



MUŞ ALPARSLAN ÜNİVERSİTESİ ULUSLARARASI SPOR BİLİMLERİ DERGİSİ

MUŞ ALPARSLAN UNIVERSITY
INTERNATIONAL JOURNAL OF
SPORTS SCIENCE



VOLUME 2, ISSUE 1 – APRIL 2018
CILT 2, SAYI 1 - NİSAN 2018

www.alparslan.edu.tr
dergipark.gov.tr/mausbid





Muş Alparslan Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi *Muş Alparslan University International Journal of Sports Science*

Spor Bilimleri Dünyasının Değerli Akademisyenleri,

Muş Alparslan Üniversitesi, Uluslararası Spor Bilimleri Dergisi, siz değerli bilim adamlarının katkıları ile yayın hayatına başlamıştır. Dergimizin asıl amacı, başta ülkemizde olmak üzere uluslararası platformda, Spor Bilimleri Alanında, bilimsel temellere dayalı, özgün akademik makalelerin, bilim dünyasında yer almasına öncülük etmektir.

Dergimizin yayın hayatına başlamasında bizleri teşvik eden ve sürecin her aşamasında destekleri ile bizleri cesaretlendiren, başta Rektörümüz Prof. Dr. Fethi Ahmet Polat olmak üzere, Rektör Yardımcımız Prof. Dr. Abdullatif TÜZER ve Dr. Celal ÖNEY hocamıza, değerli katkıları ve değerlendirme sürecindeki özverili çalışmaları ile akademik kalite çıtımızı yükselten hakemlerimize ve nihayet Yüksekokulumuzun kıymetli akademik ve idari personeline teşekkürlerimi sunar, uzun soluklu bir maratonun ilk adımı olan dergimizin bu sayısının üniversitemiz için hayırlı olmasını dilerim.

Prof. Dr. Hüseyin KIRIMOĞLU
Editör



VOLUME 2, ISSUE 1 – APRIL 2018
CILT 2, SAYI 1 - NİSAN 2018

Editör
Prof. Dr. Hüseyin KIRIMOĞLU

Muş Alparslan Üniversitesi
<http://www.alparslan.edu.tr/>

+904362494949/1299
Email: hkirim2005@gmail.com
Web: <http://dergipark.gov.tr/mausbid>

Muş Alparslan Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi

Muş Alparslan University International Journal of Sports Science

Editör / Editor

Doç. Dr. Hüseyin KIRIMOĞLU

Yayın Kurulu Başkanı / Director of Editorial Board

Prof. Dr. Serkan HAZAR

Yayın Kurulu / Editorial Board

Dr. Abdurrahman KEPOĞLU Sıtkı Koçman Üniv.

Dr. Adem CİVAN Selçuk Üniv.

Dr. Ahmet SANIOĞLU Selçuk Üniv.

Dr. Ahmet YATKIN Fırat Üniv.

Dr. Ali Dursun AYDIN Kafkas Üniv.

Dr. Ali Gürel GÖKSEL Sıtkı Koçman Üniv.

Dr. Alparslan GÖRÜCÜ Selçuk Üniv.

Dr. Ali TEKİN Bitlis Eren Üniv.

Dr. Alpaslan YILMAZ Erciyes Üniv.

Dr. Alpay GÜVENÇ Akdeniz Üniv.

Dr. Alper KARADAĞ Muş Alparslan Üniv.

Dr. Amin AZIMKHANİ Imam reza International University IRAN

Dr. Atalay GACAR Fırat Üniv.

Dr. Atike YILMAZ Bilecik Üniv.

Dr. Ayhan T. ERDOĞAN Uluslararası Final Üniv.

Dr. Bengü Güven KARAHAN Başkent Üniv.

Dr. Bilal ÇOBAN Fırat Üniv.

Dr. Burçin ÖLÇÜCÜ GOP Üniv.

Dr. Burhan ÇUMRALIĞIL Mustafa KEMAL Üniv.

Dr. Bülent GÜRBÜZ Kırıkkale Üniversitesi SBF.

Dr. Cecilia GEVAT, Ovidius University of Constanța, Romania

Dr. Çetin YAMAN Sakarya Üniv.

Dr. Daniela DASHEVA National Sports Academy, Sofia

Dr. Dursun KATKAT Atatürk Üniv.

Dr. Duygu H. DEMIREL- Dumlupına Üniv.

Dr. Ebru ÇETİN Gazi Üniv.

Dr. Ekrem BOYALI Selçuk Üniv.

Dr. Elif KARAGÜN, Kocaeli Üniv.

Dr. Emin KURU Gazi Üniv.

Dr. Emin SUEL Aksaray Üniv.

Dr. Emine Dolu ÇAĞLAR Kırıkkale Üniv.

Dr. Emre EROL Gazi Üniv.

Dr. Ene Voiculescu Carmen Ovidius University of Constanta, Romania

Dr. Engin GEZER Kafkas Üniv.

Dr. Erbil HARBİLİ Selçuk Üniv

Dr. Ercan POLAT Ömer Halisdemir Üniv.

Dr. Ercan ZORBA Sıtkı Koçman Üniv.

Dr. Erkan Faruk ŞİRİN Selçuk Üniv.

Dr. Erkut TUTKUN Uludağ Üniv.

Dr. Erman ÖNCÜ Karadeniz Teknik Üniv.

Dr. Ertuğrul GELEN Sakarya Üniv

Dr. Evren TERCAN Akdeniz Üniv.

Dr. Fatma ARSLAN (Aksaray Üniv)

Dr. Fatma İLKER KERKEZ Sıtkı Koçman Üniv.

Dr. Fehmi TUNCEL Ankara Üniv.

Dr. Feride Zişan KAZAK ÇETİNKALP Ege Üniv.

Dr. Filiz Fatma ÇOLAKOĞLU Gazi Üniv.

Dr. Georgian BADEA-MISS Constantin Brancusi Univ. of Targu-Jiu Romania

Dr. Gökhan ARASTAMAN Hacettepe Üniversitesi

Dr. Gökhan BAYRAKTAR İbrahim Çeçen Üniv.

Dr. Gül ÖZKAYA, Akdeniz Üniv.

Dr. Gülgün ERSOY Hacettepe Üniv.

Dr. Hakan Salim ÇAĞLAYAN Selçuk. Üniv.

Dr. Hakan SUNAY Ankara Üniv.

Dr. Hakkı ULUCAN Erciyes Üniv.

Dr. Halil SAROL Kırıkkale Üniv.

Dr. Halil TAŞKIN Selçuk Üniv.

Dr. Hamdi Alper GÜNGÖRMÜŞ

Dr. Hamdi PEPE Selçuk Üniv.

Dr. Hayri DEMİR Selçuk Üniv.

Dr. Hayri ERTAN Anadolu Üniv.

Dr. Hüdaverdi MAMAK Nigde Üniv.

Dr. Hüseyin GÜMÜŞ Afyon Kocatepe Üniv.

Dr. Hüseyin KIRIMOĞLU Muş Alparslan Üniv.

Dr. Hüseyin ÜNLÜ Aksaray Üniv.

Dr. İbrahim BOZKURT Selçuk Üniv.

Dr. İbrahim CAN Gümüşhane Üniv.

Dr. İbrahim CİCİOĞLU Gazi Ü.

Dr. İbrahim ŞAHİN Aksaray Üniv.

Dr. İbrahim YILDIRAN Gazi Üniv.

Dr. Joaquim Luís Coimbra. University of Porto

Dr. Kadir PEPE Süleyman Demirel Üniv.

Dr. Kemal TAMER - Gazi Üniv.

Dr. Levent İLHAN Gazi Üniv.

Dr. Leyla SARAÇ Mersin Üniv.

Dr. M. Fatih KARAHÜSEYİNOĞLU Fırat Üniv.

Dr. M.Akif ZİYAGİL Amasya Üniv.

Dr. Mahmut GÜLLE Mustafa KEMAL Üniv.

Dr. Malik BEYLEROĞLU Sakarya Üniv.

Dr. Mehmet BAYANSALDUZ

Dr. Mehmet Çağrı ÇETİN Mersin Üniv.

Dr. Mehmet DALLI Sıtkı Koçman Üniv.

Dr. Mehmet DEMIREL- Dumlupına Üniv.

Dr. Mehmet GÜNAY Gazi Üniv.

Dr. Mehmet ÖZDEMİR Selçuk Üniv.

Dr. Mehmet Y. TAŞMEKTEPLİĞİL

Ondokuzmayıs Üniv.
Dr. Melike Taşbilek YONCALIK Kırıkkale Üniv.
Dr. Mergül ÇOLAK Erzincan Üniv.
Dr. Metin BAYRAM Ağrı İbrahim Çeçen Üniv.
Dr. Mehmet TÜRKMEN Muş Alparslan Üniv.
Dr. Metin POLAT Niğde Üniv.
Dr. Metin KARAYOL Muş Alparslan Üniv.
Dr. Metin YAMAN Gazi Üniv.
Dr. Monica Delia Bica, University of Constantin Brancusi Romania
Dr. Muhsin HAZAR Gazi Üniv.
Dr. Murat AKYÜZ. Atatürk Üniv.
Dr. M. Alper BAŞARAN Ömer Halisdemir Üniv.
Dr. Murat ERDOĞDU Yıldırım Beyazıt Üniv.
Dr. Murat KALDIRIMCI Atatürk Üniv.
Dr. Murat ÖZMADEN Balıkesir Üniv.
Dr. M. Önder ŞEKEROĞLU Muş Alparslan Üniv.
Dr. Mustafa KARAHAN Aksaray Üniv.
Dr. Mustafa Kayıhan ERBAŞ- Aksaray Üniv.
Dr. Mustafa Y. ŞAHİN Gazi Üniv.
Dr. Nurtekin ERKMEN Selçuk Üniv.
Dr. Oğuzhan YONCALIK Kırıkkale Üniv.
Dr. Orcan MIZRAK Atatürk Üniv.
Dr. Ömer ŞENEL Gazi Üniv.
Dr. Özcan SAYGIN Muğla Üniv.
Dr. Özden TAŞGIN Selçuk Üniv.
Dr. Özkan IŞIK Afyon Kocatepe Üniv.
Dr. Rajagopal I AVT Government High School
Dr. Rana VAROL Ege Üniv.
Dr. Recep GÜRSOY Muğla Sıtkı Koçman Üniv.
Dr. S. Ahmet AĞAOĞLU Ondokuzmayıs Üniv.
Dr. Sedat MURATLI Akdeniz Üniv.
Dr. Selami YÜKSEK Kafkas Üniv.
Dr. Selcen KORKMAZ Erciyes Üniv.
Dr. Selma KARACAN Selçuk Üniv.
Dr. Sema ALAY Gazi Üniv.
Dr. Semiyha Dolaşır TUNCEL Ankara Üniv.
Dr. Serap İNAL İstanbul Üniv.
Dr. Serdar CEYHUN Karabük Üniv.
Dr. Serdar ORHAN Fırat Üniv.
Dr. Serkan HAZAR Ömer Halis Demir Üniv.
Dr. Settar KOÇAK ODTÜ
Dr. Seydi KARAKUŞ Dumlupınar Üniv.
Dr. Suat KARAKÜÇÜK Gazi Üniv.
Dr. Summani EKİCİ Sıtkı Koçman Üniv.
Dr. Süleyman PATLAR Selçuk Üniv.
Dr. Sümmani EKİCİ Muğla Üniv.
Dr. Şebnem Ş.CENGİZ Celal Bayar Üniv.itesi
Dr. Tekin ÇOLAKOĞLU Gazi Üniv.
Dr. Tennur YERLİSU Akdeniz Üniv.

