



**Elif Nilay Ada**

Mersin University, elifnilayada@gmail.com, Mersin-Turkey

**Nikos Comoutos**

Thessaly University, nzourba@pe.uth.gr, Volos-Greece

**S. İlke Bal, Zekai Pehlivan**

Mersin University, Mersin-Turkey

s.ilkedemirci@hotmail.com; zpehlivan\_59@hotmail.com

DOI	<a href="http://dx.doi.org/10.12739/NWSA.2020.15.4.2B0127">http://dx.doi.org/10.12739/NWSA.2020.15.4.2B0127</a>	
ORCID ID	0000-0002-8817-6136	0000-0001-7853-9290
	0000-0002-1807-5508	0000-0003-4532-2508
CORRESPONDING AUTHOR	Elif Nilay Ada	

### BEDEN EĞİTİMİ DERSİNE YÖNELİK DURUMSAL GÜDÜLENME, TUTUM VE İÇSEL KONUŞMA ARASINDAKİ İLİŞKİ

#### ÖZ

Bu çalışmada, durumsal güdülenme, içsel konuşma (İK) ve tutumun, öğrencilerin diğer algıları (Beden Eğitimi Dersini Sevme-SEV, Beden Eğitimi Dersine Kişinin Verdiği Önem-KVÖ ve Ailenin Beden Eğitimi Dersine Verdiği Önemi Algılama-AVÖ) ile arasındaki ilişkisi ile değişkenlerin yaşa ve cinsiyete göre karşılaştırılması yaşları 11-14 ( $X=12.80$ ,  $SS=.87$ ) arasında toplam 698 ( $n_{(erkek)}=368$ ) öğrenci ile yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre güdülenmenin tüm boyutlarında ve tutum değişkeninde kızların ortalamaları daha yüksek çıkmıştır. İK'de ise yalnızca endişe duyma boyutunda erkeklerin ortalamaları daha yüksek bulunmuştur. Cinsiyet açısından ise, SEV ve KVÖ'de kızların; AVÖ'de ise erkeklerin ortalamaları daha yüksek bulunmuştur. Yaş arttıkça SEV, KVÖ, AVÖ, İG, ÖD ve tutumun azaldığı, bedensel yorgunluğun arttığı; ayrıca SEV, KVÖ ve AVÖ'nün diğer pozitif içerikli değişkenlerle pozitif, negatif içerikli değişkenlerle negatif yönde ilişkili olduğu bulunmuştur. Ayrıca İG ve ÖD boyutları, tutum ve pozitif İK boyutları ile pozitif; dışsal düzenleme ve güdülenmeme boyutları ise tutum ile negatif iken; negatif İK boyutları ile pozitif ilişkili bulunmuştur.

**Anahtar Kelimeler:** Durumsal Güdülenme, İçsel Konuşma, Tutum, Beden Eğitimi, Algı

### THE RELATIONSHIPS BETWEEN SITUATIONAL MOTIVATION, ATTITUDE AND SELF-TALK FOR PHYSICAL EDUCATION LESSON

#### ABSTRACT

In this study was to determination of the relationship between situational motivation (SIM), self-talk (ST) and attitude towards physical education (PE) lesson and students' other perceptions (liking level of PE-SEV, the level of importance given to the PE by the student-KVO and the level of perception of the importance given to PE by the family-AVO). Furthermore, it has been done the comparisons in terms of age and gender. A total of 698 secondary school students aged between 11-14 in the study. In the findings, girls obtained higher means for all sub scales of SIM and attitude, while boys obtained higher score for worry dimension only of ST. Girls obtained higher scores for SEV and KVO, whereas boys obtained higher means for AVO. When the age increased, SEV, KVO, AVO, intrinsic motivation-IM, identification regulation-IR and attitude decreased but somatic fatigue factor of negative ST increased. SEV, KVO and AVO were positive correlated with the positive dimensions whereas negative correlated with the negative dimensions. IM and IR dimensions were found positive correlated with positive ST dimensions and attitude; but extrinsic motivation and amotivation dimensions were found negative correlated with attitude and, positive correlated with negative ST dimensions.

**Keywords:** Situational Motivation, Self-Talk, Attitude, Physical Education, Perception

#### How to Cite:

Ada, E.N., Comoutos, N., Bal, S.İ. ve Pehlivan, Z., (2020). Beden Eğitimi Dersine Yönelik Durumsal Güdülenme, Tutum ve İçsel Konuşma Arasındaki İlişki, Sport Sciences (NWSASPS), 15(4):53-66, DOI: 10.12739/NWSA.2020.15.4.2B0127.

## 1. GİRİŞ (INTRODUCTION)

Beden eğitimi dersi, öğrencilerin psiko-motor, duyuşsal ve bilişsel gelişim alanlarına önemli katkılar sağlamaktadır. Beden eğitimi, yaşam boyu sağlıklı olmada önemli rol oynamasından dolayı bu gelişim alanlarında daha fazla hedeflere ulaşabilme çabası ulusal ve uluslararası literatürde oldukça popüler olmuştur. Bunu sağlamada beden eğitimi öğretmeninin yarattığı öğrenme ve öğretme iklimi önemli düzeyde etkilidir. Öğrencileri motive etmek, uygun hedefler seçmelerine yardımcı olmak, dersin önemini kavratmak, bireysel farklılıklara uygun uygulamalar yapabilmek, dersi sevdirebilmek, sorumluluk duygusu kazandırabilmek vb. pek çok kazanım, öğretmenin sağlayacağı atmosferle ilişkilidir. Bu açıdan Hür İrade Kuramı (Self Determination Theory) [21] beden eğitimi dersine öğrencinin katılımı ve katılım nedenlerini incelemede önemli bir kuram olarak karşımıza çıkmaktadır. Hür irade kuramı, davranışın genellikle içsel ve dışsal olarak güdülenmiş ile güdülenmemiş (güdülenme yoksunluğu) şeklinde sınıflandırılabileceğini öne sürer. Ryan ve Deci'ye [55] göre, dışsal ödüller olmadan ortaya çıkan içsel olarak güdülenmiş davranış, aktiviteye ait sonuçlar yerine aktivitenin kendisine olan ilgiyi sağlar ve en uygun mücadeleyi verir. Tersine, dışsal olarak güdülenmiş davranışlar, aktivitenin sonunda bir anlam olması ve aktivitenin kendisi için yapılmamasını gerektirir. Son olarak, güdülenmemiş davranış ise, bireylerin ne içsel olarak ne de dışsal olarak güdüledikleri durumlarda ortaya çıkar [47]. Yani güdülenmeme, bireylerin eylemleri ile sonuçları arasında hiçbir olasılık algılamadıkları durumları yansıtır ve bireylerin yetersizlik ve denetimsizlik duyguları yaşayarak [13], bireyin yapılan etkinlik için yapılamayacak sonucunu çıkartmasına neden olur [45]. Hür iradenin düşükten yüksek düzeylere (continuum) göre sıralanışı ise güdülenmeme, dışsal güdülenme, özdeşimle düzenleme ve içsel güdülenmedir [49].

