

## YAZ SPOR ÇALIŞMALARININ 9-13 YAŞ GRUBU BİREYLERİN SOSYAL YETKİNLİK BEKLENTİSİNE ETKİSİ

Fusun ÖZTÜRK KUTER \*

Şenay KOPARAN ŞAHİN \*

Güven ÖZKAYA \*\*

Mehmet EFE \*\*\*

### ÖZET

*Bu çalışma, Bursa Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü (G.S.İ.M.) Yaz Spor Okulundaki çeşitli branşlarda bulunan 9-13 yaş grubu bireylerde sporun Sosyal Yetkinlik Beklentisine olan etkisini belirlemeyi amaçlamaktadır. Çalışma Bursa G.S.İ.M. yaz spor okulundaki yüzme, voleybol, hentbol ve basketbol branşlarındaki toplam 162 deneği kapsamaktadır. Deneklere çalışmanın başında ve dört haftalık branşa özgü spor eğitiminin sonunda Kişisel Bilgi Formu, Sosyal Yetkinlik Beklentisi Ölçeği uygulanmıştır. Elde edilen veriler SPSS 13 istatistik programında; Wilcoxon işaret testi, Kruskal Wallis, Mann-Whitney U, tek yönlü varyans analizi ve t testleri kullanılmıştır. Sonuç olarak, yaz spor çalışmalarının sosyal yetkinlik beklentisi üzerine olumlu bir etkisi bulunduğu tespit edilmiştir.*

**Anahtar Kelimeler:** Sosyal Yetkinlik Beklentisi, Spor Çalışması.

---

Geliş tarihi: 06.05.2005; Yayına kabul tarihi: 27.09.2005

\* Uludağ Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü

\*\* Uludağ Üniversitesi Biyoistatistik A.B.D.

\*\*\* Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü

#### ABSTRACT

*This study aims to determine in Bursa Province Youth and Sport Administration (G.S.İ.M.) Summer Sport School in various branches at 9-13 age group subjects, sports effects on Social Self-Efficacy Expectation level. Study includes 162 subjects in Swimming, voleyball, handball and basketball branches in Bursa GSİM summer sport school. At beginning of study and four weeks peculiar to sport education final, Personal Information Form, Social Self-Efficacy Expectation Scale and Assertiveness Inventory have been applied to subjects. While data have been evaluated at SPSS 13 statistic programme, Wilcoxon Sign Test, Kruskall Wallis, Mann-Whitney U, One Way Anova and t tests have been used. As a result of the study revealed that sports educations Social Self-Efficacy had more significant effect on students.*

**Key Words:** Social Self-Efficacy Expectation, sports training.

#### GİRİŞ

Günümüzde spor, çoğu insan için yaşam felsefesinde yaşam kalitesini arttıran ve günlük sosyal aktiviteler içinde yer alması gereken doğal bir olgu olarak değerlendirilmektedir<sup>(24)</sup>. Bireyin biyolojik, toplumsal ya da ekonomik gereksinimlerini karşılayan bir davranış biçimi<sup>(31)</sup>, belirli ölçüde fiziksel güç ve beceri gerektiren yarışmalı ve eğlenceli etkinliklerdir<sup>(16)</sup>. Bir çok kişiyi spor yapmaya iten sebepler sadece hareket ve bedeni alanla sınırlı değildir. İlişki kurma ihtiyacı, yalnız kalma korkusu, sosyal bir varlık olma ihtiyacı da en az sportif veya sağlıklı olma istekleri kadar etkilidir<sup>(6)</sup>.