Dr. Thomas MARTİNEK Univ. of North Carolina at Greensboro USA
Dr. Turhan TOROS Mersin Üniv.
Dr. Ulviye BİLGİN Gazi Üniv.
Dr. Ümid KARLI Bolu A.İ.B. Üniv.
Dr. Ümit YETİŞ Pamukkale Üniv.
Dr. Vedat ÇINAR Fırat Üniv.
Dr. Velizar MIHAJLOV National Sports Academy
Dr. Yağmur AKKOYUNLU Dumlupınar Üniv.
Dr. Yakup Akif AFYON - M.Sıtkı Koçman Üniv.
Dr. Yalçın KAYA Selçuk Üniv.
Dr. Yaprak KALEMOĞLU- Aksaray Üniv.
Dr. Yavuz Selim AĞAOĞLU Gaziosmanpaşa Üniv.
Dr. Zeynep FİLİZ Osman Gazi Üniv.
Dr. Ahmet ŞİRINKAN Atatürk Üniv.
Dr. Cemil Tuğrulhan ŞAM Atatürk Üniv.
Dr. Elif ŞIKTAR Atatürk Üniv.
Dr. Emre BELLİ Atatürk Üniv.
Dr. Erdinç ŞIKTAR Atatürk Üniv.
Dr. Fatih KIYICI Atatürk Üniv.
Dr. İlhan ŞEN Atatürk Üniv.
Dr. Mehmet Haluk SIVRIKAYA Atatürk Üniv.
Dr. Murat KALDIRIMCI Atatürk Üniv.
Dr. Necip Fazıl KISHALI Atatürk Üniv.
Dr. Nurcan DEMIREL Atatürk Üniv.
Dr. Orcan MIZRAK Atatürk Üniv.
Dr. Ömer KAYNAR Muş Alparslan Üniv.
Dr. Sertaç ERCİŞ Atatürk Üniv.
Dr. Süleyman Erim ERHAN Atatürk Üniv.
Dr. Yunus ÖZTAŞYONAR Atatürk Üniv.

Danışma Kurulu / Advisory Board

Dr. A. Azmi YETİM Gazi Üniv.
Dr. Ali Ahmet DOĞAN Kırıkkale Üniv.
Dr. Hürmüz KOÇ Çanakkale Üniv.
Dr. Vedat ÇINAR Fırat Üniv.
Dr. M. Vehbi SAYIN Celal Bayar Üniv.
Dr. Fikret SOYER

Sekreteryaya / Secretariat

Araş. Gör. Ayça GENÇ
Araş. Gör. M. Fatih BİLİCİ
Araş. Gör. Muhammed BAŞ

İletişim Sorumluları / Coorrespondents

Doç. Dr. Hüseyin KIRIMOĞLU

Mizanpaj ve Dizgi / Layout and Design

Yrd. Doç. Dr. Celal ÖNEY

BU SAYININ HAKEMLERİ

Dr. Ali TEKİN

Bitlis Eren Üniversitesi BESYO

Dr. Atike YILMAZ

Bilecik Üniversitesi Rektörlük

Dr. Baki YILMAZ

Yıldırım Beyazıt Üniversitesi BESYO

Dr. Ersin ESKİLER

Sakarya Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Dr. Fikret SOYER

Sakarya Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Dr. M. Önder ŞEKEROĞLU

Muş Alparslan Üniversitesi BESYO

Dr. Metin KARAYOL

Muş Alparslan Üniversitesi BESYO

Dr. Muhsin HAZAR

Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Dr. Serkan İBİŞ

Ömer Halis Demir Üniversitesi BESYO

İÇİNDEKİLER / CONTENTS

SPOR YAPAN BİREYLERİN SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGISI VE BENLİK SAYGISININ İNCELENMESİ..... 8

The Social Appearance Anxiety of Individuals who Performs Sport and Investigation of his/her Self Respect

Ali TÜRKER*; Yusuf ER; Sultan YAVUZ EROĞLU; Aydın ŞENTÜRK; Mehmet DURMAZ

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLİĞİ VE SINIF ÖĞRETMENLİĞİ ÖĞRENCİLERİNİN BENLİK SAYGISI İLE PROBLEM ÇÖZME BECERİLERİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ.....16

The Self Respect of the Students of Physical Education and Sports Teaching and Classroom Teaching with Evaluation of Their Problem Solving Skills

Yusuf ER*; Samet AKTAŞ; Ali TÜRKER; Faruk GÜVEN; Nurettin ALKAN

Eser Geçmişi: 11 Ocak 2018 / 28 Şubat 2018

SPOR YAPAN BİREYLERİN SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGISI VE BENLİK SAYGISININ İNCELENMESİ

*The Social Appearance Anxiety of Individuals who Performs Sport and Investigation of
his/her Self Respect*

Ali TÜRKER*

Ardahan Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, aliturker@ardahan.edu.tr

Yusuf ER

Sultan YAVUZ EROĞLU

Aydın ŞENTÜRK

Mehmet DURMAZ

ÖZ

Bu çalışmanın amacı; farklı spor merkezlerinde spor yapan bireylerin, sosyal görünüş kaygısı ile benlik saygısı ilişkisinin bazı değişkenler açısından incelenmesidir. Çalışmanın evrenini Konya merkez ilinde farklı özel spor merkezlerine üye olan bireyler oluşturmaktadır. Örneklem grubunu ise bu spor merkezine üye bireyler arasından rastgele örneklem modeli ile gönüllü katılmış 412 kadın ve 188 erkek toplam 600 birey oluşturmaktadır. Çalışmada veri toplama aracı olarak araştırmacı tarafından oluşturulan Kişisel Bilgi Formu, bireylerin sosyal görünüş algılarını ölçmek üzere Hart ve ark. (2008) tarafından geliştirilen ve Doğan (2009) tarafından Türkçeye uyarlanan Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği ile bireylerin benlik saygılarını belirlemek amacıyla Rosenberg (1965) tarafından geliştirilen ve Çuhadaroğlu (1986) tarafından Türkçeye uyarlanan Benlik Saygısı Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizinde bağımlı değişkenler ile bağımsız değişkenler arasındaki ilişkiye bakmak için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ve t testi kullanılmıştır. Sonuç olarak; bireylerin sosyal görünüş kaygıları ve benlik saygıları yaş, cinsiyet, spor yapma yılı ve ailede spor yapan değişkenlerine göre anlamlı bir fark tespit edilmemiştir. Ayrıca korelasyon analizi sonucunda sosyal görünüş kaygısı ve benlik saygısı arasında düşük düzeyde pozitif bir ilişki olduğu görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Benlik Saygısı, Spor, Sosyal Görünüş Kaygısı

*Sorumlu yazar

ABSTRACT

The purpose of this study is to analyze social anxiety and self respect of doing sport at different sports center within the scope of some variabilities. Sample group of study consist of 412 woman and 188 man total 600 individuals who are members of different sports center in the province of Konya. In this study, personal info form, social anxiety scale developed by Hart (2008) and adopted to Turkish by Doğan (2009) and Self Respect scale developed by M.Rosenberg (1965) and adopted to Turkish by Fusun Cuhadaroğlu (1986) were used as data collection tool. In order to analyze the relationship between dependent and independent variables in the phase of data analyze, one-way analysis of variance and (ANOVA) and t test were used. According to the analysis results, there were no significant differences in age, gender, sporting year and sporting situation in the family. In addition according to correlation analysis results, it was determined that there was low level and positive relationship between social anxiety and self respect

Keywords: Self Respect, Sport, Social Anxiety

Giriş

Spor, fiziksel ve ruhsal gelişimin yanında bireylerin sosyalleşmesine de katkı sağlayan önemli bir olgudur. Spor, bireylerin toplum içerisinde aidiyet duygusunu yaşaması ve topluma uyum sağlaması açısından önem arz etmektedir (1). Bu sebeple toplumun her kesiminde, farklı yaş guruplarında, sporun sayısız fayda sağladığı, hemen her araştırmacı tarafından ifade edilmektedir.

Çalışmamıza konu olan sosyal görünüş kaygısı ve benlik saygısı spor yapan bireyleri spor yapmaya yönlendiren önemli konular olarak görülmektedir. Aynı zamanda, sporun yaşam biçimi haline getirilerek günlük hayatın içinde yer alması hem bireylerin kişilik gelişiminde hem de spor kültürünün oluşmasında önem arz etmektedir (2). Dolayısıyla literatürde yer alan bu kavramlara bakacak olursak, öncelikle davranışın en önemli belirleyicisi olan benlik bireyin kendini algılaması olarak tanımlanır. Benlik, bireyin kendini bildiği andan itibaren çevresi ile etkileşimi yoluyla oluşur, birey çevresini buna göre algılar ve uygun yaşantıları özümler (3). Benlik saygısı, bireyin kendini değerlendirmesinden sonra ulaştığı benlik kavramını onaylamasından ortaya çıkan beğeni durumunun yanı sıra bireyin kendini olduğundan aşağı ya da üstün görmeksizin kendinden memnun olma, kendini olumlu, beğenilir, sevmeye değer bulmayı ve özüne güvenmeyi sağlayan olumlu bir ruh durumudur (4). Bireyler diğer insanlar üzerinde daha etkili bir izlenim bırakmak ve bireylere çekici görünmek için çabalamaktadırlar. Çoğu insan çekici bireylerle daha fazla iletişim kurmak istemektedir. Diğer insanlar üzerinde iyi bir izlenim bırakamayacağını düşünen birey ise kaygı yaşamaktadır (3). Spor bireyin fiziki durumunu düzeltmenin yanı sıra sosyal ortamlarda güven duygusu sağlamaktadır. Dolayısıyla benlik saygısı yüksek olan bireylerin sporla yakından ilişkili olduğu düşünülebilir.