Hür irade kuramı, sosyal faktörlerin hem destek hem engelleyici olabileceğini belirtir. Diğer bir deyişle çevre (sınıf, aile, arkadaş, spor vb.), kişinin aktivitesine ve insan doğasının tamamlanmasına hem yardım eder hem de engelleyici rol oynayabilir [34]. Bu nedenle beden eğitimi dersi, istendik yönde davranış değişikliği elde etmede önemlidir. Öğrenme atmosferini etkileyen bir diğer yapı ise içsel konuşma (Self-talk)'dır. İçsel konuşma, beceri öğrenimi süreci üzerine odaklanmayı sağlayarak kişiyi teşvik ettiğinden, bir öğrenme aracıdır. Ayrıca öğrenci içsel konuşmayı içselleştirdiğinde ve düzenli olarak kullanabildiğinde (otomatik hale getirdiğinde), öğretmenler tarafından etkili öğretimin bir parçası olarak kullanılabilir [2 ve 65]. İçsel konuşma, kişilerin performansları ve eylemlerinin etkileri hakkında tam olarak ne düşündüklerini söyleme durumudur [65]. Günümüzde daha çok spor psikolojisinde performansı arttırmak için mental bir strateji olarak [64] kullanıldığından, spor performansı üzerindeki etkileri üzerine geniş bir literatür vardır [32]. Ancak görev olarak verilen performansı geliştirmede içsel konuşma, sporun dışında beden eğitiminde de kullanılmaktadır [65]. Zourbanos'a [65] göre beden eğitiminde içsel konuşmanın amacı yalnızca performansı arttırmak değil, aynı zamanda fiziksel aktiviteyi seven, özgüveni ve öz saygısı yüksek öğrenciler yetiştirmektir.

Diğer taraftan aktiviteye duyulan ilgi, içsel konuşma türünü belirleyebilir. Çünkü içsel konuşma ve güdülenme arasında sınırlı sayıda araştırma olmasına rağmen; ikisi arasındaki ilişkiyi açıkça ortaya koyan bir kuramdan bahsedilir [50]; bu kuram Bilişsel Değerlendirme Kuramı [19]'dır. Kuram, güdülenme veya güdülenmeyle ilgili süreçlerdeki davranışı başlatmak ya da düzenlemek ile ilgili olayların etkilerini tanımlar. Bu olaylar ise kişilerin hür iradeli güdülenmelerine ve yeteneklerine etki eder [19]. Hardy ve ark. [31], sporcuların içsel güdülenmesini etkileyen bireysel ve durumsal faktörleri incelemiş ve

bunların sportif performansta güdüsel, davranışsal ve duyuşsal mekanizmalara sahip olduğundan bahsetmiştir. Beden eğitimi bağlamında ise Zourbanos ve arkadaşları [65], öğrencilerin güdülenmesi ve içsel konuşmaları arasındaki ilişkide algılanan yeteneğin arabulucu etkilerini inceleyerek, genel olarak bu değişkenlerin öğrencilerin pozitif ve negatif düşüncelerini etkileyebildiğinin önemine vurgu yapmışlardır.

Yukarıda bahsedilen aktiviteye duyulan ilgi, tutum olarak da ifade edilir. Tutumun bir duyuşsal özellik olması, içsel konuşmanın da duyuşsal mekanizmaya sahip olması nedeniyle ikisi arasındaki ilişkiye açıkça işaret eder. Tutumlar, kişilerin davranışlarını şekillendiren duyuşsal etmenlerdir [35]. Kişinin davranışının yönünü ve şiddetini etkilerler [54]. Eğitim ortamında son yıllarda yapılan çalışmalar öğrencilerin derse, materyale ve öğretmene ilişkin oluşturdıkları tutumların ders başarısını etkilediğini ortaya koymuştur [36]. Tutumların bireyin davranış ve eylemleriyle doğrudan ilişkili olduğundan bahsedilmiştir. Eğer bir şey seviliyorsa, sevilen şeye yönelik tutarlı bir eylem gerçekleştirilir. Bazı durumlarda tutumlardaki tutarlılık davranışlara, davranışlardaki tutarlılık da tutumlara neden olur. Tutum, bir tutum nesnesine doğru bir eğilimi, o tutum nesnesine karşı ya da ondan yana olmayı içerir. Başka bir ifadeyle tutumlar "insanların diğer insanlar, nesnelere ya da düşüncelerle ilgili değerlendirmelerdir" [5]. Tutumlar, öğrenme esnasında ortaya çıkan duygularla başa çıkma ve kontrol altına almayla ilgili olup, insan davranışlarına yön vermede önemli bir role sahiptir [10]. Yapılan araştırmalarda beden eğitimi derslerindeki tutumun; yaşa ve sınıfa göre azaldığı, kızların lehine cinsiyete göre farklılaştığı [22]; ayrıca sosyo-ekonomik düzey ile de pozitif yönde bir korelasyon gösterdiği bulunmuştur. Ancak cinsiyet değişkeni açısından farklılaşmadığı gibi [30 ve 58] erkekler lehine farklılık bulan [15] çalışmalar da bulunmaktadır.

İçsel konuşmanın pek çok olumlu duyuşsal özelliklerle pozitif yönde ilişkili olması [50] duyuşsal alanla ilgili bilgi sahibi olmaya yardımcı olur. Duyuşsal alanın, daha çok duyguları içerdiği bilinmektedir [27]. Sevmek, ilgi göstermek, önem vermek ve değer vermek, bazı duyuşsal tepkilere örnek olarak verilebilir. Ancak bunlara ilişkin tespitin zor olduğuyla ilgili genel bir kanı da vardır. Çünkü duygularla ilgili durumlar karmaşık ve çok boyutlu olabilmektedir [27]. Bu nedenle daha önceki araştırmalarda farklı şekilde ortaya konmuş yapılar bu araştırma ile belirlenmeye çalışılacak ve ayrıca, derecelendirilmiş ve her biri tek bir sorudan oluşan yapılar kullanılarak, belirlenmeye çalışılan yapılarla ilişkisi incelenecektir.

## 2. ÇALIŞMANIN ÖNEMİ (RESEARCH SIGNIFICANCE)

Durumsal güdülenme, içsel konuşma ve tutum kavramlarının bir arada kullanıldığı bir çalışmaya daha önce rastlanmamıştır. İlişkili olduğu düşünülen bu üç kavramın, beden eğitimi dersi ortamında gerçekte ne düzeyde ilişkili olduğunu ortaya çıkarmak bu çalışma dahilinde önemli görülmüş ve literatüre katkısı olacağı düşünülmüştür. Bu kapsamda, durumsal güdülenmenin içsel güdülenme ve özdeşimle düzenleme boyutlarının SEV, KVÖ ve AVÖ, tutum ve pozitif içsel konuşma boyutları ile ilişkisinin pozitif ve anlamlı; dışsal düzenleme ve güdülenme boyutlarının SEV, KVÖ ve AVÖ, tutum ve negatif içsel konuşma boyutları ile ilişkisinin pozitif ve anlamlı olacağı tahmin edilmektedir. Ayrıca kızların elde ettiği ortalamaların erkeklerden daha yüksek olacağı ve yaş arttıkça pozitif boyutlardan elde edilen ortalamaların azalacağı, negatif boyutlardan elde edilen ortalamaların artacağı düşünülmektedir. Yukarıdaki açıklamalardan hareketle, beden eğitimi dersine ait durumsal güdülenme, içsel konuşma ve tutum değişkenlerinin, beden eğitimi dersini sevmek, beden eğitimi dersine kişinin verdiği önem düzeyi ve ailenin

verdiği önemi algılama düzeyinin birbiri ile ilişkisi ile bu yapıların yaşa ve cinsiyete göre nasıl değiştiği incelenmiştir.