Spor, sadece ferdin fiziki ve psikolojik (beden ve ruh sağlığı) yönden güçlenmesi için sürdürülen eğitici bir faaliyet değildir. Bunun yanında, fertteki sorumluluk ve işbirliği eğilimi ile düzen sağlama kabiliyetini ortaya çıkararak ferdin sosyalleşmesine katkıda bulunmaktadır<sup>(12-1)</sup>. Grineski yaptığı çalışmalar sonunda, öğrencilerin beden eğitimi derslerinde rekabetçi ve bireysel yaklaşımlardan çok, işbirliği temelli etkinliklere olumlu yanıtlar verdiklerini bulmuştur<sup>(14)</sup>. Sosyalleşme, bireyin içinde yetiştiği toplumun düzey yargılarına uygun bir davranış geliştirme sürecidir<sup>(21)</sup>. Eğitim gibi spor da, bireyin şekillenmesi açısından toplum yaşamında vazgeçilemeyecek, kesintiye uğratılmayacak bir olgudur. Eğitim de spor da insan yaşamını katılımsal olarak etkilemektedir<sup>(18)</sup>. Beden eğitimi ve spor etkinlikleri yalnız yaşamın korunması ve geliştirilmesine yardım etmez, insanı ruhsal ve düşünsel yaşama yönelterek kendi biyolojik varlığını da yüceltir<sup>(22)</sup>. Sokrates, Aristo, Quitillian, Comenius, John Locke, John Dewey gibi değişik çağların düşünürleri bedensel gelişme ve oyunun bireyin sosyalleşme eğitimi için temel olduğunu ileri sürmüşlerdir<sup>(20)</sup>. Oyun alanları çocukların sosyalleşmesi için en iyi ortamlardır. Çünkü oyun, çocuk için ciddi ve amaçlı bir uğraşdır<sup>(25)</sup>. Türk Milli Eğitiminin temel amaçlarından biri de öğrencilerin gelişim özellikleri göz önüne alınarak; kişisel ve toplumsal yönden sağlıklı, iyi ahlaklı, yaratıcı, üretken, dengeli bir kişiliğe sahip ve demokratik hayatın temel ilkelerini benimsemiş bireyler yetiştirmektir<sup>(11)</sup>. Özellikle okul içi spor etkinliklerinin dışında ve öğrenim saatlerinden sonra, ister performans isterse de serbest zamanı değerlendirme amaçlı olsun, yoğun olarak sporla uğraşan öğrencilerde spor, kişiliğin gelişimine, şekillenmesine ve bireyselliğin oluşmasına bir ölçüde katkıda bulunmaktadır<sup>(17)</sup>. Grup oyunlarında ve takım sporlarında çocuklar, mensup olduğu grubun çıkarlarını kendi

çıkarlarından önde tutmak zorundadır. Böylelikle çocukta mensubiyet ve fedakârlık duyguları gelişerek, pekişir. Oyun içerisinde kazanılan kendi haklarını koruma, başkalarına saygı, atılganlık, işbirliği ve paylaşma, kurallara uyma, doğru-yanlış ayrımını yaparak doğruyu kabullenme, grubun çıkarlarını koruma ve kollama, toplumun kültürünü öğrenme gibi sosyal düzeyler edinen çocuklar her geçen zaman diliminde biraz daha sosyalleşirler<sup>(16)</sup>. Tüm bu düzeyler sosyal çevre içerisinde kazanılır. Sosyal çevre insanların sosyal ilişkiler kurarak, kısa ya da uzun zaman aralıkları içinde birlikte yaşadıkları alanlardır<sup>(19)</sup>. Çalışmamızın sosyal çevresini oluşturan Yaz Spor Okulları da, çocukların sosyalleşerek şekillenmesinde bir sosyal çevre ortamı olarak kabul edilebilir.

İnsanlar bir konuda çaba göstermeleri gerektiğinde, o konuda yetenekli olup olmadıklarını düşünürler. Söz konusu yeteneğin kendisinde olduğunu varsayan bireyler, o konuda daha kolay davranış gösterir ve sürdürürler. Kendisini o konuda yetersiz olduğunu taşıyan bireyler ise davranışa başlama ve sürdürme konusunda başarısızlık yaşarlar. Bu durum literatürde " yetkinlik beklentisi" kavramı ile açıklanmaktadır. Yetkinlik beklentisi, verilen bir etkinlikle ilgili olarak bireyin, bu etkinliğin başarılı bir şekilde gerçekleştirebilmek için kendi yeteneğine duyduğu inançtır<sup>(3, 5, 8)</sup>.