Günümüzde toplumlar, insanların fiziki görünüşleri ile oldukça fazla ilgilenmektedir. Geçmişten günümüze birçok toplumda tarih boyunca gençlik, güzellik, çekicilik gibi özellikler kimi zaman en önemli bireysel özellikler olarak değerlendirilmiştir İnsanların çoğu çekici bireylerle daha fazla iletişim kurmak istemektedirler. Bundan dolayı bireyler diğer insanlar üzerinde daha etkili bir izlenim bırakmak ve çekici görünmek için çabalamaktadırlar (5).

Bu sebeple spor merkezlerine ilginin her geçen gün arttığını söyleyebiliriz. Bu çalışmada da spor yapan bireylerin benlik saygısı ve sosyal görünüş kaygılarının yaş, cinsiyet, spor yapma yılı ve ailede spor yapma durumuna göre incelenmesi amaçlanmıştır.

YÖNTEM

Araştırma Grubu: Çalışmanın evrenini Konya merkez ilinde farklı özel spor merkezlerine üye olan bireyler oluşturmaktadır. Örneklem grubunu ise bu spor merkezine üye bireyler arasından rastgele örneklem modeli ile gönüllü katılmış 412 kadın ve 188 erkek toplam 600 birey oluşturmaktadır.

Veri Toplama Aracı: Araştırmanın amacına yönelik elde edilen veriler kişisel bilgi formu (yaş, spor yapma yılı, ailenin spor yapma durumu vb tanımlayıcı özellikler), sosyal görünüş kaygısı ölçeği ve benlik saygısı ölçeği yoluyla toplanmıştır.

Kişisel Bilgi Formu: Birinci bölümde katılımcıların yaş, cinsiyet, spor yapma yılı ve ailenin spor yapma durumu ile ilgili bilgilerini edinmeye yönelik araştırmacı tarafından oluşturulan kişisel bilgi formu kullanılmıştır.

Sosyal Görünüş Kaygısı: İkinci bölümde katılımcıların sosyal görünüş kaygılarını ölçmek amacıyla Hart ve ark. (2008) tarafından geliştirilen ve Doğan (2009) tarafından Türkçeye uyarlanan Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği'nden yararlanılmıştır. Ölçek 16 maddelik, beşli likert tipinde öz bildirim (self-report) tarzı bir ölçektir. Sosyal görünüş kaygısı ölçeği, bireylerin görünüş kaygıları ile ilgili bilişsel, emosyonel ve davranışsal ifadelerden oluşmaktadır.

Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri: Rosenberg (1965) tarafından geliştirilen ölçek Çuhadaroğlu (1986) tarafından ülkemize uyarlanmıştır. 63 maddeden oluşan ölçeğin 12 alt testi vardır. Bu çalışmada sadece benlik saygısını ölçmek için 1. Bölümün ilk 10 sorusu kullanılmıştır. Soruların 5'i olumlu, 5'i olumsuzdur. Guttman ölçüm şekline göre düzenlenmiş testte, olumlu ve olumsuz maddeler ardışık olarak sıralanmıştır. Ölçeğin kendi içinde değerlendirme sistemine göre denekler 0 ile 6 arasında puan almaktadırlar. Ölçekte kesinlikle katılmıyorum, katılmıyorum, katılıyorum, kesinlikle katılıyorum olmak üzere 4 şık vardır ve puanlaması 0, 1, 2, 3 olarak yapılmaktadır. Sayısal ölçümlerle yapılan karşılaştırmalarda benlik saygısı, yüksek (0-1 puan), orta (2-4 puan) ve düşük (5-6 puan) olarak değerlendirilmektedir. Puanın yüksek olması benlik saygısının düşük, az olması ise benlik saygısının yüksek olduğunu göstermektedir.

BULGULAR**Tablo 1. Sosyal Görünüş Kaygısı ve Benlik Saygısı Puanlarının Yaşa Göre ANOVA sonuçları**

	Yaş	N	X	Sd	f	p
Sosyal Görünüş Kaygısı	18 yaş ve Altı	61	39,016	14,343	1,515	0,196
	19-20 Yaş	191	37,101	13,731		
	21-22 Yaş	153	36,130	13,551		
	23-24 Yaş	88	34,329	11,942		
	25 Yaş	107	38,177	13,941		
	Toplam	600	36,805	13,596		
Benlik Saygısı	18 yaş ve Altı	61	26,688	4,617	0,544	0,704
	19-20 Yaş	191	27,272	5,262		
	21-22 Yaş	153	27,699	4,360		
	23-24 Yaş	88	27,170	4,076		
	25 Yaş	107	27,439	4,380		
	Toplam	600	27,336	4,792		

Tablo 1’de görüldüğü gibi yaş açısından sosyal görünüş kaygısında $F(1,515)=P<0.01$ anlamlı farklılığa rastlanmamıştır. Aynı zamanda yaş açısından benlik saygısına bakıldığında $F(0,544)=P<0.01$ anlamlı farklılık görülmemiştir.

Tablo 2. Sosyal Görünüş Kaygısı ve Benlik Saygısı Puanlarının Spor Yapma Yılına Göre ANOVA Sonuçları

	Spor Yapma Yılı	N	X	Sd	f	p
Sosyal Görünüş Kaygısı	6 aydan az	146	36,808	12,924	1,272	0,280
	6-12 ay	152	36,473	13,109		
	1-2 yıl	104	37,846	14,376		
	3-4 yıl	107	38,355	14,515		
	5 yıl ve üzeri	91	34,340	13,331		
	Toplam	600	36,805	13,596		
Benlik Saygısı	6 aydan az	146	26,815	4,262	0,977	0,419
	6-12 ay	152	27,315	4,615		
	1-2 yıl	104	27,384	5,231		
	3-4 yıl	107	28,018	5,506		
	5 yıl ve üzeri	91	27,351	4,453		
	Toplam	600	27,336	4,792		

Tablo 2'ye bakıldığında spor yapma yılına göre sosyal görünüş kaygısında $F(1,272)=P<0.01$ anlamlı farklılık görülmemiştir. Ayrıca benlik saygısında da $F(0,977)=P<0.01$ anlamlı farklılık görülmemiştir.

Tablo 3. Sosyal Görünüş Kaygısı ve Benlik Saygısı Puanlarının Cinsiyet Değişkenine Göre T Testi Sonuçları

	Cinsiyet	N	X	sd	t	p
Görünüş Kaygısı	Kadın	412	36,61	13,26	-0,496	,62
	Erkek	188	37,21	14,32		
Benlik Saygısı	Kadın	412	27,24	4,58	-0,642	,522
	Erkek	188	27,53	5,22		

Tablo 3 incelendiğinde sosyal görünüş kaygısı puanlarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık göstermemektedir. Aynı zamanda benlik saygısı puanlarının da cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık görülmemiştir.

Tablo 4. Sosyal Görünüş Kaygısı Ve Benlik Saygısı Puanlarının Ailede Spor Yapma Durumu Değişkenine Göre T Testi Sonuçları

Ailede spor yapan var mı?	N	X	sd	t	P	
Görünüş Kaygısı	Evet	275	37,35	14,64	0,753	0,452
	Hayır	322	36,5	12,59		
Benlik Saygısı	Evet	275	27,73	4,5	1,758	,079
	Hayır	322	27,03	4,171		

Tablo 4'e bakıldığında sosyal görünüş kaygısı ve benlik saygısı puanlarının ailede spor yapan değişkenine göre anlamlı farklılık göstermediği görülmektedir.

TARTIŞMA ve SONUÇ

Bu çalışmanın amacı spor merkezlerine üye olan bireylerin sosyal görünüş kaygıları ve benlik saygılarının yaş, cinsiyet, spor yapma yılı ve ailede spor yapma durumuna göre farklılaşp farklılaşmadığını ortaya koymaktır. Spora olan ilginin her geçen gün arttığını ve sporun ayrı bir endüstri haline geldiğini bilmekteyiz. Bu sebeple spora olan ilginin artmasında fiziki görünüş kaygısı ve benlik saygısının etkisinin ortaya konulması çalışmamız açısından oldukça önemli görülmektedir.

Yaptığımız araştırma bulgularında bireylerin sosyal görünüş kaygısı ve benlik saygısı toplam puanlarının yaş, cinsiyet, spor yapma yılı ve ailede spor yapma durumuna göre anlamlı bir farka rastlanmamıştır. Literatür incelendiğinde çalışmamızı destekleyen ya da farklılık gösteren çalışmalar

görülmüştür. Sosyal görünüş kaygısı ve benlik saygısı ile ilgili bazı araştırmalar aşağıdaki gibidir.