### 3. YÖNTEM (METHOD)

Bu araştırma betimsel tarzda bir çalışmadır. Bu kapsamda çalışmaya yaşları 11-14 ( $X=12.80$ ,  $SS=.87$ ) arasında değişen toplam 698 ortaokul öğrencisi ( $n_{(erkek)}=368$ ,  $n_{(kız)}=330$ ) gönüllü olarak katılmıştır. Çalışmaya Mersin ilindeki ortaokullardan 6., 7. ve 8. sınıflar (sırasıyla  $n=250$ , 235 ve 213) katılmıştır. Çalışmanın örneklemini belirlemek için, basit rassal (tesadüfi) örnekleme metodu kullanılmıştır. Çalışmanın Mersin merkezden seçilen beş ortaokulda yapılabilmesi için Mersin İl Milli Eğitim Müdürlüğü'nden yazılı izin alınmış ve ayrıca her okulun okul müdüründen de ayrıca onay alınarak uygulama başlatılmıştır. Ayrıca çalışma "Helsinki Bildirgesine" uygun şekilde ve tüm katılımcıların gönüllülük esasına dayalı olarak çalışmaya katılmaları sağlanarak gerçekleştirilmiştir. Ölçeklerin uygulanması yaklaşık 20-25 dk sürmüştür.

#### 3.1. Veri Toplama Araçları (Data Collection Tools)

- **Beden Eğitimi Dersine Ait Durumsal Güdülenme Ölçeği:** Ölçek, Guay, Vallerand ve Blanchard [28] tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin spor ortamı için Türkçe uyarlaması Kazak Çetinkalp [39] tarafından yapılmıştır. Durumsal Güdülenme Ölçeği yargıların 7 değerlendirme basamağına göre yapıldığı (1=Bütünüyle uygun değil - 7=Bütünüyle uygun) 16 maddeden oluşmakta ve dört alt ölçeği içermektedir. Ölçeğin beden eğitimine uyarlanması Daşdan Ada ve ark. [16] tarafından yapılmıştır. Durumsal güdülenme ölçeğinin beden eğitimi ders ortamı için geçerlik ve güvenilirlik analizleri sonucunda, ölçeğin yapı geçerliğine ilişkin bulguları ( $\chi^2/sd=2.62$ ,  $RMSEA=0.06$ ,  $NFI=0.94$ ,  $NNFI=0.96$ ,  $CFI=0.97$ ,  $GFI=0.93$  ve  $AGFI=0.89$ ) şeklindedir. Ölçeğe ait iç tutarlık katsayıları ise "İçsel Güdülenme" için  $\alpha=0.71$ , "Özdeşimle Düzenleme" için  $\alpha=0.72$ , "Dışsal Düzenleme" için  $\alpha=0.79$  ve "Güdülenmeme" için  $\alpha=0.78$ 'dir. Ölçeğin puanlamasında her alt boyut bağımsız olarak değerlendirilmektedir. Bu çalışmaya ait güvenilirlik katsayıları ise "İçsel Güdülenme" için  $\alpha=0.78$ , "Özdeşimle Düzenleme" için  $\alpha=0.77$ , "Dışsal Düzenleme" için  $\alpha=0.77$  ve "Güdülenmeme" için  $\alpha=0.77$ 'dir.
- **Beden Eğitimi Dersi İçsel Konuşma Ölçeği:** Ölçek Zourbanos ve ark. [63] tarafından spor ortamı için geliştirilmiştir. Ölçek pozitif ve negatif içsel konuşma alt boyutlarından oluşmakta olup 8 faktörlüdür. Bunlar; pozitif içsel konuşma faktörleri "psikolojik hazırlık", "güven duygusu", "kaygı kontrolü" ve "odaklanma" iken; negatif içsel konuşma faktörleri "endişe", "kopma", "bedensel yorgunluk" ve "alakasız düşünceler" den oluşmaktadır. Daşdan Ada ve ark. [17 ve 18] tarafından beden eğitimi derslerine uyarlanan ölçeğin uyum indeksleri 30 maddeli, 7 faktörlü (alakasız düşünceler boyutuna ait tüm maddeler ve her biri farklı boyutlara ait 6 madde hariç) model için [ $\chi^2(df=384)=790.45$ ,  $\chi^2/df=2.06$ ,  $CFI=.93$ ,  $RMSEA=.05$ ,  $TLI=.92$ ] şeklindedir. Alt ölçeklerin iç tutarlıkları ise,  $\alpha=.73$  ile  $\alpha=.87$  arasında değişiklik göstermektedir. Bu çalışmaya ait güvenilirlik katsayıları ise endişe için  $\alpha=.82$ , kopma için  $\alpha=.82$ , bedensel yorgunluk için  $\alpha=.80$ , psikolojik hazırlık için  $\alpha=.81$ , kaygı kontrolü için  $\alpha=.76$ , güven duygusu için  $\alpha=.85$  ve odaklanma için  $\alpha=.85$ 'dir.
- **Beden Eğitimi Dersi Tutum Ölçeği:** 22 maddeden oluşan, 1-5 arası puanlanan Likert tipi tek boyutlu olan ölçek Pehlivan [53] tarafından geliştirilmiştir. Toplam puan ranjı 22-110'dur. Ölçekten alınan puanın yüksekliği, öğrencinin beden eğitimi

dersine yönelik olumlu tutum düzeyini göstermektedir. Ölçeğin alfa güvenirlilik katsayısı (Cronbah Alpha) .94 olarak bulunmuştur. Bu çalışma için ise .89 olarak bulunmuştur.

- **Beden Eğitimi Dersini Sevme (SEV):** Tek soru olarak sorulan bu madde (**Beden eğitimi dersini seviyor musun?**), derecelendirilmiş 7'li Likert ile cevaplandırılmaktadır (1-hiç sevmiyorum; 7- Kesinlikle seviyorum). Bu madde beden eğitimi dersini sevme düzeyinin derecesini vermektedir.
- **Beden Eğitimi Dersine Kişinin Verdiği Önem (KVÖ):** Tek soru olarak sorulan bu madde (**Bu derse önem verme düzeyin nedir?**), sıfır (0) ile yüz (100) arasında yüzdelik oran kullanılarak cevaplandırılmaktadır (%0=benim için hiç önemli değil; %100=benim için çok önemli). Bu madde beden eğitimi dersine kişinin verdiği önem düzeyinin oranını göstermektedir.
- **Ailenin Verdiği Önemi Algılama (AVÖ):** Tek soru olarak sorulan bu madde ("**Beden eğitimi dersine ailen ne kadar önem verir?**"), 0-100 arasında yüzdelik oran kullanılarak cevaplandırılır (%0=onlar için hiç önemli değil; %100=onlar için çok önemli). Bu madde, beden eğitimi dersine kişinin ailesinin verdiği önemin öğrenci tarafından öznel olarak algılama düzeyinin oranını vermektedir.

### 3.2. Verilerin Analizi (Data analysis)

Verilerin analizinde bağımsız örneklerde t-test ve pearson korelasyon istatistik teknikleri kullanılmış, güven aralığı .95 ve .99 olarak alınmıştır. Verilerin analizi işlemine başlarken, veri setinin kontrol işlemi yapılarak, hatalı ya da eksik veriler kontrol edilmiş; ardından, parametrik test varsayımları kontrol edilerek; normallik, basıklık ve çarpıklık değerlerine bakılmıştır. Basıklık ve çarpıklık için kritik değerlerin -2 ve +2 aralığında olduğu tespit edilmiştir.

