64, Ankara  
1977.

\_\_\_\_\_ Gençlik ve Spor V. Beş Yıllak Kalkınma Planı Özel  
İhtisas Komisyonu Raporu. Yayın ve Temsil Dairesi  
Matbaa Birimi .173 Ankara 1983.

ELLISON, K. ve J.FREISCHLAG., "Pain Tolorance, Arousal and  
Personality Relationships of Athletes and Nonathla-  
tes" The Research Quartely Vol 46 s.250-255 1975.

- ENÇ, M., ÇAĞLAR, D., ÖZSOY, Y., Özel Eğitime Giriş  
A.Ü. Eğitim Fakültesi Yayınları No:95 Ankara 1981.
- ERKAL, M.E., Sosyolojik Açıdan Spor T.C. M.E.G. Spor  
Bakanlığı B.T. ve Genel Müdürlüğü yayın No: 30  
Milli Eğitim Basımevi Ankara 1986.
- ERTÜRK, S., Eğitimde "Program" Geliştirme H.Ü. Basımevi  
Ankara 1972.
- FLETCHER, R., DOWELL, L., Selected Personality Characte-  
ristics of High School Athletes and Nonathletes.  
Journal of Psychology Vol 77, s.39-41, 1971.
- FİŞEK, K., Karşılaştırmalı Spor Yönetimi, 19 Mayıs Gençlik  
ve Spor Akademisi Ders Notları (Teksir) Ankara 1978.
- \_\_\_\_\_, Spor Yönetimi A.Ü. Siyasal Bilgiler Fakültesi  
Yayınları Ankara 1980.
- GEÇTAN, E., Çağdaş Yaşam ve Normal Dışı Davranışlar  
A.Ü. Basımevi Ankara 1978.
- GERON, E., FURTS, D., ROTSTEİN, P., "Personality of Athle-  
tes Participating in Various Sports" International  
of Sport Psychology. Vol 17, s. 120-135, 1986.
- GILLET, B., Spor Tarihi Gelişim Yayınları s. 11 İstanbul  
1975.
- GÖKÇE, B., "Ortaöğretim Gençliğin Beklenti ve Sorunları"  
Milli Eğitim Basımevi, İstanbul 1984.

GÖKDOĞAN, Ç.F., "Ortaöğretime Devam Eden Ergenlerde Beden İmajından Hoşnut Olma Düzeyi" Basılmamış Yüksek Lisans Tezi, A.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara 1988.

GÖKMEN, H., "Fiziksel ve Devinimsel Gelişimin-Zihinsel Gelişim ile Akademik Başarıya Etkisi On yaşındaki ilkokul öğrencileri üzerinde Deneysel Bir Araştırma" Doktora Tezi A.Ü. Ankara, 1981.

\_\_\_\_\_, "Gençlerin Gelişmelerinde Beden Eğitiminin Rolü (Fiziksel-Psikolojik ve sosyal Gelişmede)" Orta Öğretim Kurumlarında Beden Eğitimi ve Sorunları T.E.D. Yayınları, 1988.

GÖKMEN, H., AÇIKALIN. A., KOYUNCU, N., SAYDAR, Z., Yüksek Öğrenim Öğrencilerinin Serbest Zaman Etkinlikleri Kendilerini Gerçekleştirme Düzeyleri Milli Eğitim Basımevi Ankara, 1985.

GSB (Gençlik ve Spor Bakanlığı)., İlkokullarda Beden Eğitimi. Gençlik ve Spor Bakanlığı, Eğitim Genel Müdürlüğü Yayını, Ankara, 1973.

JACKSON, S., MARSH, H.W., "Athlatic or Antisocial The Female Sport Experience", Jouarnal of Sport Psychology, 1986 No. 8 198-211.

JOHNSON, J.S., "Sports Participation and Psychological Adjustment" International Social Science Jouarnal V 34 n 2 p 273-76, 1982.

KARASAR, N., Araştırmalarda Rapor Hazırlama Yöntemi Kavramları, İlkeler, Teknikler 3. Baskı Ankara 1981.