“Sosyal Görünüş Kaygısı” ile ilgili yapılan araştırmalarda Carleton, “Sosyal Görünüş Kaygısı” özellikle bireylerin başkaları tarafından küçük düşürülmesine ya da olumsuz olarak yargılanmasına yönelik endişelerden kaynaklandığına dikkat çekmiştir (5). Kalemoğlu'nun Ergenlerin sosyal görünüş kaygıları ile beden eğitimi dersine yönelik tutumlarını incelediği çalışmasını Ankara ve Aksaray illerindeki lise öğrencilerine uygulayarak, “Sosyal Görünüş Kaygısında cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık olmadığını saptamıştır (6). Ayrıca, yine adı geçen çalışmada, “Sosyal Görünüş Kaygısı”nın, beden eğitimi dersine yönelik tutum düzeyleri üzerine düşük seviyede etki büyüklüğüne sahip olduğu tespit edilmiştir (5). Günümüzdeki nesillerin teknolojik ve bilimsel gelişmelerin etkisiyle daha bilinçli yetişmesi, yetiştirilmesiyle spora daha erken yaşlarda başlamalarına neden olmuştur. Ergen yaştaki öğrencilerinin beden eğitimi dersi ile “Sosyal Görünüş Kaygıları”nı azda olsa attıklarını söylemek mümkündür. Aşçı'nın yapmış olduğu araştırmada da spor yapan bireylerin, yapmayanlara oranla kendisini fiziksel olarak algılamasının daha yüksek olduğu saptanmıştır (7). Çepikkurt & Coşkun'un “üniversiteli dansçıların sosyal ve beden imgesinden hoşnut olma düzeyleri” adlı çalışmasında bayanların erkeklerden daha fazla fiziksel görünüşlerinden rahatsız oldukları bulunmuştur (8). Alemdağ ve Öncü'nün yapmış olduğu “Öğretmen Adaylarının Fiziksel Aktiviteye Katılım ve Sosyal Görünüş Kaygılarının İncelenmesi” adlı çalışma incelendiğinde fiziksel aktiviteye katılım seviyesi arttıkça sosyal görünüş kaygısının azaldığı görülmüştür (4). Telli ve Ünal'ın üniversite okuyan Öğrencilerin Sosyo-Demografik yapılarına Göre Sosyal Görünüş Kaygısını incelediği çalışmada araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin sosyal görünüş kaygılarının öğrencilerin yaş, öğrenim gördükleri bölüm, sınıf düzeylerine göre arasında anlamlı bir farklılık varken cinsiyet ve yetişme çağına buldukları yer ile sosyal görünüş kaygıları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır (9). Tekeli, beden eğitimi ve spor öğretmeni adayları ile diğer öğretmen adaylarının sosyal görünüş kaygısı ve akademik öz – yeterlilik düzeylerini araştırdığı çalışmasında, katılımcıların sosyal görünüş kaygılarının yaş, cinsiyet, öğrenim görülen sınıf, akademik başarı düzeyi, aile yapısı, anne eğitim düzeyi ve aylık gelir durumlarına göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılık göstermediğini ifade etmişlerdir (17). Yavuz Eroğlu ve Acet'in yapmış olduğu çalışmada İşitme Engelli Öğrencilerin Spor Yapma Değişkenine Göre Sosyal Görünüş Kaygısı incelenmiş ve sonuç olarak spor yapan ve yapmayan işitme engelli öğrencilerde bir farklılığa rastlanmamıştır (1). Kılıç, Yaptığı çalışmasında erkeklerin kadınlara göre daha fazla görünüş kaygısı yaşadıklarını belirtmiştir. Aynı çalışmada şu anki kilosundan hiç memnun olmayanlar, memnun olmayanlar, kararsız olanlar, memnun olanlar ve çok memnun olanlardan daha çok sosyal görünüş kaygısı yaşadıklarını da belirtmiştir (14). Doğan'ın 781 kişi (532 kadın, 249 erkek) üzerinde yaptığı çalışmasında, erkeklerin kadınlardan daha fazla sosyal görünüş kaygısına sahip olduklarını bulmuştur. Neden olarak ise, toplumsal olarak erkeklerden daha fazla girişimin beklenmesi ve sosyal görünüş kaygısına bağlı olarak ortaya çıkan korkma ve kaçınma davranışlarının erkek kimliğine yakıştırılamaması sonucu erkeklerde sosyal görünüş kaygısının daha yüksek olacağı belirtilmiştir (18).

Yapılan çalışmalar incelendiğinde çalışmamızı destekler nitelikte cinsiyet değişkenine göre sosyal görünüş kaygısında farklılık olmadığı görülmüştür. Fakat kadınlarda erkeklere nazaran sosyal görünüş kaygısının yüksek olduğu da bazı çalışmalarda tespit edilmiştir. Çalışmamızda sosyal görünüş kaygısı farklılık göstermemiştir. Bunun sebebi yaşanan yer faktörünün ya da örneklem grubunun farklılık göstermesi şeklinde yorumlanabilir.

Balat ve Akman'ın lise öğrencilerinin benlik saygısı düzeylerini incelediği çalışmaya

katılan lise öğrencilerinde cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık olmadığı görülmüştür (11). Karakaya ve ark. 9-13 yaş arası yüzücülerin depresyon, benlik saygısı ve kaygı düzeylerinin değerlendirilmesini inceledikleri çalışmalarında, yüzücülerin benlik saygısının kontrol grubuna göre anlamlı düzeyde yüksek olduğunu belirtmişlerdir (12). Ottekin, ailelerinden ayrı olarak öğrenim görmekte olan üniversite öğrencilerinin benlik saygısı ve umutsuzluk düzeylerinin incelenmesi adlı çalışmasında, cinsiyet değişkenine göre erkek öğrencilerin benlik saygısı düzeylerinin kız öğrencilere göre daha yüksek bulunduğunu belirtmiştir (13). Certel ve Bahadır, takım sporu yapan sporcularda benlik saygısı ve sürekli öfke ve öfke ifade tarz ilişkisini inceledikleri çalışmalarında, cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık bulunmadığını ifade etmişlerdir. Erman, spor yapan kadınların benlik saygılarının yükseldiğini, ama erkeklerle aralarında istatistiksel açıdan farklılık bulunmadığını belirtmiştir (16).

İnsanoğlunda ruh sağlığı, dolaylı olarak da beden sağlığı için en önemli faktörlerden biri benlik saygısıdır (19). Mevcut çalışmalar ışığında, cinsiyet fark etmeksizin benlik saygı düzeylerinin hep benzer olduğu görülmüş ve bu çalışma bulguları ile paralellik göstermiştir. Fiziksel aktivite ile birlikte bireylerde özgüven ve özsaygı oluştuğu için vücutlarından daha fazla hoşnut olma durumu ortaya çıkmaktadır. Dolayısıyla bu çalışmada herhangi bir istatistiksel farklılığa rastlanmaması, bu yaş grubunun yaşadığı yerde bireylere dış görünüş kaygısı yaşatacak bir ortamın olmaması ile yorumlanabilir. Mevcut çalışmalar da benzer bölge insanlarına uygulandığı için cinsiyete göre hiç farklılık olmaması bununla açıklana bilir. Ülkemiz çok farklı kültürlere sahip yapıda olduğu için, farklı bölgeleri de aynı anda kapsayacak araştırmalar yapılmasının faydalı olacağı kanaatindeyiz.

KAYNAKLAR

Yavuz Eroğlu,S. Acet,M. (2016). “İşitme Engelli Öğrencilerin Spor Yapma Değişkenine Göre Sosyal Görünüş Kaygısı ile Yaşam Kalitesi Düzeylerinin İncelenmesi” Türkiye Klinikleri J Sports Sci 2017;9(2):65-70

Yıldırım, S., Özcan, G. (2011) Lisanslı Olarak Takım Sporü Ve Bireysel Spor Yapan İle Spor Yapmayan Ortaöğretim Öğrencilerinin Sosyal Beceri **Düzeylerinin Karşılaştırılması**. Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi. Cil. 2. Sayı. 23

Özcan,H. ve Ark. (2013). “Ergenlik ve Genç Yetişkinlik Dönemindeki Kadınlarda Benlik Saygısı, Sosyal Görünüş Kaygısı, Depresyon ve Anksiyete İlişkisi” Journal of Mood Disorders Volume: 3, Number: 3

Yörükoğlu, A. (1998). Gençlik Çağı. 10. Basım, İstanbul: Özgür Yayınları, 36-49.

Alemdağ,S. Öncü,E. (2015). “**Öğretmen Adaylarının Fiziksel Aktiviteye Katılım ve Sosyal Görünüş Kaygılarının İncelenmesi**” **International Journal of Science Culture and Sport. 287-300**

Carleton, RN. (2007). Collimore KC, Asmundson GJ. Social anxiety and fear of negative evaluation: construct validity of the BFNE-II. J Anxiety Disord;21(1):131-41.

Kalemoglu VY. (2014). The relationship between attitudes of prospective physical education teachers towards education technologies and computer self-efficacy beliefs. TOJET;13(2):157-67

Aşçı, FH. (2004). Physical self-perception of elite athletes and non-athletes: a Turkish sample. Percept Mot Skills;99(3 Pt 1):1047- 52.

Çepikkurt,F; Coşkun,F. (2010). Üniversiteli Dansçıların Sosyal Fizik Kaygı ve Beden İmginden Hoşnut Olma Düzeyleri. Pamukkale Journal of Sport Sciences. Vol1, No:2, Pg:17-24

Telli, E. Ünal, Z. (2016). **Üniversite Öğrencilerinin Sosyo-Demografik Özelliklerine Göre Sosyal Görünüş Kaygısı**. Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi Cilt.8 Sayı.15 (S. 134-146).

Uyanık Balat, G.& Akman, B. (2004). Farklı Sosyo-Ekonomik Düzeydeki Lise Öğrencilerinin Benlik Saygısı Düzeylerinin İncelenmesi. Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi Fırat University Journal of Social Science Cilt: 14, Sayı: 2, Sayfa: 175-183.

Karaya, I., Coşkun, A., Ağaoğlu, B. (2006). Yüzücülerin depresyon, benlik saygısı ve kaygı düzeylerinin değerlendirilmesi, *Anatolian Journal of Psychiatry*, 7:162-166

Ottekin, N. (2009). *Ailelerinden ayrı olarak öğrenim görmekte olan üniversite öğrencilerinin benlik saygısı ve umutsuzluk düzeylerinin incelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üni. Sosyal Bil. Enst. Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Konya

Kılıç, M. (2015). Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Görünüş Kaygıları ile Benlik Saygıları ve Yalnızlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üni. Sağlık Bil. Enst. Konya

Certel, Z., Bahadır, Z. (2012). Takım Sporunu Yapan Sporcularda Benlik Saygısı ve Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı İlişkisinin İncelenmesi, *Selçuk Üni. Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 14 (2): 157-164

Erman K.A., Şahan A., Can S. (2004) Sporcu bayan ve erkeklerin benlik saygısı düzeylerinin karşılaştırılması. 8. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, Antalya

Tekeli, Ş.C. (2017). Beden Eğitimi ve Spor Öğretmeni Adayları ile Diğer Öğretmen Adaylarının Sosyal Görünüş Kaygısı ve Akademik Öz – Yeterlilik Düzeylerinin Karşılaştırılması, *Yüksek Lisans Tezi, Bartın Üni. Eğitim Bil. Enst. Beden Eğt. Ve Spor Öğr. Bilim Dalı*, Bartın

Doğan, T. (2009). *Bilişsel ve Kendini Değerlendirme Süreçlerinin Sosyal Anksiyete Açısından İncelenmesi*. Doktora Tezi, Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya, 58-59

<http://www.antalyapsikiyatri.com/yetiskin-psikolojik-sorunlari/benlik-saygisi>

Eser Geçmişi: 11 Ocak 2018 / 25 Mart 2018

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLİĞİ VE SINIF ÖĞRETMENLİĞİ ÖĞRENCİLERİNİN BENLİK SAYGISI İLE PROBLEM ÇÖZME BECERİLERİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ

*The Self Respect of the Students of Physical Education and Sports Teaching and
Classroom Teaching with Evaluation of Their Problem Solving Skills*