İnsan davranışının önemli güdüleyicilerinden birisi olan sosyal yetkinlik, çocuk ve ergen ruh sağlığında önemli bir yere sahiptir. Sosyal yetkinlik beklentisi, " kişiler arası ilişkilerde bireysel beceriye bağlı olarak gösterilen performans hakkında bireyin kendilik beklentisi" olarak da tanımlanabilir<sup>(2)</sup>.

Sosyal yetkinlik yargıları dört temel kaynaktan elde edilen bilgilerden etkilenmektedir. Bunlar; bireyin doğrudan kendi yaptığı başarılı ya da başarısız etkinlikler sonucunda elde

ettiği bilgiler, dolaylı yaşantılar, sözel ikna ve psikolojik durumdur<sup>(4, 15, 28)</sup>. Bandura'ya göre yetkinlik beklentisi şu durumlarda etkili olmaktadır; istekler, amacına ulaşma gücü, güdülenme düzeyi, zorluklar karşısında direnme gücü, güç durumlarda toparlanmayı sağlayan analitik düşünme, başarı ve başarısızlığın doğal nitelikleri, stres ve depresyondur<sup>(27)</sup>. Eğitim sürecinde sosyal yetkinlik gelişimi, sosyal beceriler ile birlikte düşünülmektedir. Bu becerilerin gelişmesi sosyal yetkinlik olarak düşünülen gelişmelerdir. Bunlar kendini ifade etme-kendine güven, arkadaşlarca kabul görme, aile fertleri ve diğer önemli bireylerce kabul görme, sosyal bağımsızlık, destekleyici sosyal çevre olarak özetlenebilir<sup>(2)</sup>.

Sportif oyunlar içinde çocuk kendi bedenini tanır, yeteneklerinin farkına varır. Başarabileceği ve başaramayacağı hareketleri, emniyetli bir ortamda öğrenerek gereksiz tehlikelerden uzak duracak deneyimler edinir. Kendi yaşında çocuklarla bir arada, paylaşma ve yardımlaşmayı öğrenir. Sorumluluk alma ve düzenli çalışma alışkanlığı edinir. En önemlisi çocuklar, oyunlar yolu ile yaşamlarını organize etme ve denetleme alışkanlığını geliştirebilirler. Çocukların geleceğin sorumluluk sahibi, üretken bireyleri ve iyi vatandaşları olabilmesi için, aile ve eğitim kurumlarının işbirliği içinde çocuklara iyi organize edilmiş oyun ortamları yaratması gerekir<sup>(10, 25, 26)</sup>.

Bu çalışmanın amacı, Bursa Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü (G.S.İ.M.) yaz spor okulundaki yüzme, hentbol, basketbol ve voleybol branşlarındaki 9-13 yaşları arasındaki bireylere uygulanan 4 haftalık spor eğitiminin onların Sosyal Yetkinlik Beklentileri üzerinde anlamlı bir etki oluşturup oluşturmadığını incelemektir.

### **YÖNTEM**

Bu çalışma, Bursa G.S.İ.M. yaz spor okulunda temmuz döneminde gerçekleştirilmiştir. Araştırmaya G.S.İ.M. yaz spor okulundaki yüzme branşında 68 kişi, voleybol branşında 39 kişi, hentbol branşında 34 kişi, basketbol branşında 21 kişi olmak üzere 79'u kız 83'ü erkek toplam 162 kişi katılmıştır.

Her branşta 4 hafta süreyle haftada 3 gün çalışma yaptırılmıştır. Çalışma öncesinde araştırmacılar tarafından hazırlanan ve 12 sorudan oluşan kişisel bilgi formu doldurtulmuştur. Bilgin tarafından 9-13 yaş için geliştirilen Sosyal Yetkinlik Beklentisi Ölçeği<sup>(7)</sup> ise çalışmanın başında ve sonunda olmak üzere iki kez uygulanmıştır. Ölçekte puanlar yükseldikçe sosyal yetkinlik beklentisi artmakta, puanlar düştükçe de sosyal yetkinlik beklentisi azalmaktadır.