### 4. BULGULAR (FINDINGS)

Katılımcıların ölçeklerden elde ettikleri puanlar, cinsiyet değişkeni aracılığıyla incelenmiş ve sonuçlar Tablo 1'de sunulmuştur. Tablo 1'de, katılımcıların SEV, KVÖ ve AVÖ'den elde ettikleri puanlar cinsiyete göre karşılaştırıldığında, erkek öğrencilerin SEV sorusundan elde ettikleri ortalamaları ( $X=5.77$ ;  $Ss=1.35$ ) kız öğrencilerden daha düşük ( $X=6.31$ ;  $Ss=1.19$ ); KVÖ'den elde edilen ortalamalarda da yine erkek öğrencilerin ortalamaları ( $X=83.30$ ;  $Ss=19.74$ ) kızlardan daha düşük ( $X=86.59$ ;  $Ss=20.54$ ) bulunmuştur ( $p<0.05$ ). Ailenin verdiği önem açısından ise ortalamalar arasında anlamlı bir farka rastlanmamıştır ( $p>0.05$ ). Katılımcıların durumsal güdülenme ve tutum ölçeklerinden elde ettikleri puanlar cinsiyete göre karşılaştırıldığında ise kız katılımcıların durumsal güdülenmenin tüm alt boyutlarından ve tutum ölçeğinden elde ettikleri puan ortalamalarının erkeklerden daha yüksek olduğu bulunmuştur ( $p<0.05$ ). İçsel konuşmada ise yalnızca endişe duyma boyutunda erkeklerin lehine bir farklılık elde edilmiştir ( $p<0.05$ ). Tablo 2'de görüldüğü gibi, SEV, KVÖ ve AVÖ'den elde edilen puanların güdülenme ve içsel konuşma ölçeklerinin pozitif çıktılarla ilişkili boyutlarıyla ve tutum ölçeği ile pozitif yönde ve anlamlı; negatif çıktılarla ilişkili boyutlarıyla ise negatif yönde ve anlamlı korelasyon gösterdiği bulunmuştur ( $p<0.05$ ). Ayrıca yaş ile içsel güdülenme, özdeşimle düzenleme ve tutum arasında negatif; içsel konuşmanın negatif boyutuna ait bedensel yorgunluk alt ölçeği ile negatif ve düşük ama anlamlı korelasyon bulunmuştur. Öğrencinin dersi sevme düzeyi, kişinin derse verdiği önem ve kişinin ailesinin verdiği öneme yönelik algısının da yaş ile arasında negatif ve düşük ama anlamlı bir ilişkisi olduğu bulunmuştur ( $p<0.01$ ).

Tablo 1. Katılımcıların ölçeklerden aldıkları puanların cinsiyete göre karşılaştırılması  
(Table 1. Comparing of the scores of the participants by the scales by gender)

Ölçme	Cinsiyet	n	Ort.	Ss	F	t	p
SEV	Erkek	368	5.77	1.35	12.043	-5.657	.000*
	Kız	368	6.31	1.19			
KVÖ	Erkek	330	83.30	19.74	.543	-2.189	.000*
	Kız	368	86.59	20.54			
AVÖ	Erkek	330	69.37	26.64	2.752	1.520	.129
	Kız	368	66.21	29.12			
İçsel GÜdülenme	Erkek	330	5.54	1.33	3.635	-3.710	.000*
	Kız	368	5.89	1.21			
Özdeşimle Düzenleme	Erkek	330	5.45	1.36	1.056	-2.543	.011*
	Kız	368	5.71	1.34			
Dışsal Düzenleme	Erkek	330	3.65	1.69	1.767	-2.150	.032*
	Kız	368	3.94	1.82			
Güdülenmeme	Erkek	330	2.94	1.55	20.885	-4.353	.000*
	Kız	368	3.49	1.86			
Tutum	Erkek	330	82.98	17.17	.412	-2.821	.005*
	Kız	368	86.51	16.23			
Endişe Duyma	Erkek	330	2.11	.99	3.859	2.236	.026*
	Kız	368	1.95	.92			
Psikolojik Kopuş/Kopma	Erkek	330	1.68	.82	1.634	.057	.955
	Kız	368	1.68	.912			
Bedensel Yorgunluk	Erkek	330	1.96	.87	.136	.997	.319
	Kız	368	1.89	.89			
Psikolojik Hazırlık	Erkek	330	3.52	1.16	1.661	-1.203	.229
	Kız	368	3.63	1.25			
Kaygı Kontrolü	Erkek	330	3.44	1.22	5.842	-.023	.982
	Kız	368	3.44	1.34			
Kendine Güven	Erkek	330	3.79	1.21	5.459	-.907	.365
	Kız	368	3.87	1.34			
Odaklanma	Erkek	368	3.81	1.16	7.197	.588	.557
	Kız	330	3.76	1.29			

\*\*p<0.01 \*p<0.05 SEV=Öğrencinin Dersi Sevme Düzeyi  
KVÖ=Kişinin Derse Verdiği Önem AVÖ=Kişinin Ailesinin Verdiği Öneme Yönelik Algısı

Tablo 2. Katılımcıların yaşa göre SEV, KVÖ, AVÖ, durumsal güdülenme, tutum ve içsel konuşma arasındaki ilişkiye yönelik pearson korelasyon analizi sonuçları

(Table 2. Pearson correlation analysis results regarding the relationship between participants' SEV, KVO, AVO, situational motivation, attitude and self-talk by age)

Değişkenler	Yaş	SEV	KVÖ	AVÖ
Yaş	1	-.110**	-.130**	-.181**
İçsel GÜdülenme	-.087*	.669**	.606**	.425**
Özdeşimle Düzenleme	-.105**	.578**	.571**	.452**
Dışsal Düzenleme	.068	-.123**	-.079*	-.017
Güdülenmeme	.019	-.119**	-.114**	-.074*
Tutum	-.118**	.505**	.451**	.256**
Endişe	.030	-.255**	-.241**	-.197**
Kopma	.059	-.362**	-.337**	-.222**
Bedensel Yorgunluk	.119**	-.348**	-.297**	-.266**
Psikolojik Hazırlık	-.022	.199**	.126**	.034
Kaygı Kontrolü	.008	.085*	.071	.029
Kendine Güven	-.045	.224**	.166**	.074*
Odaklanma	-.038	.143**	.123**	.043

\*\*p<0.01 \*p<0.05 SEV=Öğrencinin Dersi Sevme Düzeyi  
KVÖ=Kişinin Derse Verdiği Önem AVÖ=Kişinin Ailesinin Verdiği Öneme Yönelik Algısı

Tablo 3. Durumsal güdülenme, tutum ve içsel konuşma boyutlarının birbirini ile ilişkisine yönelik pearson korelasyon tablosu  
(Table 3. Pearson correlation table for the relationship between situational motivation, attitude and self-talk dimensions)

Değişkenler	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
(1)İçsel Güdülenme	.660**										
(2)Özdeşimle Düzenleme	1	-.127**									
(3)Dışsal Düzenleme		1	.230**								
(4)Güdülenmeme			1	-.470							
(5)Tutum				1	-.480**						
(6)Endişe					1	.340**					
(7)Kopma						1	.564**				
(8)Bedensel Yorgunluk							1	.544**			
(9)Psikolojik Hazırlık								1	.580**		
(10)Kaygı Kontrolü									1	.532**	
(11)Kendine Güven										1	.579**
(12)Odaklanma											1

\*\*p<0.01; \*p<0.05

Tablo 3'te görüldüğü gibi durumsal güdülenmenin içsel güdülenme ve özdeşimle düzenleme boyutları, tutum ve pozitif içsel konuşma boyutları (psikolojik hazırlık, kaygı kontrol, kendine güven ve odaklanma) ile pozitif ve anlamlı; dışsal düzenleme ve güdülenmeme boyutları ise tutum ile negatif ve anlamlı iken negatif içsel konuşma boyutları (endişe, kopma ve bedensel yorgunluk) ile pozitif ve anlamlı bulunmuştur (p<0.05).