Yusuf ER*
Samet AKTAŞ
Ali TÜRKER
Faruk GÜVEN
Nurettin ALKAN

ÖZ

Bu çalışma beden eğitimi ve spor öğretmenliği ev sınıf öğretmenliği öğrencilerinin benlik saygısı ile problem çözme becerilerinin araştırılması amacıyla yapılmıştır. Araştırmanın örneklemini Selçuk Üniversitesinde ve Necmettin Erbakan Üniversitesinde okuyan sınıf öğretmenliği(SÖ) ve beden eğitimi ve spor öğretmenliği (BESÖ) bölümü toplam 600 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmaya katılan kadınları Bu çalışma beden eğitimi ve spor öğretmenliği ev sınıf öğretmenliği öğrencilerinin benlik saygısı ile problem çözme becerilerinin araştırılması amacıyla yapılmıştır n yaş ortalaması $21,25 \pm 2,25$, erkeklerin ise yaşlarının ortalaması $21,13 \pm 1,83$ olarak bulunmuştur. Araştırmaya katılanlara ait kişisel bilgilerinin tespiti için kişisel bilgi formu, problem çözme becerilerinin tespiti için Problem Çözme Envanteri ve Benlik Saygısı envanteri uygulanmıştır. Verilerin analizinde bölüm ve cinsiyete göre farklılıkların belirlenmesinde Independent Samples T-Test kullanılmış, araştırmaya katılanların gelir düzeylerine göre karşılaştırılmasında Tek Yönlü Varyans Analizi kullanılmıştır. Öğrencilerin benlik saygıları ve problem çözme becerileri arasındaki ilişki için ise pearson korelasyon analizi yapılmıştır. Sonuç Olarak; BESÖ öğrencilerinin Problem çözme becerisi negatif, benlik saygısı arasındaki ilişki pozitif yönde bulunmuş olup, benlik saygısı arttıkça problem çözme becerisi de arttığı görülmüştür. SÖ öğrencilerinde ise problem çözme becerisi ile aceleci yaklaşım, kaçınan yaklaşım, kendine güvenli yaklaşım altı boyutları arasında pozitif, düşünen yaklaşım, değerlendirci yaklaşım ve planlı yaklaşım alt boyutların ise negatif yönde ilişki tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler; Benlik saygısı, Problem çözme becerisi, öğretmenlik

*Sorumlu yazar

ABSTRACT

This study was carried out to investigate the problem solving skills of self - esteem of physical education and sport teacher and classroom teacher formation students. The sampling of the study was conducted Necmettin Erbakan University classroom teaching (SÖ) and teacher of physical education and sport (BESÖ) students are total 600 people. The average age of the women who participated in the survey was found to be $21,25 \pm 2,25$, and the average age of men was found to be $21,13 \pm 1,83$. Personal information form was used to identify the personal information of the participants, Problem Solving Inventory and Self-Esteem Inventory were used to determine problem solving skills. One-way ANOVA was used in the analysis of the data to compare the income levels of those who used the survey. The Independent Samples T-Test was used in the analysis of the data to determine difference the department and sex. Pearson correlation analysis was performed for the relationship between the self esteem and problem solving skills of the departments. As a result, the relationship between problem solving skills and self-esteem of BESÖ students has been found to be positive and the self-esteem problem solving ability is also increasing. In the SÖ students, problem-solving skills and positive relationship were found in three sub-dimensions impatient approach, avoiding approach, self trust approach, negative approach was found in the thinking approach, the evaluative approach and the planned approach sub-dimension.

Keywords; Self esteem, Problem solving skills, Teacher

GİRİŞ

Meslek, bireylerin yaşamlarını sürdürmeleri ve kişisel mutlulukları için önemli bir role sahiptir. Bireylerin kendilerine uygun mesleği seçmeleri kişisel benlik algılarıyla alakalıdır. Kişisel benlik algısı, bireylerin nasıl davranacağı, kendilerini nasıl algıladıkları, çevresinde ki insanların onlara nasıl davrandıklarının yanı sıra herhangi bir konuda başarılı olup olmamalarıyla ilgilidir (Işık, 2006).

Gençlik dönemi adı verilen grup, 22-25 yaşları arasından oluşan bir grup olup, bu guruba gençlik dönemi” adı verilmektedir. Bu dönem ruhsal ve toplumsal açıdan kimlik edinme dönemi olarak da bilinir. (Erikson 1968). Üniversite yıllarında bireyler, alıştıkları aile ortamından ayrılarak, dış etkilere açık hale gelmeleri ve kendi özgür belirlemeleri nedeniyle olumsuz davranışlar geliştirebilirler (Murathan ve diğ. 2013). Bu dönemde genç, özeleştiri yaparak “Ben kimim?”, “Ben nasıl biriyim?”, “Başkaları beni nasıl görüyor, nasıl olmamı istiyorlar?”, “Hangi mesleği seçmeliyim? “Yeterli miyim, değil miyim?” gibi sorulara cevap bulmaya çalışır. Gençlerde, bu özeleştirilerin cevaplarına göre cinsel, toplumsal ve mesleksel alanda kimlik oluşmaya başlar. Genç kendi ile ilgili bir takım değerlendirmeler yaparak dış dünya ile etkileşiminden kopmayarak bazı çıkarımlarda bulunur. Böylelikle kendisiyle ilgili olarak olumlu ya da olumsuz görüşte bulunması, Genç’in kendisini değerli görüp görmemesi onun benlik saygısını belirler (Çuhadaroğlu, 1986).

Benlik, kişiliği etkileyen en önemli etmenlerden biridir. Benlik, kişiliğimize ilişkin kanılarımızdan olup ve görüş tarzımızdan oluşmaktadır. Bununla birlikte benlik, kişiliğin özel biryanı olarak da tanımlanmış olup böylece kişilerin özellikleri, yetenekleri, değer yargıları, emel ve

ideallerine ilişkin kanılarının dinamik bir bütünü olarak da görülmektedir. Kısacası benlik kavramı bireyin kendi kimliğinin farkına varması olarak da bilinmektedir. (İkizler ve Karagözoğlu,1997). Benlik, fenomenal algı olarak düşünüldüğünde ise “Bana ait.” Diyebileceğimiz bir yaşantılar bölümüdür. Bireylerin benlik bilinci kendileriyle ilgili düşüncelerini, algılamalarını, kanaatlerini ve kendilerini nasıl gördüklerini özetleyen bir kavram olarak da tanımlanmaktadır (Türk, 2007). Diğer bir ifadeyle benlik, kişinin kendini algılayış ve kavrayış biçimi olarak da bilinmektedir. Benlik saygısının var olabilmesi için bireyde öncelikle bir benlik kavramının oluşması gerekmektedir. Var olan bu benlik kavramına ilişkin olarak kişinin geliştirmiş olduğu tutum, aynı zamanda onun benlik saygısı düzeyini de belirlemektedir (Bal, 2003). Yörükoğlu (1998) benlik saygısını tanımlarken, bireyin kendisini olduğundan daha aşağı ya da daha üstün görmeksizin kendinden memnun olma, beğenilmeye, sevmeye değer bulma ve kendine güvenmeyi sağlayan pozitif bir ruh hali olarak görmektedir (Blascovich ve Tomaka, 1991).

Benlik saygısının duygusal, zihinsel, toplumsal kültürel ve birtakım bedensel öğeleri vardır. Odağ’a göre, benlik küçük yaşlardan başlayarak bireyin psikolojik yapısının çatısını ve aynı zamanda kimliğini oluşturur (Çuhadaroğlu 1986, Odağ 2001). Benlik saygısı; üç aşamada gruplandırılmaktadır bunlar: Yüksek, orta, düşük olarak sınıflandırılır. Bu sınıflandırmadan yola çıkarak, benlik saygısı yüksek insanların mutlu, sağlıklı, üretken, başarılı olmak ve aynı zamanda, güçlükleri yenmek için daha uzun süre çabaladıkları, görmekle birlikte, benlik saygısı düşük olan bireylerin ise, başarısızlığı kabullendiklerini, Sinirli olup, daha az gayret gösterdiklerini, başarısız olduklarında ise bazı suçlamalarda bulunabileceklerini belirtmektedir. (Sevinç, 2003).

Problem bir sistemde veya şahsın iç dünyasında gerginlik yaratan hafifletilmedikçe sistemin işleyiş mekanizmasını zorlaştıran veya çökerten, kişiyi huzursuz eden ve kişinin varmak istediği bir sonuca ulaşmasına engel olan, engellere karşı duruşuna çatışma durumu anında açıklanamayan ve bir çözüm üretilmesi gereken herhangi bir durum veya aşmak istediği ya da üstesinden gelmeye çalıştığı zorluk olarak tanımlanabilir (Öğülmüş, 2001). Tam anlamıyla problem olanla olması muhtemel arasındaki fark veya kişiyi rahatsız eden problemler olarak da ifade edilebilir.

Problem çözme ise; bireyin belli bir problemi fark etmemesi ile başlayan ve probleme çözüm buluncaya kadar süren bilişsel ve davranışsal bir süreç olmakla birlikte istenilen amaca ulaşmak için önümüze çıkan güçlükleri ortadan kaldırmaya yönelik çabaların bütününden oluşup bu süre zarfında bulunulan şartlara uymak, sorunları ortadan kaldırmak ve insanı bir iç dengeye kavuşturmak gibi durumları içermektedir (Öğülmüş 2001). Problem çözme becerisi, İnsanın yaşamı boyunca etkili olmakla birlikte basitten karmaşıklığa tüm etkinliklerde yer alan bir yaşam becerisi olarak görülmektedir (Karabulut ve Kuru, 2009).

Olumlu benlik algısı, problem çözme yeteneği üzerinde pozitif bir etki oluşturmaktadır. Problem çözme aşamasında, olumlu benlik algısına sahip kişilerin daha başarılı oldukları belirtilmektedir (Güçlü, 2003). Problem çözme becerisine olumlu etki eden bileşenleri: eleştiriye duyarlılık, benlik saygısı, kişiler arası ilişkilerde tehdit hissetmeme ve insanlara güven duyma olarak belirtmektedir. Problemin çözümünde, bireyin problemleri çözme kabiliyeti, probleme büyük ölçüde yoğunlaşmasına ve kendisini bilişsel olarak değerlendirmesine bağlıdır (Heppner, 1988). Problemin çözümünde etkili olan bazı kişisel özellikler ise şunlardır: nesnel bakış açısına sahip olma, özgüvene sahip olma, yaratıcı düşünme kabiliyetine sahip olma, atılgan olma ve olaylar karşısında sakinliğini koruyabilmedir (Saygılı, 2000).

Problem çözme yeteneğine sahip olan kişilerin, yüksek özgüvenleri, olumlu benlik algısına sahip olmaları ve sosyal ilişkilerinde daha girişken olmalarının aksine bu yetenekten yoksun olup kedisini başarısız addeden kişilerin, iç çatışmalarının fazla olduğu, olumsuz benlik algısına sahip oldukları, sosyal ilişkilerinde aşırı duyarlı olabildikleri, hatta bazen düşmanca davranışlar sergileyebildikleri görülmektedir (Dixon, Heppner ve Anderson, 1991).