Sosyal Yetkinlik Beklentisi Ölçeği (SYBÖ) 27 maddelik bir ölçek olup, üçlü derecelendirme türüne göre "her zaman (3 puan), bazen (2 puan), hiçbir zaman (1 puan)" seçenekleriyle yanıtlanan bir ölçektir. Ölçekle ilgili yapılan geçerlik çalışmalarında; Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ile yapılan benzer ölçekler geçerliğinde 0.28 bir ilişki bulunmuştur. Öğrencilerden toplanan verilerle madde-toplam puan korelasyonları hesaplanmış ve toplam puan ile 0.001 düzeyinde anlamlı ilişki (0.46 ve üstü) gösteren 27 madde geçerli kabul edilmiştir. 27 madde ile hesaplanan alfa değeri 0.83 olarak bulunmuştur. Güvenirlik çalışmasında testi yarılama yöntemiyle 0.82, testin tekrarı yönteminde ise 0.69' luk değerler bulunmuştur<sup>(33)</sup>.

Elde edilen veriler SPSS 13 istatistik programında değerlendirilirken, parametrik olmayan grup içi bağımlı değişkenler Wilcoxon işaret testiyle incelenmiştir. Gruplar arası karşılaştırmalarda normal dağılım göstermeyen grup sayısı ikiden fazla değişkenler için Kruskal Wallis, grup sayısı iki olan değişkenler için Mann-Whitney U testi kullanılmıştır. Grup sayısı iki olan normal dağılım gösteren değişkenler için gruplar arasındaki farklılık bağımsız örneklem t testi ve grup sayısı ikiden fazla varyansların homojen olması durumunda tek yönlü varyans analizi uygulanmıştır. Anlamlılık düzeyi  $\alpha=0.05$  olarak kabul edilmiştir.

### **BULGULAR**

Deneklerin başlangıçtaki SYB puanlarının kişisel bilgi formunda elde edilen bazı özelliklerine göre karşılaştırılması sonucu farklılık görülenler 1-3 nolu tablolarda gösterilmiştir.

Çalışma öncesi ve sonrası SYB puanlarının cinsiyete ve branşa göre karşılaştırılması ile elde edilen sonuçlar ise 4-8 nolu tablolarda yer almaktadır.

**Tablo 1: Deneklerin Etkinliklere Katılma Sıklığına Göre SYB Puanlarının Karşılaştırılması.**

Etkinliğe Katılma Sıklığı	GRUPLAR					p	İkili Karşılaştırma	p
	1) Gitmem (n=6)	2) Ayda 1 (n=19)	3) Ayda 2-3 (n=18)	4) Haftada 1 (n=11)	5) Daha sık (n=5)			
	101.1±32.9	120.7±17	100.6±18	107±24.2	135.4±18	<b>0.009</b>	2-3 3-5	<b>0.002</b> <b>0.004</b>

Deneklerin SYB puanları ile etkinliklere katılma sıklıkları incelendiğinde; etkinliğe katılma sıklığı ayda 2-3 olan ile ayda 1 katılma arasında, etkinliğe daha sık katılım ile ayda 2-3 kez katılma arasında istatistiksel olarak anlamlı şekilde fark bulunmuştur ( $P<0.01$ ).

**Tablo 2: Deneklerin Arkadaşlarında Kalma Sıklığına Göre SYB Puanlarının Karşılaştırılması.**

Arkadaşlarda Kalma Sıklığı	GRUPLAR					p	İkili Karşılaştırma	p
	1) Kalmam (n=115)	2) Ayda 1 (n=26)	3) Ayda 2-3 (n=10)	4) Haftada 1 (n=7)	5) Daha sık (n=4)			
	63.3±7.4	67.6±5.7	70.8±9.6	66.5±9.9	73.7±6.3	<b>0.001</b>	1-2 1-3 1-5	<b>0.009</b> <b>0.006</b> <b>0.015</b>

Deneklerin SYB puanları ile arkadaşlarında kalma sıklıkları incelendiğinde; arkadaşlarında ayda 1 kalma ile kalmama arasında, arkadaşlarında ayda 2-3 kez kalma ile kalmama arasında ( $P<0.01$ ) ve arkadaşlarında daha sık kalma ile kalmam diyenler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde fark bulunmuştur ( $P<0.05$ ).