- \_\_\_\_\_, Bilimsel Araştırma Yöntemi Kavramlar-Teknikler-İlkeler Ankara 1982.
- KETEN, M., Türkiye'de Spor Ayyıldız matbaası Ankara 1974.
- KILIÇCI, Y., Okul Ruh Sağlığı Şafak matbaası Ankara 1989.
- KIZILTAN, G., Üniversite Öğrencilerinin Kişisel ve Sosyal Uyum Düzeylerini Etkileyen Etmenler Doktora Tezi H.Ü. Eğitim Fakültesi, 1982.
- KOÇ, N., "Liselerde Öğrencilerin Akademik Başarılarının Değerlendirilmesi Uygulamalarının Etkinliğine İlişkin Bir Araştırma." A.Ü. Eğitim Fakültesi Yayınları No: 104, Ankara, 1981.
- KOCAOLUK, M.Ş., "İlköğretimde Temel Mevzuat" Genişletilmiş 2.Baskı Kocaoluk Yayınevi, İstanbul 1986.
- KOÇER, H.A., Eğitim Tarihi (İlk Çağ) A.Ü. Eğitim Fakültesi Yayınları No: 89, Ankara, 1980.
- KORUÇ, Z. ve BAYAR, P., "Sporun Kişilik Üzerine Etkileri" Araştırma Raporu Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü SESAM Ankara 1989.
- \_\_\_\_\_, "Geçmişten Günümüze Spor Psikolojisi ve Türkiye'de Spor Psikolojisinin Konumu." Spor bilimleri I. Ulusal Sempozyumu Bildirileri. s. 102-110, H.Ü. Ankara 1990.
- \_\_\_\_\_, "MMPI ile Sporcuların Kişiliklerinin Araştırılması II" Spor Bilimleri I. Ulusal Sempozyumu Bildirilmesi. s. 111-122 H.Ü. Ankara 1990.

KÖKNEL, Ö., Kaygıdan Mutluluğa Kişilik Altın Kitaplar  
Yayınevi, 1982.

KUZGUN, Y., Rehberlik Ders Notu A.Ü. Eğitim Fakültesi:  
Eğitim Araştırma Merkezi EFANM, s.11-130  
Ankara 1981.

LORENZ, K., On Aggression, Bontam Baks, NewYork, 1967.

MEGS (Milli eğitim Gençlik ve Spor Bakanlığı) "İlköğretim  
Okulları Lise ve Dengi Okullar Beden Eğitimi Dersi  
Öğretim Programları Millieğitim Basımevi, İstanbul  
1988.

MORGAN, W.P., The Trait Psychology Controversy.  
Research Quarterly For Exercise and Sport  
Vol 51 (1), s.56-59 1980.

ORHUN, A., "Okul Beden eğitimi Sporunda Yeni Didaktik  
Yaklaşımlar" Spor Bilimleri I. Ulusal Sempozyumu  
Bildiriler s.54-61 H.Ü. Ankara 1990.

ONUR, B., Ergenlik Psikolojisi Hacettepe Taş Kitapçılık  
Ltd.Şti. Ankara 1985.

ÖZBEKÇİ, F., "Ortaöğretimdeki Sporcu Öğrencileri Sorun-  
ları" Uludağ Üniversitesi Yüksek lisans Tezi  
Bursa 1987.

ÖZBAYDAR, S., İnsan davranışının Sınıfları ve Spor Psiko-  
lojisi Altın Kitaplar yayınevi Serbest Matbaası.  
1. Baskı 1983.

ÖZER, K., "Sporda eğitim ve öğretim" T.C. Başbakanlık G.S.  
Genel Md. Spor Şurası Bildirileri, Ankara 1990.



- ÖZOĞLUÖZ, S.Ç., "Spor Psikolojisi Ders Notları" Teksir  
19 Mayıs Gençlik ve Spor Akademisi, Ankara  
1976-1977
- SÖNMEZ, V., Sevgi Eğitimi Şafak Matbaası Ankara 1987.
- ŞARMAN, Ç., Spor Psikolojisi, 19 Mayıs Gençlik ve Spor  
Akademisi Ders Notları, Ankara 1978
- TBEÖ ve SKD (Türkiye Beden Eğitimi Öğretmenleri ve Spor  
Kulübü Derneği) Spor Bilim Dergisi Kardeşler  
Matbaası Yıl: 1 Sayı: 2 İstanbul 1990.
- ÜNLÜ, F., Spor Politikamız "Spor Yüksek Konseyi" Modeli  
İçinde Özerk Spor Yönetimi İçin, Spor Şurası  
Bildirileri Başbakanlık Gençlik ve Spro Genel  
Müdürlüğü yayınları, Ankara 1990.
- TOMICHE, F.J., "Sport and Health", World Health, November  
1978.
- WENT, D.T. ve T.W. PATTERSON., Personality Charocteris-  
tics of Women in Intercollegiate Competititon."  
Perceptual and Motor Skills. Vol 38 s.861-862  
1974.
- YAVUZER, H., Çocuk Psikolojisi. Altın Kitaplar Yayınevi  
Bilimsel Sorunlar Dizisi İstanbul 1984
- YILDIRIM, İ., "İlkokul Öğretmenlerinin Uyum Düzeylerini  
Etkileyen Bazı Etmenler" Yayınlanmamış Yüksek  
Lisans tezi H.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü  
Ankara 1988.
- YİĞİT, Z., Beden Eğitimi ve Spor. B.T. Genel Md. Gençlik  
ve Spor Dergisi, Ankara 1983.

YÖRÜKOĞLU, A., Çocuk Ruh Sağlığı. 4. Baskı Türkiye İş  
Bankası kültür Yayınları s.215-277 Ankara 1982.