Bu bilgiler ışığında, Selçuk Üniversitesinde ve Necmettin Erbakan Üniversitesinde beden eğitimi ve spor öğretmenliği ve sınıf öğretmenliği öğrencilerinin benlik saygısı ile problem çözme beceri düzeylerinin araştırılması amacıyla yapılmıştır.

GEREÇ ve YÖNTEM

Araştırmanın örneklemini Selçuk Üniversitesinde ve Necmettin Erbakan Üniversitesinde okuyan yaş ortalaması $21,19 \pm 2,05$ olan sınıf öğretmenliği ve beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü toplam 600 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmaya katılan 334 kadının yaş ortalaması $21,25 \pm 2,25$, 266 Erkeğin ise yaşlarının ortalaması $21,13 \pm 1,83$ olarak bulunmuştur. Araştırmaya katılanlara ait kişisel bilgilerinin tespiti için kişisel bilgi formu, problem çözme becerilerinin tespiti için Problem Çözme Envanteri ve Benlik Saygısı envanteri kullanılmıştır.

Problem Çözme Envanteri

Problem Çözme Envanteri (PÇE), “Problem Solving Inventory, From-A (PSI-A)” Heppner ve Petersen (1982) tarafından geliştirilmiştir. PÇE’nin çeviri çalışmaları ilk Akkoyun ve Öztan (1988) sonrada Taylan (1990) ve Şahin, Şahin ve Heppner (1993) tarafından yapılmıştır. PÇE’nin güvenilirlik ve geçerlik çalışmaları da Taylan (1990), Şahin, Şahin ve Heppner (1993) ve Çam (1995) tarafından yapılmıştır. Taylan (1990) envanterin güvenilirlik çalışmaları için alt ölçekler arasındaki tutarlılıkları hesaplamış ve Problem Çözme Yeteneğine, Güven ve Yaklaşma-Kaçınma Tarzı ile Problem Çözme Yeteneğine Güven ve Kişisel Kontrol arasındaki ilişkinin yeterli, Yaklaşma-Kaçınma Tarzı ile Kişisel Kontrol arasındaki korelasyonun ise düşük olduğunu ortaya koymuştur. Ölçek 35 maddeden ve 6 alt boyuttan oluşan 6’lı likert tipi bir ölçektir. Alt boyutları Aceleci Yaklaşım ($a=0,78$): 13, 14, 15, 17, 21, 25, 26, 30 ve 32. Maddeler, Düşünen Yaklaşım($a=0,76$): 18, 20, 31, 33 ve 35. Maddeler, Kaçınan Yaklaşım($a=0,74$): 1, 2, 3 ve 4. Maddeler, Değerlendirici Yaklaşım($a=0,69$): 6, 7 ve 8. Maddeler, Kendine Güvenli Yaklaşım($a=0,64$): 5, 11, 23, 24, 27, 28 ve 34. Maddeler, Planlı Yaklaşım($a=0,59$): 10, 12, 16 ve 19. Maddelerden oluşmaktadır (Şahin, Şahin ve Heppner (1993). Yapmış olduğumuz çalışmada Cronbach Alfa değer, 0,79 olarak tespit edilmiştir.

Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri

M.Rosenberg’in (1965) geliştirdiği ölçek Füsun Çuhadaroğlu (1986) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Testin, 12 alt ölçeği ve 63 maddesi bulunmaktadır. Çalışmada benlik saygısını ölçmek için 1. Bölümün ilk 10 sorusu kullanılmıştır. Soruların 5 tanesi olumlu, 5 tanesi olumsuzdur. Ölçek, Guttman ölçüm şekline göre düzenlenmiş olup ve olumlu - olumsuz maddeler ardışık sıralanmıştır. Ölçekteki kendi içinde değerlendirme sistemine göre denekler 0 puan ile 6 puan arasında almaktadırlar. Ölçekte; kesinlikle katılmıyorum, katılmıyorum, katılıyorum, kesinlikle katılıyorum olmak üzere 4 şık olup ve puanlaması 0,1, 2, 3 olarak yapılmaktadır. Sayısal ölçümlerle yapılan karşılaştırmalarda benlik saygısı, (5-6 puan) düşük, (2-4 puan) orta ve (0-1 puan) yüksek olarak

değerlendirilmektedir. Puanın yüksek olması benlik saygısının düşük olması anlamına gelirken, az olması ise benlik saygısının yüksek olduğu anlamına gelmektedir. Geçerlilik kat sayısı $r=71$ olarak bulunmuştur. Test-tekrar güvenilirlik yöntemi kullanılarak da güvenilirlik kat sayısı $r=75$ olarak saptanmıştır.

Verilerin Analizi

Verilerin analizi “SPSS 23” Paket programı kullanılarak yapılmıştır. Problem Çözme ve Benlik saygısı puan ortalamalarının bölüm ve cinsiyete göre farklılıkların tespiti için Independent Samples T-Testi, araştırmaya katılanların yaş, gelir düzeyleri, göre karşılaştırılmasında Tek Yönlü Varyans Analizi kullanılmış olup, guruplar arası farklılıkların kaynağının belirlenmesinde homojen olan guruplar için TUKEY HSD testi ve homojen olmayan guruplar için ise TAMHANE T2 çoklu karşılaştırma testleri kullanılmıştır. Problem çözme becerileri ile Benlik saygısı arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığına, Pearson Momentler Çarpım Korelasyon Katsayısından faydalanılarak bakılmıştır. Bulunan sonucun (0.70-1.00) arası yüksek; (0.70-0.30) arası orta; (0.30-0.00) arasında olmasında düşük düzeyde bir ilişki kabul edilmiştir (Büyüköztürk, 2007). Anlamlılık düzeyi ise $p<0.05$ olarak alınmıştır.

BULGULAR

Tablo 1 Araştırmaya katılan bireylere ait tanımlayıcı bilgiler				
Kadın		Cinsiyet Dağılımı		Toplam
		Erkek		
Okuduğu Bölüm (N: 600)	BESÖ	140	160	300
	SÖ	194	106	300
Gelir Düzeyi (N: 600)	500	102	61	163
	1000	116	98	214
	1500	116	107	223

BESÖ: Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, SÖ: Sınıf Öğretmenliği

Tablo 2. Araştırmaya katılan bireylerin Yaşlarına göre benlik saygısı, problem çözme becerileri ve PÇE alt boyutlarına göre Tek Yönlü Varyans analiz sonuçları

Yaş	Varyansın Kaynağı	Kareler toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p
ACELECI	Gruplar Arası	8,241	3	2,747	,067	,978
	Grup İçi	24602,718	596	41,280		
	Toplam	24610,958	596			
DÜŞÜNEN	Gruplar Arası	141,181	3	47,060	2,109	,098
	Grup İçi	13301,338	596	22,318		
	Toplam	13442,518	599			

	Gruplar Arası	52,402	3		,917	,432
KAÇINGAN	Grup İçi	11351,583	596	17,467		
	Toplam	11403,985	599	19,046		
	Gruplar Arası	80,059	3	26,686	2,490	,059
DEĞERLENDİCİ	Grup İçi	6388,459	596	10,719		
	Toplam	6468,518	599			
	Gruplar Arası	321,688	3	107,299	4,221	,006*
KENDİNE GÜVENLİ	Grup İçi	15139,511	596	25,402		
	Toplam	15461,198	599			
	Gruplar Arası	225,194	3	75,065	5,099	,002*
PLANLI	Grup İçi	8774,140	596	14,722		
	Toplam	8999,333	599			
	Gruplar Arası	240,436	3	80,415	4,747	,003*
Benlik	Grup İçi	10062,682	596	16,884		
	Toplam	10303,118	599			
	Gruplar Arası	2872,223	3	957,408	3,327	,019*
TOPLAM	Grup İçi	171511,576	596	287,771		
	Toplam	1744383,798	599			

Tablo 2’de, Öğrencilerin yaşlarına göre, PÇE toplam ($p<0.05$), kendine güvenli yaklaşım, planlı yaklaşım alt boyutlarında ve benlik saygısı toplam puanlarında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir ($P<0.01$). Diğer yandan, yaşlarına göre aceleci, düşünen, kaçingan, değerlendirici yaklaşım alt boyutu puanlarında anlamlı farklılık bulunamamıştır ($P>0.05$). Gruplar arası farklılıklarda Kendine güvenli alt boyutunda 18-19 yaş ile 22-23 yaş ve 24 yaş üzeri arasında, Planlı yaklaşım alt boyutunda 18-19 yaş ile 22-23 yaş ve 24 yaş üzeri arasında, Benlik Saygısına göre 21-22 yaş ile 22-23 yaş ve 24 yaş üzeri arasında, PÇE toplam puanına göre 18-19 yaş ile 22-23 yaş arasında farklılık bulunmuştur.

Tablo 3. Araştırmaya katılan bireylerin Gelir durumlarına göre benlik saygısı, problem çözme becerileri ve PÇE alt boyutlarına göre Tek Yönlü Varyans analiz sonuçları

Gelir Durumu	Varyansın Kaynağı	Kareler toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p
ACELECI	Gruplar Arası	68,878	2	34,439	,838	,433
	Grup İçi	24542,080	597	41,109		
	Toplam	24610,958	599			
DÜŞÜNEN	Gruplar Arası	190,355	2	95,178	4,288	,014*
	Grup İçi	13252,163	597	22,198		
	Toplam	13442,518	599			
KAÇINGAN	Gruplar Arası	4,799	2	2,400	,126	,882
	Grup İçi	11399,186	597	19,094		
	Toplam	11403,985	599			

DEĞERLENDİCİ	Gruplar Arası	20,963	2	10,481	,971	,379
	Grup İçi	6447,555	597	10,800		
	Toplam	6468,518	599			
KENDİNE GÜVENLİ	Gruplar Arası	162,555	2	81,278	3,172	,043*
	Grup İçi	15298,643	597	25,626		
	Toplam	15461,198	599			
PLANLI	Gruplar Arası	52,669	2	26,335	1,757	,173
	Grup İçi	8946,664	597	14,986		
	Toplam	8999,333	599			
Benlik	Gruplar Arası	46,914	2	23,457	1,365	,256
	Grup İçi	10256,204	597	17,180		
	Toplam	10303,118	599			
TOPLAM	Gruplar Arası	1488,504	2	744,252	2,570	,077
	Grup İçi	172895,295	597	289,607		
	Toplam	1744383,798	599			

Tablo 3. İncelendiğinde öğrencilerin gelir düzeylerine göre düşünen yaklaşım alt boyutu ve kendine güvenli alt boyutundaki farklılığın manidar olduğu tespit edilmiştir ($p < 0.05$) Benlik Saygısı, PÇE toplam puanı ve diğer alt boyutlarda anlamlı bir farklılık bulunamamıştır ($p > 0.05$) Gruplar arası farklılıklarda düşünen yaklaşım alt boyutunda 500 tl'den az ile 1001 tl ve üzeri geliri olanlar arasında, kendine güvenli yaklaşım alt boyutunda da 500 tl'den az ile 1001 tl ve üzeri geliri olanlar arasında ki farkın manidar olduğu bulunmuştur.