**Tablo 3: Deneklerin Oturdukları Evin Özelliğine Göre SYB Puanlarının Karşılaştırılması.**

Oturulan Yer	GRUPLAR				p	İkili Karşılaştırma	p
	1) Kira (n= 48)	2) Kendimizin (n= 100)	3) Lojman (n= 7)	4) Birlikte (n= 6)			
	101.1±32.9	120.7±17	100.6±18	107±24.2	<b>0.009</b>	1-2 1-3	<b>0.025</b> <b>0.009</b>

Deneklerin SYB puanları ile oturdukları evin özelliği incelendiğinde; evi kendisine ait olan ile evin kira olması arasında ( $P<0.05$ ), oturulan yerin lojman olması ile kira olması arasında istatistiksel olarak anlamlı şekilde fark bulunmuştur ( $P<0.01$ ).

**Tablo 4: Deneklerin Cinsiyete Göre Çalışma Öncesi ve Çalışma Sonrası SYB Puanlarının Karşılaştırılması.**

DÖNEM	Bayan (n=79) $\bar{X} \pm SS$	Erkek (n=83) $\bar{X} \pm SS$	p
Çalışma Öncesi SYB	66.2 ± 7.11	63.6 ± 8.32	0.059
Çalışma Sonrası SYB	4.5 ± 11	6.9 ± 13.4	0.099

SYB: sosyal yetkinlik beklentisi. Çalışma sonrası değerler; çalışma öncesi değerler temel alınarak yüzde değişimlerine göre yapılmıştır

Tablo 4' de her iki grubun çalışma sonrası SYB puanlarının çalışma öncesi SYB puanlarına göre yapılan karşılaştırmasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

**Tablo 5: Deneklerin Çalışma Öncesi ve Çalışma Sonrası SYB Puanlarının Karşılaştırılması.**

DENEKLER	Çalışma Öncesi SYB $\bar{X} \pm SS$	Çalışma Sonrası SYB $\bar{X} \pm SS$	p
Bayan (n=79)	66.2 ± 7.11	68.6 ± 4.69	0.010
Erkek (n=83)	63.6 ± 8.32	67.1 ± 6.16	0.001

SYB: sosyal yetkinlik beklentisi

Tablo 5' de çalışma sonrası SYB düzeyinin, çalışma öncesi SYB düzeylerine göre yapılan karşılaştırılmasında hem bayan deneklerin hem de erkek deneklerin SYB düzeyleri istatistiksel olarak anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur (sırasıyla  $p < 0.05$ ,  $p < 0.01$ ).

**Tablo 6: Çalışma Öncesi ve Çalışma Sonrası SYB Puanlarının Branşlara Göre Karşılaştırılması.**

BRANŞLAR	n	Çalışma Öncesi SYB $\bar{X} \pm SS$	Çalışma Sonrası SYB $\bar{X} \pm SS$	p
Voleybol	39	64.8 ± 6.82	67.2 ± 5.40	0.060
Yüzme	68	65.8 ± 8.33	69.0 ± 5.06	<b>0.002</b>
Hentbol	34	63 ± 8.17	67.2 ± 5.75	<b>0.004</b>
Basketbol	21	64.8 ± 7.43	66.2 ± 6.41	0.520

SYB: Sosyal Yetkinlik Beklentisi.

Tablo 6'da voleybol, yüzme, hentbol ve basketbol branşlarındaki deneklerin çalışma sonrası SYB düzeyi ile çalışma öncesi SYB düzeyi karşılaştırıldığında; yüzme ve hentbol branşlarında çalışma sonrası SYB düzeyi istatistiksel olarak anlamlı şekilde daha yüksek bulunmuştur ( $p < 0.01$ ).