#### 4. TARTIŞMA VE SONUÇ (CONCLUSION AND RESULT)

Bu araştırmada, beden eğitimi dersine yönelik güdülenme, içsel konuşma ve tutumun birbiri ve bunların öğrencilerin diğer algıları ile ilişkisi incelenmiştir. Ayrıca çalışmadaki değişkenlerin yaşa ve cinsiyete göre karşılaştırması da bu çalışma kapsamında yapılmıştır. Yapılan ilk analizde katılımcıların cinsiyete göre, durumsal güdülenme, içsel konuşma, tutum, beden eğitimi dersini sevme (SEV), beden eğitimi dersine kişinin verdiği önem (KVÖ) ve ailenin verdiği önemi algılama (AVÖ) durumundan elde ettikleri puan ortalamaları karşılaştırılmıştır. Kızların SEV ve AVÖ ortalamaları erkeklerden; AVÖ cevaplarında ise erkeklerin ortalamaları kızlardan daha yüksek çıkmıştır. Sevmek ve önem vermek durumları, bir çeşit tutum olarak görüldüğünde; Shropshire, Carroll ve Yim [56] tarafından yapılan çalışma bulguları, bu çalışmayı destekler niteliktedir. Bu çalışmada beden eğitimi dersi ile ilgili

olarak kızlar, erkeklere oranla öğretmen ve dersten daha çok memnun ve ders içeriğinden daha az kaygılı oldukları bulunmuştur. Chatterjee [11] tarafından yapılan çalışmada ise kız ve erkekler arasında herhangi bir fark çıkmamıştır. Şimdiki çalışmada farkın çıkmasının nedeni olarak, öğretim içeriklerinin kız çocukları için daha eğlenceli geliyor olması olabilir. Bu sonuca göre kız çocuklarının beceri düzeyi ile örtüşen bir program yürüten beden eğitimi öğretmenlerinin, erkek öğrencileri de zorlayacak bir program içeriği düzenlemeleri ihtiyacı ortaya çıktığı söylenebilir. Ailenin verdiği önemi algılama düzeyinde ise erkeklerin ortalamalarının kızlardan daha yüksek olması beklendiği bir sonuç olarak gözükmektedir. Dinç, Uluöz ve Sevimli [24]'nin aktardığına göre, ailelerin sporla ilgili olması çocuğun spora katılımında ve sporun toplum geneline yayılmasında olumlu bir etkidir. Ancak hem erkek çocuklarının kızlardan daha çok spora teşvik edildiğini ortaya koyan [26 ve 38] hem de farklılık olmadığını söyleyen [6, 9 ve 42] araştırmalar mevcuttur. Bu nedenle bu sonuca yönelik değerlendirmeler içinde yaşadığımız topluma göre (hatta verilerin toplandığı bölge, şehir, okul vs.) düşünülmesi gereken bir sonuçtur. Ayrıca toplumumuzda kız çocuklarının erkeklerden akademik olarak daha iyi performans ortaya koyduğunu gösteren çalışmalar [7 ve 23] olduğu düşünüldüğünde, erkeklerin spora teşvik edilmesinin bir diğer nedeni de bu olabilir. Çünkü toplumumuzda hala spora katılımın, akademik başarıyı düşürebileceği kaygısı mevcuttur. Diğer bir neden kız çocuklarının spor yapma alanlarının erkek çocuklarına göre daha sınırlı oluşu da olabilir. Bu durumlar, ailelerin erkek çocukları spora teşvik etmeleri konusunda daha destekçi olmalarının nedenleri olarak değerlendirilmiştir.

Cinsiyete göre güdülenme, tutum ve içsel konuşma puanları karşılaştırıldığında ise güdülenmenin dört alt boyutundan ve tutumdan elde edilen puanlarda kızların ortalamaları erkeklerden yüksek bulunmuştur. İçsel konuşmada ise yalnızca tek bir alt boyutta (negatif içsel konuşma boyutuna ait "endişe" alt boyutunda) farklılık erkeklerin lehine elde edilmiştir. Farklılıklara ilişkin, literatüre bakıldığında içsel güdülenme, özdeşimle düzenleme, dışsal düzenleme ve güdülenmeme alt boyutlarında ölçme yanlılığı test edilmiş ve farklı sonuçların bulunduğu ilişkin bilgi vermek önemli görülmüştür. Guay, Vallerand ve Balanchard [28] tarafından yapılmış öncü çalışma, yalnızca güdülenmeme boyutunda erkeklerden yana ufak bir yanlılık tespit etmişken; Osterlie, Lohre ve Haugan [51] tarafından Norveç'te yapılan en yeni çalışma ise tüm boyutlarda kızlardan yana bir yanlılık tespit etmiştir. Ölçme değişmezliği analizi yapılmamış olması, bu çalışmanın sınırlılığını oluşturmaktadır. Bu nedenle elde edilen farklılıklar, dikkatlice yorumlanmalıdır. Çünkü farklılık, güdülenmenin en hür iradeli formları (içsel güdülenme, özdeşimle düzenleme), daha az hür iradeli formu (dışsal düzenleme) ile hiç hür iradeli olmayan formu (güdülenmeme) arasındaki tüm boyutlardadır. Buna rağmen güdülenmenin tüm alt boyutlarında kızların lehine sonuçlar elde edilmesi, literatürden destek bulabilmektedir.

Vallerand ve Bissonnette [59] ve Fortier, Vallerand, Briere ve Provencher [25] tarafından yapılan çalışmalarda da kızlar erkeklerden daha yüksek ortalamalar elde etmişlerdir. Ancak farklı bulgular da elde edildiğinden [44 ve 37], yorumlar beden eğitimi ders ortamındaki algıları etkileyen diğer faktörleri de gözden geçirmeyi gerekli kılmaktadır. Bu yönüyle, kızların bu çalışmada daha yüksek ortalamalar elde etmesinin nedeni, beden eğitimi derslerinde kızların beceri düzeyine daha uygun ve ilişkili aktiviteler yapılıyor olmasından kaynaklanıyor olabilir. Literatürde dışsal güdülenme ve güdülenmeme boyutlarında kızların ortalamalarının zaten daha yüksek olduğuna ilişkin bulgular vardır [44]. Bu çalışmadaki kız çocuklarında da benzer nedenlerden (medyanın güzellik vurgusu, kilo algısı, sahip olunan vücut



tipi ile ideal olarak dayatılan tip arasındaki uyumsuzluk, sağlıklı-güzel kalma çabası vs.) dolayı farklılık bulunmuş olabilir. Zaten hür irade kuramında geçen özerklik, yetenek ve ilişkililik (yani temel ihtiyaçlar) kavramlarının evrenselliği literatürde kanıt bulmuş ancak bu ihtiyaçların cinsiyete göre değişim göstermemesi gerektiğine [20] dair yapılan vurgu ise literatürde farklı sonuçların elde edilmesinden dolayı halen netlik kazanamamıştır.

Tutum puanlarındaki kızlardan yana farklılık ise güdülenme ile ilgili elde edilen bulgularla birleştiğinde daha anlamlıdır. Tutum, bireye atfedilen bir eğilimdir yani tutum gözlenebilir bir davranış değil, davranışa hazırlayıcı bir eğilimdir [40]. Bu bakımdan kızların derslere katılım nedenleri olarak gördükleri bilişsel ve duyuşsal faktörler, onların derse olan tutumlarını da olumlu anlamda farklılaştırmıştır. Literatürde yine beden eğitimi dersine yönelik tutumda hem kızların lehine [62], hem erkeklerin lehine [3, 43 ve 57] hem de farklılık bulmayan [4, 8, 11 ve 41] çalışmalar bulunmaktadır. Bu nedenle öğretmenin yarattığı sınıf iklimi gibi çevresel faktörlerin duyuşsal özelliği belirlemede etken olduğu söylenebilir.