Tablo 4. Araştırmaya katılan bireylerin, Okuduğu bölüm ve cinsiyete göre benlik saygısı, problem çözme becerileri alt boyutlarına göre sonuçları

		N	X	sd	t	p
ACELECI	BESYO Ö.	300	32,45	6,486	0,414	0,679
	SINIF Ö.	300	32,233	6,341		
	KADIN	334	32,392	6,595	0,216	0,829
	ERKEK	266	32,278	6,18		
DÜŞÜNEN	BESYO Ö.	300	16,446	4,961	0,301	0,763
	SINIF Ö.	300	16,33	4,509		
	KADIN	334	15,518	4,644	-5,149	0,00*
	ERKEK	266	17,481	4,633		
KAÇINGAN	BESYO Ö.	300	14,45	4,643	-4,594	0,00*
	SINIF Ö.	300	16,06	3,908		
	KADIN	334	15,359	4,255	0,656	0,512
	ERKEK	266	15,124	4,499		

DEĞERLENDİRİCİ	BESYO Ö.	300	9,576	3,463	-0,261	0,794
	SINIF Ö.	300	9,646	3,103		
	KADIN	334	9,125	3,237	-4,112	0,00*
	ERKEK	266	10,221	3,25		
KENDİNE G.	BESYO Ö.	300	23,663	5,246	0,458	0,647
	SINIF Ö.	300	23,473	4,915		
	KADIN	334	22,91	4,913	-3,591	0,00*
	ERKEK	266	24,394	5,174		
PLANLI	BESYO Ö.	300	13,42	3,898	1,18	0,238
	SINIF Ö.	300	13,046	3,85		
	KADIN	334	12,538	3,819	-5,016	0,00*
	ERKEK	266	14,105	3,776		
Benlik Saygısı	BESYO Ö.	300	25,17	4,4	-5,79	0,00*
	SINIF Ö.	300	27,08	3,6		
	KADIN	334	26,48	3,78	2,3	0,02*
	ERKEK	266	25,68	4,52		
Problem Çözme Becerisi Toplam	BESYO Ö.	300	110	17,39	-0,562	0,574
	SINIF Ö.	300	110,79	16,73		
	KADIN	334	107,84	15,64	-4,164	0,00*
	ERKEK	266	113,6	18,22		

Tablo 4. İncelendiğinde sınıf öğretmeni ve beden eğitimi öğretmeni öğrencilerinin bölümlere göre benlik saygısı toplam puanlarının ortalamaları arasında farklı anlamlı bir fark bulunurken ($P<0.01$), problem çözme toplam puanlarının ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır ($P>0.05$). Sınıf öğretmeni öğrencileri ve beden eğitimi öğretmeni öğrencilerinin benlik saygısı ve problem çözme toplam ortalama puanlarında cinsiyete göre incelediğimizde her iki grupta da manidar farklılık bulunmuştur ($P<0.05$)

Öğretmen adaylarının bölümlere göre test sonuçlarında, kaçınan yaklaşım alt boyutu puanı ortalamaları arasında manidar fark bulunurken ($P<0.01$), aceleci, düşünen, değerlendirici, kendine güvenli ve planlı yaklaşım alt boyut puanlarının ortalamaları arasında manidar bir fark bulunmamıştır ($P>0.05$). Öğretmen adaylarının cinsiyetlerine göre test sonuçlarında, düşünen, değerlendirici kendine güvenen ve planlı yaklaşım alt boyut puanlarının ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunurken ($P<0.01$), aceleci, düşünen ve kaçınan alt boyutlarının toplam puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır ($P>0.05$).

Tablo 5. Araştırmaya katılan Sınıf öğretmenliği öğrencilerinin, benlik saygısı, problem çözme becerileri alt boyutlarına göre ilişki düzeyi

		Aceleci			D.	Kendin Güvenli	Planlı	PÇE
Benlik Saygısı	R	0,166	0,01	0,243	0,113	0,129	0,046	0,192
	P	0,004	0,866	0,00	0,51	0,025	0,431	0,001

Tablo 5. incelendiğinde Sınıf Öğretmenliği öğrencilerinin; benlik saygısı ile problem çözmeye ait toplamı ve alt boyutlar incelendiğinde, benlik saygısının; problem çözme becerisi toplam puanı arasında düşük düzeyde, pozitif ve anlamlı bir ilişki ($R=0.192$, $P<0.01$), aceleci yaklaşım alt boyutu arasında düşük düzeyde, pozitif ve anlamlı bir ilişki ($R=0.166$, $P<0.01$), kaçınan yaklaşım alt boyutu arasında düşük düzeyde, pozitif ve anlamlı bir ilişki ($R=0.243$, $P<0.01$), kendine güvenli yaklaşım alt boyutu ile arasında düşük düzeyde, pozitif ama anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($R=0.129$, $P<0.05$). Benlik saygısının; düşünen yaklaşım alt boyutu arasında düşük düzeyde, pozitif yönde anlamsız bir ilişki ($R=0.01$), değerlendirici yaklaşım alt boyutunda pozitif yönde anlamsız bir ilişki ($R=0.113$), son olarak planlı yaklaşım alt boyutunda da düşük düzeyde pozitif yönde anlamsız bir ilişki ($R=0.046$) görülmüştür ($P>0.05$).

Tablo 6. Araştırmaya katılan beden eğitimi öğretmenliği öğrencilerinin, benlik saygısı, problem çözme becerileri alt boyutlarına göre ilişki düzeyi

		Aceleci			D.	Kendin Güvenli	Planlı	PÇE
Benlik Saygısı	R		0,064		0,075	0,135*	0,026	
	P	0,00	0,269	0,003	0,197	0,02	0,658	0,00

Tablo 6. incelendiğinde Beden Eğitimi Öğretmenliği öğrencilerinin; Benlik saygısı ile problem çözmeye ait toplamı ve alt boyutlar incelendiğinde, benlik saygısının; problem çözme becerisi toplam puanı arasında düşük düzeyde, pozitif ve anlamlı bir ilişki ($R=0.236$, $P<0.01$), aceleci yaklaşım alt boyutu arasında düşük düzeyde, pozitif ve anlamlı bir ilişki ($R=0.298$, $P<0.01$), kaçınan yaklaşım alt boyutu arasında düşük düzeyde, pozitif ve anlamlı bir ilişki ($R=0.168$, $P<0.01$), kendine güvenli yaklaşım alt boyutu ile arasında düşük düzeyde, pozitif ama anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($R=0.135$, $P<0.05$). Benlik saygısının; düşünen yaklaşım alt boyutu arasında düşük düzeyde, pozitif yönde anlamsız bir ilişki ($R=0.064$), değerlendirici yaklaşım alt boyutunda pozitif yönde anlamsız bir ilişki ($R=0.075$), son olarak planlı yaklaşım alt boyutunda da düşük düzeyde pozitif yönde anlamsız bir ilişki ($R=0.026$) görülmüştür ($P>0.05$).

TARTIŞMA ve SONUÇ

Bu çalışmada Selçuk Üniversitesinde ve Necmettin Erbakan Üniversitede okuyan Beden Eğitimi ve Spor öğretmenliği ve Sınıf Öğretmenliği bölümü öğrencilerinin Benlik saygıları ve problem çözme becerilerinin araştırılması amaçlanmıştır.

Bölüm değişkenine göre, problem çözme ortalama puanı ile benlik saygısı puanına bakıldığında, sadece kaçınan yaklaşım alt boyutunda hem anlamlı hem de SÖ öğrencilerinin BESÖ öğrencilerine göre daha iyi puan ortalamasına sahip olduğu görülmektedir. Problem çözme alt boyutlarında anlamlı farklılık bulunamazken, alınan puanlar yaklaşık olduğundan iki grubunda benzer oldukları söylenebilir.

Onursal (2004) tarafından yapılan “Beden Eğitimi Öğretmen Adaylarının iletişim ve Problem Çözme Becerilerine ilişkin Görüşlerini incelediği çalışmada, 4. sınıf öğrencileri ile 1. sınıf öğrencilerinin aceleci, güvenli ve planlı yaklaşım boyutları açısından, problem çözme becerileri arasında anlamlılık olduğunu belirtmiştir.

Hemşirelik eğitimi gören öğrencilerin problem çözme becerisinin yaş değişkenlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığının incelendiği bir çalışmada; 17-19, 20-22, 23-25 ve 26-28 yaş grubunda bulunan öğrencilerin PÇE alt boyutlarına ve toplamına ait puan ortalamalarının anlamlı düzeyde farklılaşmadığı tespit edilmiştir (Ulupınar (1997). Bizim çalışmamızda, PÇE toplam puanında, 18-19 yaş ve 22-23 yaş, benlik saygısı puanında 20-21 yaş ve 22-23 yaş, 20-21 yaş ve 24 yaş üzeri alt gruplarında fark olduğu gözlenmiştir. Alt boyutlar incelendiğinde kendine güvenli alt boyutunda 18-19 yaşın; 22-23 ve 24 yaş üzeri arasında, planlı yaklaşımında 20-21 yaşın; 22-23 yaş ve 24 yaş üzeri arasında fark olduğu bulunmuştur. Araştırma sonuçlarının farklı çıkması, çalışma grubunu oluşturan öğrencilerin bölümlerinin farklılığından olduğu, öğretmenlik eğitiminin etkisi olduğu düşünülmektedir.

Kanbay ve Bozok'un (2004), yaptığı benzer çalışmalarda, yaş arttıkça bireylerin problem çözme becerilerinin de arttığı bulunmuştur. Çalışmamızda PÇE toplam puanı, planlı yaklaşım, kendine güvenli yaklaşım, düşünen yaklaşım alt boyunda yaşa göre pozitif bir artış bulunmuş, bu artışın manidar olduğu gözlenmiştir.

Temel ve Ayan (2015), beden eğitimi ve spor öğretmenlerin problem çözme becerilerini araştırdıkları çalışmada, beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin orta seviyede problem çözme becerisine sahip olduklarını tespit etmişlerdir. Çalışmamızda Beden eğitimi ve spor öğretmenliği öğrencilerinin düşük seviyede problem çözme becerisine sahip olduğu gözlenmiştir. Katılımcılarımızın henüz eğitimlerine devam etmeleri, mesleğe atandıklarında problem çözme becerilerinin zamanla artacağı düşünülmektedir.