**Tablo 7: Bayan ve Erkeklerin Branşlara Göre Çalışma Öncesi (Ç.Ö) ve Çalışma Sonrası (Ç.S) SYB Puanlarının Karşılaştırılması.**

	BAYANLAR				ERKEKLER				
	Voleybol (n=19) X ± SS	Yüzme (n=44) X ± SS	Hentbol (n=15) X ± SS	p	Voleybol (n=20) X ± SS	Yüzme (n=24) X ± SS	Hentbol (n=19) X ± SS	Basketbol (n=20) X ± SS	p
Ç.Ö SYB	63.9±6.63	67.4±7.1	66.4±6.78	0.112	65.8±7	63±9.60	60.2±8.2	65.3±7.2	0.108
Ç.S SYB	5.2 ±10	4.2 ±12	3.7±13.14	0.658	3±11.5	9.5±13.1	11.4±11.6	2.9±16	0.084

SYB: Sosyal Yetkinlik Beklentisi. Çalışma sonrası değerler çalışma öncesi değerler temel alınarak yüzde değişimlerine göre yapılmıştır

Tablo 7'de erkeklerde ve bayanlarda branşlara göre çalışma öncesi ve çalışma sonrası SYB puanları karşılaştırıldığında istatistiksel düzeyde anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

**Tablo 8: Bayan ve Erkek Deneklerin Kendi İçinde Branşlara Göre Çalışma Öncesi ve Çalışma Sonrası SYB Puanlarının Karşılaştırılması.**

BRANŞLAR	BAYANLAR			ERKEKLER		
	Çalışma Öncesi SYB X ± SS	Çalışma Sonrası SYB X ± SS	p	Çalışma Öncesi SYB X ± SS	Çalışma Sonrası SYB X ± SS	p
Voleybol	63.9 ± 6.63	66.7 ± 4.37	0.055	65.8 ± 7.04	67.65±6.31	0.359
Yüzme	67.4 ± 7.19	69.6 ± 4.60	0.097	63 ± 9.6	68.04±5.76	<b>0.006</b>
Hentbol	66.4 ± 6.78	68.2 ± 4.86	0.409	60.2 ± 8.29	66.47±6.38	<b>0.004</b>
Basketbol	-	-		65.3 ± 7.27	66.35±6.55	0.640

SYB: Sosyal Yetkinlik Beklentisi. Çalışma sonrası değerler; çalışma öncesi değerler temel alınarak yüzde değişimlerine göre yapılmıştır

Tablo 8'de erkek deneklerde yüzme ve hentbol branşlarında çalışma sonrası SYB puanı çalışma öncesi SYB puanına göre istatistiksel düzeyde anlamlı şekilde daha yüksek bulunurken ( $p<0.01$ ), bayanlarda hiçbir branşta çalışma öncesi SYB puanı ile çalışma sonrası SYB puanı arasında istatistiksel düzeyde anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır.

### TARTIŞMA VE SONUÇ

Spence ve arkadaşları egzersizde sosyal yetkinlik beklentisi ve anlık duyguların ön test sonuçlarına etkisini belirlemek amacıyla yaptıkları çalışmada egzersiz yaptırılan grubun sosyal yetkinlik beklentisi son test puanları ile ön test puanları arasında artış göstererek, fiziksel aktivitenin sosyal yetkinlik beklentisi üzerinde olumlu etkisi olduğunu belirlemişlerdir<sup>(29)</sup>. Yaptığımız bu çalışmada da 9-13 yaş grubu bireylerde 4 hafta sonra yaz spor okulu öncesindeki SYB puanları ile çalışma sonrasındaki SYB puanları arasında hem bayanlarda hem de erkeklerde

istatistiksel düzeyde anlamlı şekilde farklılık bulunmuştur ( $p < 0.05$ ,  $p < 0.01$ ). Ön test sonuçları ve son test sonuçları cinsiyete göre karşılaştırıldığında ise bayanlarla erkekler arasında ne ön test puanlarında ne de son test puanlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır.

Bayanlarda voleybol, yüzme, hentbol ile erkeklerde voleybol, yüzme, hentbol ve basketbol branşlarında olmak üzere gerçekleştirilen çalışmada deneklerin SYB puanları branşlara göre genel olarak karşılaştırıldığında yüzme ve hentbol çalışmalarına katılan bireylerin çalışma sonrası SYB puanları, çalışma öncesi SYB puanlarına göre istatistiksel düzeyde anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur ( $p < 0.01$ ). Bayanların ve erkeklerin SYB puanları kendi içinde branşlara göre karşılaştırıldığında bayanlarda çalışma öncesi ve çalışma sonrası SYB puanları arasında hiçbir farklılığa rastlanmaz iken erkeklerde yüzme ve hentbol branşlarında son test puanlarının ön test puanlarına göre istatistiksel düzeyde anlamlı şekilde yüksek olduğu görülmüştür ( $p < 0.01$ ).