Erkeklerin lehine çıkan tek alt boyut negatif içsel konuşmanın "endişe" alt boyutudur. Bu boyut, negatiflik içerir (kaybedeceğim; yine hatalıyım; başkaları benim kötü performansım hakkında ne düşünecek vb.). Spor alanında yapılan bazı çalışmalarda negatif içsel konuşmanın, kötü performansa yol açmadığı hatta performansı arttırdığı bulgulanmıştır [33 ve 60]. Bu şekildeki bir negatif duygulanım performansı kolaylaştırıcı, optimal kaygı sağlayıcı, motive edici bir unsur olarak belirmiş olabilir. Bu nedenle erkeklerin daha negatif içsel konuşma yapması, negatif unsurları daha yoğun düşünerek, girdikleri mücadeleden galip gelmelerine yardımcı oluyor olabilir. Bu nedenle erkeklerin diğerleri tarafından negatif değerlendirilme endişelerinin olması, erkeklerin tutum puanlarındaki düşüklüğü daha anlamlı hale getirmiştir.

Diğer taraftan SEV, KVÖ ve AVÖ'den elde edilen ortalamaların yaş arttıkça azaldığı bulgulanmıştır. Yapılan pek çok araştırmada [14, 15, 46 ve 61] benzer bulgular elde edilmiştir. Aynı zamanda bu üç değişkenden elde edilen ortalamalar, diğer ölçeklerin pozitif boyutlarıyla pozitif, negatif boyutlarıyla ise negatif korelasyon göstermiştir. Bu durum, çok maddeli ölçeklerden elde edilen sonuçlara benzer sonuçlar vermesi nedeniyle, ölçme açısından daha pratik olduğu söylenebilir.

Yaşla beraber içsel güdülenme, özdeşimle düzenleme ve tutum puanlarındaki azalma; negatif içsel konuşmadaki artış (yalnızca bedensel yorgunluk boyutu) literatür ile ilişkilidir [3, 12, 29, 44 ve 48]. Yaşla beraber "beceriye bakış açısı ve herkes yapar inancı" kavramları, yerini "yetenekli olma", "yetenekli olan kazanır" inancına bıraktığından [48] olumlu duygular yerini olumsuz duygulara bırakmaktadır. Bakış açısındaki bu değişimin yaş kategorisi, bu çalışmadaki yaş grubu ile aynı olduğundan, bu sonuç literatürde varolan bulguları destekler niteliktedir.

Çalışmanın ilginç ama beklendik yöndeki sonuçlarından bir diğeri durumsal güdülenme, tutum ve içsel konuşma arasındaki ilişkiye ait sonuçlardır. Elde edilen sonuçlarda, durumsal güdülenmenin içsel güdülenme ve özdeşimle düzenleme boyutları, tutum ve pozitif içsel konuşma boyutları (psikolojik hazırlık, kaygı kontrol, kendine güven ve odaklanma) ile pozitif ve anlamlı; dışsal düzenleme ve güdülenme boyutları ise tutum ile negatif ve anlamlı iken negatif içsel konuşma boyutları (endişe, kopma ve bedensel yorgunluk) ile pozitif ve anlamlı bulunmuştur. Çalışmanın hipotezini destekleyen bu bulgu oldukça önemlidir. Hem güdülenme hem de içsel konuşma literatüründe aradaki bu ilişki, iki kurama da katkı sağlayacaktır. Ada ve ark. [1] tarafından yapılan çalışmada içsel konuşmanın pozitif ve negatif boyutlarının optimal performans duygu durumu ve güdüsel iklim ile ilişkisi ortaya

konmuştur. O çalışmada da negatif içsel konuşma boyutları güdusel iklimin negatif çıktılarla ilişkili olan boyutları ile pozitif, optimal performans duygu durumu ile negatif ilişkili çıkmıştır. Durumsal güdülenme ile güdusel iklim ve güdusel yönelim (görev ve ego yönelimi) yapıları zaten birbirini destekleyen yapılardır [47 ve 52]. Zourbanous ve ark. [65] tarafından yapılmış çalışmada ise yine pozitif içsel konuşma boyutları güdusel yönelime ait görev yönelimi boyutları ile pozitif, ego yönelimi boyutlar ile negatif ilişkili çıkmıştır. O yüzden bu çalışmadaki bulgular literatürü destekler niteliktedir. Tutum da tıpkı güdülenme gibi, içsel konuşma için önemli bir yapı olarak belirlemiştir. Bu anlamda öğrencilerin daha pozitif içsel konuşmalar yapmaları onların derse karşı tutumuna etki eden bir faktör olarak belirlemiştir.

Sonuç olarak, yukarıdaki tüm bulgular dikkate alındığında beden eğitimi dersinde özerklik, ilişkililik ve yetenek ile ilişkili temel ihtiyaçların giderilmesi, istendik yönde kazanımların elde edilmesi açısından önemlidir. Böylelikle, dersi sevme, derse değer verme ve dersi önemli görme durumlarının da kendiliğinden ortaya çıkacağı anlaşılmıştır. Ek olarak, beden eğitimi dersine karşı olumlu duygu geliştirmede içsel konuşma müdahaleleri yapılabilir. Bu araştırmanın yalnızca Mersin ilinde ve seçilen bazı okullarla yapılması, diğer sınırlılıklar olarak sayılabilir. Bu tarz araştırmaların, evreni daha iyi tanımlayabilmesi için farklı örnekleme metodları kullanılması önerilebilir. Farklı kademelerden de öğrencilerin katılımı, bundan sonraki araştırmacılar için önemli olabilir. Ayrıca derse karşı kişinin ve ailesinin verdiği önemin etkili değişkenler olduğu da dikkate alınmalıdır. Bu noktada, beden eğitimi dersinin önemi üzerine ailelerin ve önemli diğer yetişkinlerin rolüne ilişkin ileride farklı araştırmaların yapılması, beden eğitimi öğretmenlerinin veli ve toplum ile işbirliği içerisinde olması, dersin öneminin aktarılması ile ilgili çaba harcanması öğrenciye, öğretmene ve alandaki diğer çalışanlara çok büyük kazanımlar sağlayarak yol açacağı düşünülmektedir.

#### **KAYNAKLAR (REFERENCES)**

- [1] Ada, E.N., Comoutos, N., Karamitrou, A., and Kazak, Z., (2019). Relationships Between Dispositional Flow, Motivational Climate, and Self-Talk in Physical Education Classes, *The Physical Educator*, 76, 357-384.
- [2] Anderson, A., (1997). Learning Strategies in Physical Education: Self-Talk, Imagery, and Goal-Setting, *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 68(1):30-35.
- [3] Arabacı, R., (2009). Attitudes Toward Physical Education and Class Preferences of Turkish Secondary and High School Students. [Online], *Elementary Education Online*. 8(1):2-8.
- [4] Aras, Ö., (2013). İlköğretim Kurumlan İkinci Kademedede Öğrenim Gören Öğrenci ve Görev Yapan Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Beden Eğitimi Dersine Yönelik Görüş ve Tutumlarının İncelenmesi (Kars İli Örneği). Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- [5] Aronson, E., Wilson, T.D. ve Akert, R.M., (2012). Sosyal Psikoloji, Çev. Okan Gündüz, 1. Basım, İstanbul, Kaknüs Yayınları.
- [6] Babkes, M.L. and Weiss, M.R., (1999). Parental Influence on Cognitive and Affective Responses in Children's Competitive Soccer Participation. *Pediatric Exercise Science*, 11, 44-62.
- [7] Bahar, H.H., (2010). The Effects of Gender, Perceived Social Support and Sociometric Status on Academic Success, *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 2(2):3801-3805.
- [8] Balyan, M., Yerlikaya Balyan, K. ve Kiremitçi, O., (2012). Farklı Sportif Etkinliklerin İlköğretim 2. Kademe Öğrencilerinin