Alver (2005), Üniversite öğrencilerinin akademik başarı ile problem çözme becerisi üzerine yapmış olduğu çalışmada araştırmaya katılanların problem çözme becerisi ile akademik başarı puanları arasında fark olmadığı tespit etmişlerdir.

Araştırmaya katılanların gelir düzeylerine göre Benlik saygısı, PÇE toplam ve alt boyutu

toplam puanları ortalamalarında herhangi bir farklılık görülmemiştir. Bunun nedeni olarak ise öğrencilerin gelir durumlarının birbirlerine yakın olduğundan kaynaklandığı düşünülmektedir ve buda bizim açımızdan bir sınırlılık olarak kabul edilebilir.

Balat ve Akman'ın (2004) farklı sosyo-ekonomik düzeyde olan lise öğrencilerinin benlik saygısı seviyelerini araştırdıkları çalışmalarında, sonuç olarak lise öğrencilerinin yüksek oranda benlik saygısına sahip olduklarını bildirmişlerdir. Diğer bir çalışmada ise, Hemşirelik okuyan üniversite öğrencilerin benlik saygısı düzeylerini sınıflar arası karşılaştırılmış, sonuç olarak 1. Sınıf hemşirelik bölümü öğrencilerin 2.- 3. ve 4. sınıf öğrencilerinden daha yüksek olduğu belirtilmiştir (Sarıkoç ve Kaplan 2017).

Can (2015), 400 okul öncesi eğitim kurumu öğrencilerinin akademik benlik saygısı düzeylerini araştırmışlar, kız çocuklarının akademik benlik saygısı düzeylerinin erkeklerden daha yüksek olduğunu bildirmişlerdir. Yüzme sporu ile uğraşan kadınlarda ise erkeklere göre benlik saygısı düzeyi puanlarının daha düşük, depresyon ve kaygı düzeyi planlarının ise daha yüksek olduğu bulunmuştur. Cinsiyetin benlik saygısı üzerine etkisini inceleyen çalışmalar incelendiğinde kız öğrencilerin erkek öğrencilerden daha yüksek benlik saygısına sahip olduğu görülmektedir. Bunun nedeni olarak ise kız öğrencilerin biyolojik olarak gelişimlerini daha önce tamamladıkları ve hayatın gerçeklerin daha önce görmeleri ve buda özgüvenlerinin yükselmesine, zorluklara göğüs germesine, karşılaştıkları problemlere hızlı çözüm getirmelerinde olumlu etki yaptığını söyleyebiliriz. Orr ve Diener (1995) şehirli ve şehirli olmayan ergenler üzerinde benlik saygısında cinsiyet farklılıkları üzerinde sosyal grupların etkilerini incelemişlerdir. Bulgular kızların erkeklerden anlamlı düzeyde düşük benlik saygısına sahip olduklarını; şehirli olmayan ergenlerde de, kızların daha düşük benlik saygısı gösterdiklerini, şehirli ergenlerde ise cinsiyet farklılığının gözlenmediğini göstermiştir (Akt. Turan 2010). Güngör (1989)'de Ankara'da yapmış olduğu bir çalışmada 1000 lise öğrencisinde, kız ve erkek öğrencilerin benlik saygısı düzeyleri arasında bir fark bulunmadığını belirtmiştir. Bizim Çalışmamız da yaş gurubu göz önüne alındığında erkeklerin kadınlara göre daha iyi puan ortalamaları olduğu gözlenmiştir. PÇE toplam puanı, düşünen yaklaşım, değerlendirici yaklaşım, kendine güvenli yaklaşım ve planlı yaklaşım alt boyutlarında erkeklerin kadınlara göre daha yüksek ortalama puanları olduğu görülmüştür. Bulgularımız benzer çalışmalarla paralellik göstermektedir.

Araştırma sonuçlarını bölüm açısından düşünüldüğünde Sınıf Öğretmenliği bölümü öğrencilerinin Benlik Saygısında konusunda Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği bölümü öğrencilerine göre daha iyi olduğu, diğer yandan problem çözme becerilerinin ise her iki bölümünde benzer olduğunu söyleyebiliriz.

Yapılan araştırmalara bakıldığında benlik saygısının önemli bir problem olarak görüldüğü ve bu konularla ilgili yapılmış az sayıda betimsel ve deneysel çalışmanın bulunduğu görülmektedir. Benlik saygısı ile kişisel özellikler kapsamında, cinsiyet, yaş, sınıf, akademik başarı, yaşadığı yer, sosyoekonomik durum, aile özellikleri, duygusal olgunluk arasındaki ilişkilerin araştırıldığı görülmektedir.

KAYNAKLAR

Alver, B. Üniversite öğrencilerinin problem çözme becerileri ve akademik başarılarının çeşitli değişkenlere göre incelenmesi, 2005

Balat, G. U., & Akman, B. Farklı Sosyo-Ekonomik Düzeydeki Lise Öğrencilerinin Benlik Saygısı Düzeylerinin İncelenmesi. *Firat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 14(2), 175-183. 2004

Blascovich J and Tomaka J. Measures of self-esteem. In Robinson J P, Shaver P R and Wriggtsman L. S. Measures of personality and social psychological attitudes , San Diego CA: Academic Press;115-20, 1961

Büyüköztürk, S. Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı.(Yedinci Baskı). Ankara: Pegem Yayıncılı, 2007

Can, S. Okul Öncesi Eğitim Kurumlarına Devam Eden 5–6 Yaş Çocuklarında Akademik Benlik Saygısı (Muğla İli Örneği). *Sosyal Ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Dergisi*, (34), 159-176, 2015

Çuhadaroğlu, F. “Adölesanlarda Benlik Saygısı”, Hacettepe Üniversitesi Tıp Fak, Psikiyatri ABD Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi, Ankara, 1986

Dixon, W. A., Heppner, P. P. and Anderson, W. P. “Problem-solving appraisal, stress, hopelessness, and suicide ideation in a college population”, *Journal of Counseling Psychology*, 38(1), 51-56. 1991

Erikson EH. Identity, Youth, and Crisis. New York, W.W. Norton, 1968

Güçlü, N. Lise Müdürlerinin Problem Çözme Becerileri. Milli Eğitim 80.Yıl Özel Sayısı. Sayı: 160, 272-300, 2003

Güngör A. Lise Öğrencilerinin Özsaygısı Düzeylerini Etkileyen Etmenler. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara, 1989

Heppner, P. P., Hibel, J., Neal, G. W., Weinstein, C. L. And Rabinowitz, F. E. Personal Problem-Solving: A Descriptive Study of Individual Differences. *Journal of Counseling Psychology*. 29 (6), 580-590, 1982

Heppner, P. P. The Problem Solving Inventory, Manual. Counseling Psychologist Press, 1988

Heppner, P. P. and Petersen, C. H. The Development and Implications of a Personal Problem-Solving Inventory. *Journal of Counseling Psychology*. 29 (1), 66-75, 1982

İkizler C, Karagözoğlu C. Sporda Başarının Psikolojisi Dağıtım, İstanbul, Alfa Basım Yayım; 185, 1997

Kanbay, A. ve Bozok, D. Trakya Üniversitesi Tıp Fakültesi Hastanesi'nde Çalışan Hemşirelerin Problem Çözme Becerilerinin Değerlendirilmesi. III. Ulusal Hemşirelik Öğrencileri Kongresi, 29-30 Nisan. Edirne, 2004

Karabulut, E.O ve Kuru, E. Ahi Evran üniversitesi beden eğitimi öğretmenliği bölümü öğrencilerinin problem çözme becerileri ile kişilik özelliklerinin çeşitli değişkenler bakımından incelenmesi. Ahi Evran Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 10 (3), 119-127, 2009

Murathan, T., Yetiş, Ü., Murathan, F., Aktuğ, Z. B., & DüNDAR, A. Üniversite Öğrencilerinde Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları İle Fiziksel Aktivite Düzeylerinin İncelenmesi. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 7(2). 2013

Odağ, C. Nevrozlar - 2. İzmir, Meta Basım, 2001

Onursal, A. M. Beden Eğitimi Öğretmen Adaylarının İletişim ve Problem Çözme Becerilerine İlişkin Görüşleri. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı, İzmir, 2004

Öğülmüş, S. Kişilerarası Sorun Çözme Becerileri ve Eğitimi. Ankara:Nobel Yayın Dağıtım, 2001

Ulupınar, S. Hemşirelik eğitiminin öğrencilerin sorun çözme becerilerine etkisi, Yayınlanmamış Doktora Tezi. İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Hemşirelik Anabilim Dalı, İstanbul, 1997

Sarıkoç, G, Kaplan, M. Hemşirelik Öğrencilerinin Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri, Mesleki Benlik Saygısı ve Akademik Branş Memnuniyetleri Arasındaki İlişki. *Florence Nightingale Hemşirelik Dergisi*, 2017, 25.3: 201-208.

Saygılı, H. Problem Çözme Becerisi ile Sosyal ve Kişisel Uyum Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Erzurum, 2000

Sevinç M. Erken Çocuklukta Gelişim ve Eğitimde Yeni Yaklaşımlar, 1. Baskı, İstanbul, Morpa Kültür Yayınları; 330-334, 2003

Şahin, N. H., Şahin, N. and HEPPNER P. Psychometric Properties of The Problem Solving Inventory in A Group of Turkish University Students. *Cognitive Therapy and Research*. 17 (3), 379-385, 1993

Temel, V., & Ayan, V. Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenlerinin Problem Çözme Becerileri. *Sosyal ve Ekonomik Araştırmalar Dergisi*, 17(29), 70. 2015

Turan A.F. Üniversite öğrencilerinin ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalarını yordamada

yalnızlık, benlik saygısı, yaş, cinsiyet ve romantik ilişki yaşama durumunun rolü. Yüksek Lisans Tezi, Anadolu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Eskişehir, 2010

Türk, E. İlköğretim Anabilim Dalı Spor Takımlarına Katılan Ve Katılmayan Görme Engelli Öğrencilerin Benlik Saygılarının Değerlendirilmesi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Adana, 2007

Ulupınar, S. Hemşirelik Eğitiminin Öğrencilerin Sorun Çözme Becerilerine Etkisi. Yayınlanmamış Doktora Tezi. İstanbul Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul, 1997

Yörükoğlu A. Gençlik Çağı Ruh Sağlığı Eğitimi ve Ruhsal Sorunları, 5. Baskı, İstanbul, Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları Sosyal ve Felsefi Eserler Dizisi, 1998