- Beden Eğitimi Dersine Yönelik Tutum, Sosyal Beceri ve Öz Yeterlik Düzeylerine Etkileri, Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi, 14(2):196-201.
- [9] Bois, J.E., Sarrazin, P.G., Brustad, R., Trouilloud, D., and Cury, F., (2002). Mothers' Expectancies and Young Adolescents' Perceived Physical Competence: A Yearlong Study, *Journal of Early Adolescence*, 22, 384-206.
- [10] Bozdoğan, A.E. ve Yalçın, N., (2005). İlköğretim 6., 7. ve 8. Sınıf Öğrencilerinin Fen Bilgisi Derslerindeki Fizik Konularına Karşı Tutumları. Gazi Üniversitesi. Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi. 6(1).
- [11] Chatterjee, S., (2013). Attitudes toward Physical Education of Schools Going Adolescents in West Bengal. *International Journal of Engineering Science and Technology*, 2(11):6068-6073
- [12] Christodoulidis, T., Papaioannou, A., and Digelidis, N., (2001). Motivational Climate and Attitudes Towards Exercise in GREEK SENIOR HIGH SCHOOL: A Year-long Intervention. *European Journal of Sport Science*, 1(4):1-12.
- [13] Çağlar, E. and Aşçı, F.H., (2010). Motivational Cluster Profiles of Young Athletes: An Examination of Differences in Physical-Self Perception. *Journal of Sports Science & Medicine*, 9(2):231-238.
- [14] Çakmak, E.K., Akgün, Ö.E., Karadeniz, Ş., Büyüköztürk, Ş. ve Demirel, F., (2008). İlköğretim İkinci Kademe ve Lise Öğrencilerinin Ders ve Sınıf Düzeylerine Göre Öğrenme Stratejileri Ve Güdülenme Düzeylerinin Belirlenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*. [Bağlantıda]. 5(1): Erişim: <http://www.insanbilimleri.com>.
- [15] Çelik, Z. ve Pulur, A., (2011). Ortaöğretim Öğrencilerinin Beden Eğitimi ve Spora İlişkin Tutumları. Ulusal Beden Eğitimi ve Spor Öğrt. Kongresi 25-27 Mayıs 2011, VAN/YYÜ Eğitim Fakültesi Dergisi Özel Sayısı, 115-121.
- [16] Daşdan Ada, E.N., Aşçı F.H., Kazak Çetinkalp, F.Z. ve Altıparmak, M.E., (2012). Durumsal Güdülenme Ölçeği'nin (DGÖ) Beden Eğitimi Ders Ortamı İçin Geçerlik ve Güvenirliği. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 10(1):7-12.
- [17] Daşdan Ada, E.N., Zourbanos, Z., Papaioannou, A., and Kazak Çetinkalp, F.Z., (2014a). A Preliminary Validation of The Turkish Version of The Automatic Self-Talk Questionnaire for Physical Education. 13th International Sports Sciences Congress, Proceedings book, p.155, Selçuk University, 9-11 November.
- [18] Daşdan Ada, E.N., Zourbanos, Z., Kazak Çetinkalp, F.Z., and Papaioannou, A., (2014b). The Relationship Between Dispositional Flow, Motivational Climate, and Self-Talk in Physical Education Classes. 13th International Sports Sciences Congress, Proceedings book, p.164-165, Selçuk University, 9-11 November.
- [19] Deci, E.L. and Ryan, R.M., (1985). *Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior*. Springer. New York: Plenum Press.
- [20] Deci, E.L. and Ryan, R.M., (1991). A Motivational Approach to Self: Integration in Personality. In R. Dienstbier (Ed.), *Nebraska Symposium on Motivation: Vol. 38. Perspectives on motivation* (pp:237-288). Lincoln, NE: University of Nebraska Press
- [21] Deci, E.L. and Ryan, R.M., (2004). Overview of Self-Determination Theory: An Organismic Dialectical Perspective. In E. L. Deci, & R. M. Ryan (Eds.), *Handbook of self-determination research* (pp:3-33). Rochester, NY: The University of Rochester Press

- [22] Demirhan, G. and Koca, C., (2004). An Examination of High School Students' Attitudes Toward Physical Education With Regard to Sex and Sport Participation. *Perceptual and Motor Skills* 98, 754-758.
- [23] Demirtaş, H. ve Özer, N., (2007). Öğretmen Adaylarının Zaman Yönetimi Becerileri İle Akademik Başarısı Arasındaki İlişkisi. *Eğitimde Politika Analizleri ve Stratejik Araştırmalar Dergisi*, 2(1).
- [24] Dinç, Z.F., Uluöz, E. ve Sevimli, D., (2011). Ailelerin Çocuklarını Spor ve Fiziksel Aktiviteye Yönlendirmelerine İlişkin Görüşleri. *e-Journal of New World Sciences Academy*, 6(2):93-102.
- [25] Fortier, M.S., Vallerand, R.J., Briere, N.M., and Provencher, P., (1995). Competitive and Recreational Sport Structures and Gender: A Test of Their Relationship With Sport Motivation. *International Journal of Sport Psychology*, 26, 24-39.
- [26] Fredricks, J.A. and Eccles, J.S., (2005). Family Socialization, Gender, and Sport Motivation and Involvement, *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 27, 3-31
- [27] Gömleksiz, M.N. ve Kan, A.Ü., (2012). Eğitimde Duyuşsal Boyut ve Duyuşsal Öğrenme. *Turkish Studies International Periodical for the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic*, 7(1):1159-1177.
- [28] Guay, F., Vallerand, R.J., and Blanchard, C.M., (2000). "On The Assessment of Situational İntrinsic and Extrinsic Motivation: The Situational Motivation Scale (SIMS)". *Motivation and Emotion*, 24, 175-213.
- [29] Guzmán, J.F. and Kingston, K., (2012). Prospective Study of Sport Dropout: A motivational Analysis As a Function of Age and Gender, *European Journal of Sport Science*, 12:5, 431-442.
- [30] Gürbüz, A. ve Özkan, H., (2012). İlköğretim İkinci Kademe Öğrencilerinin Beden Eğitimi Ve Spor Dersine İlişkin Tutumlarının Belirlenmesi (Muğla İl Örneği). *Pamukkale Journal of Sport Sciences*, 3(2):78-89.
- [31] Hardy, J., Oliver, E., and Tod, D., (2009). A framework for The Study and Application of Self-talk in Sport. In S.D. Mellalieu & S. Hanton (Eds.), *Advances in applied sport psychology: A review* (pp:37-74). London: Routledge.
- [32] Hatzigeorgiadis, A., Galanis, E., Zourbanos, N., and Theodorakis, Y., (2014). Self-talk and Competitive Sport Performance, *Journal of Applied Sport Psychology*, 26(1):82-95.
- [33] Highlen, P.S. and Bennett, B.B., (1983). Elite Divers and Wrestlers: A comparison Between Open and Closed-Skill Athletes. *Journal of Sport Psychology*, 5, 390-409.
- [34] Horn, T.S., (2008). *Advances in Sport Psychology*. T. Horn, eds. 3rd ed. Human Kinetics, 499 p., Ohio.
- [35] Hutzler, Y., Meier, S., Reuker, S., and Zitomer, M., (2019). Attitudes and Self-Efficacy of Physical Education Teachers Toward Inclusion of Children With Disabilities: A Narrative Review of International Literature, *Physical Education and Sport Pedagogy*, 24(3):249-266.
- [36] Hünük, D., (2006). Ankara İli Merkez İlçelerindeki İlköğretim İkinci Kademe Öğrencilerinin Beden Eğitimi Dersine İlişkin Tutumlarının Sınıf Düzeyi. Öğrenci Cinsiyeti, Öğretmen Cinsiyeti ve Spora Aktif Katılımları Açısından Karşılaştırılması. (Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Spor Bilimleri ve Teknolojisi Programı. Ankara.
- [37] Jaakkola, T. and Sepponen, K., (1997). The Associations Between Goal Orientations, Motivational Climate, and Intrinsic

- Motivation in Physical Education. Unpublished master thesis. University of Jyvaskyla, Finland.
- [38] Jacobs, J.E. and Eccles, J.S., (2000). Parents, Task Values, and Real-Life Achievement Related Choices. In C. Sansone & J.M. Harackiewicz (Eds.), *Intrinsic and Extrinsic Motivation: The Search For Optimal Motivation and Performance* (pp:405-439). San Diego: Academic Press
- [39] Kazak Çetinkalp, F.Z., (2010). Durumsal Güdülenme leđi (Situational Motivation Scale- SIMS)'nin Türkçe Versiyonunun Psikometrik zellikleri (Psychometric Properties of the Turkish version of The Situational Motivation Scale - SIMS). *Türkiye Klinikleri Spor Bilimleri Dergisi*, 2(2):86-94.
- [40] Kağıtçıbaşı, . ve Cemalçılar, Z., (2016). Dünden Bugüne İnsan ve İnsanlar Sosyal Psikolojiye Giriş. 18. Basım, Evrim Yayınevi.
- [41] Kılıç, T. ve imen, P., (2018). Ortaokul ve Lise đrencilerinin Beden Eğitimi ve Spor Dersine Karşı Tutumlarının İncelenmesi. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 1(1):1-13 .
- [42] Kimiecik, J.C. and Horn, T.S., (1998). Parental Beliefs and Children's Moderate-To-Vigorous Physical Activity. *Research Quarterly for Exercise & Sport*, 69:163-175.
- [43] Koca, C., Aşı, H., and Demirhan, G., (2004). Attitudes Toward Physical Education and Class Preferences of Turkish Adolescents In Terms Of School Gender Composition. *Perceptual & Motor Skills*, 98(3):367-375.
- [44] Kolovelonis, A., (2007). Grade and Gender Differences in Students' Self-Determination for Participating in Physical Education. *Georgian Electronic Scientific Jurnal: Education Science and Psychology*, 2(11):23-30.
- [45] Kuru, Z., (2002). Sporda Self Determinasyon Kuramı. 7. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi Bildiri zetleri. 27-29 Ekim Antalya.
- [46] Lepper, M.R., Corpus, J.H., and Iyengar, S.S., (2005). Intrinsic and Extrinsic Motivational Orientations in The Classroom: Age Differences and Academic Correlates. *Journal of Educational Psychology*, 97(2):184-196.
- [47] Murcia, J.A.M., Cervell Gimeno, E., and González-Cutre Coll, D., (2008). Relationships Among Goal Orientations, Motivational Climate and Flow in Adolescent Athletes: Differences By Gender. *The Spanish Journal of Psychology*, 11(1):181-191.
- [48] Nicholls, J.G., (1992). The General and The Specific In The Development And Expression Of Achievement Motivation. In G.C. Roberts (Ed.), *Motivation in sport and exercise*. (31-54), Champaign, IL: Human Kinetics
- [49] Ntoumanis, N., (2001). A Self-Determination Approach to The Understanding of Motivation in Physical Education. *British Journal of Educational Psychology*, 71, 225-242 .
- [50] Oliver, E.J., Markland, D., Hardy, J., and Petherick, C.M. (2008). The Effects of Autonomy-Supportive Versus Controlling Environments on Self-Talk. *Motiv Emot*, 32:200-212.
- [51] Osterlie, O., Lhre, A., and Haugan, G., (2019). The Situational Motivational Scale (SiMS) in Physical Education: A Validation Study Among Norwegian Adolescents, *Cogent Education*, 6:1-15.
- [52] Papaioannou, A. and Kouli, O., (1999). The Effects of Task Structure, Perceived Motivational Climate, and Goal Orientation On Students' Task Involvement And Anxiety. *Journal of Applied Sport Psychology*, 11, 51-71.  
<https://doi.org/10.1080/10413209908402950>
- [53] Pehlivan, Z., (1998). Beden Eğitimi Dersi Tutum leđi. 5. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, '5-7 Kasım 1998', Ankara:

- Hacettepe Üniversitesi, Spor Bilimleri ve Teknolojisi  
Yüksekokulu Bildiri Özetleri Kitabı.
- [54] Rhodes, E.R., McEwan, D., and Rebar, A.L., (2019). Theories of Physical Activity Behaviour Change: A History and Synthesis of Approaches, *Psychology of Sport and Exercise*, 42: 100-109, ISSN 1469-0292.
- [55] Ryan, R.M. and Deci, E.L., (2000). Intrinsic and Extrinsic Motivations: Classic Definitions and New Directions. *Contemporary Educational Psychology*, 25, 54-67.
- [56] Shropshire, J., Carroll, B., and Yim, S., (1997). Primary School Children's Attitudes to Physical Education: Gender Differences, *European Journal of Physical Education*, 2(1):23-38
- [57] Taşkın, C., (2018). Ortaokul Beden Eğitimi ve Spor Dersi Öğretim Programı Hakkında Öğrenci ve Öğretmen Görüşleri. Doktora Tezi, Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Çanakkale.
- [58] Uluşık, V., (2015). Ortaöğretim Öğrencilerinin Beden Eğitimi Dersine Yönelik Tutumlarının Sınıf Ve Cinsiyet Değişkenlerine Göre İncelenmesi. *Uluslararası Multidisipliner Akademik Araştırmalar Dergisi*. Eylül- Aralık, 2(3):45-53.
- [59] Vallerand, R.J. and Bissonnette, R., (1992). Intrinsic, Extrinsic and Amotivational Styles as Predictors of Behavior: A Prospective Study. *Journal of Personality*, 60, 599-620.
- [60] Van Raalte, J.L., Cornelius, A.E., Brewer, B.W., and Hatten, S.J., (2000). The Antecedents and Consequences of Self-Talk in Competitive Tennis. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 22, 345-356.
- [61] Wang, C.K.J., Chatzisarantis, N.L.D., Spray, C.M., and Biddle, S.J.H., (2002). Achievement Goal Profiles in School Physical Education: Differences in Self-Determination, Sport Ability Beliefs, and Physical Activity. *British Journal of Educational Psychology* 72, 433-445.
- [62] Zeng, H., (2011). Attitudes of High School Students Toward Physical Education and Their Sport Activity Preferences. *Journal of Social Sciences*, 7(4):529-537.
- [63] Zourbanos, N., Hatzigeorgiadis, A., Chroni, S., Theodorakis, Y., and Papaioannou, A., (2009). Automatic Self Talk Questionnaire for Sports (ASTQS): Development and Preliminary Validity of A Measure Identifying The Structure Of Athletes' Self-Talk, *The Sport Psychologist*, 23:233-251.
- [64] Zourbanos, N., Hatzigeorgiadis, A., Bardas, D., and Theodorakis, Y., (2013). The Effects of Self-Talk on Dominant and Non Dominant Arm Performance on A Handball Task in Primary Physical Education Students, *The Sport Psychologist*, 27, 171-176.
- [65] Zourbanos, N., Papaioannou, A., Argyropoulou, E., and Hatzigeorgiadis, A., (2014). Achievement Goals and Self Talk in Physical Education: The moderating Role Of Perceived Competence. *Motivation Emotion*, 38:235-251.