Zulkadiroğlu 11-13 yaş grubu bireylerde üç ay süreli temel jimnastik çalışmalarının SYB üzerine etkisini incelediği araştırmasında son test SYB puanları aritmetik ortalamaları ile ilk test SYB puanları aritmetik ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık tespit etmiştir ( $p < 0.05$ ). Deney grubu ve kontrol grubu arasındaki son test SYB puanlarının karşılaştırılmasında da deney grubu lehine istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğunu göstermiştir. Aynı çalışmada bayan ve erkek öğrencilerin SYB puanları aritmetik ortalamaları arasında ise bizim çalışmamızda olduğu gibi istatistiksel düzeyde anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır<sup>(33)</sup>.

Kim ve arkadaşları çalışmalarında bayan katılımcıların program sonunda hedeflenen yetkinlik derecesine ulaşma başarısını gösterdiklerini ve egzersizle sosyal yetkinlik arsasında önemli ölçüde bir ilişki olduğunu belirlemişlerdir. Yine Story ve arkadaşları yaptıkları çalışmada fiziksel aktivite, vücut yapısına göre davranışlar ve cinsiyet ilişkisini incelemişlerdir. Sonuçta sosyal yetkinlik beklentisi ile cinsiyetler arası farklılığın olmadığını belirtmişlerdir<sup>(30)</sup>. Deneklerin kişisel bilgi formlarından elde edilen bazı özellikleri ile SYB puanları karşılaştırıldığında, yaşamın büyük bir bölümünü geçirdiği yerleşim yeri, ailedeki birey sayısı, anne ve babanın sağ olup olmaması, anne ve babanın öğrenim durumu, evinde kendisine ait odasının bulunup bulunmaması ve ailenin gelir düzeyine göre SYB puanları arasında istatistiksel düzeyde anlamlı bir fark bulunmamıştır. Zulkadiroğlunun yaptığı çalışmada da SYB ölçeği puanları aritmetik ortalamaları ile sosyo ekonomik düzeyler arasında anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır<sup>(33)</sup>.

Deneklerin arkadaşlarıyla sinemaya, tiyatroya gitme v.b çeşitli etkinliklere katılma sıklığına göre SYB puanları karşılaştırıldığında da, bütün etkinliklere ayda bir katılanlar ile 2-3 defa katılanlar arasında ve ayda 2-3 defa katılanlar ile daha sık katılanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık bulunmuştur ( $p < 0.01$ ). Arkadaşlarından birinin evinde toplanıp beraber olma sıklığı açısından karşılaştırıldığında ise arkadaşlarıyla böyle bir birliktelik yaşamayanlar ile ayda 1 birlikte olanlar ve ayda 2-3 birlikte olanların SYB puanları arasında  $p < 0.05$  düzeyde, yine evde arkadaşlarıyla birlikte toplanarak, birlikte olmayanlarla ile sık birlikte olanların SYB puanları arasında  $p < 0.01$  düzeyde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. İçinde bulunulan sosyal ortama uygun davranma yeteneği olarak tanımlanan sosyal beceriler, kişiler



arası doyum verici ilişkinin kurulmasında ve sosyal amaçların gerçekleşmesinde çok önemli rol oynar<sup>(31)</sup>.

Deneklerin oturdukları evin özelliğine göre SYB puanları karşılaştırıldığında kendilerine ait bir evde oturanların kirada oturanlar göre SYB puanları  $p < 0.05$  düzeyde, kirada oturanların SYB puanları ise lojmanda oturanlara göre  $p < 0.01$  düzeyde istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yüksek bulunmuştur. Sosyal yetkinlik beklentisi şimdiki ve gelecekte karşılaşılabileceği güç durumların üstesinde gelmede ne derce başarılı olabileceğine ilişkin kendi hakkındaki yapısı, inancıdır<sup>(9, 32, 33)</sup>. O nedenle bireyin sahip olduğunu düşündüğü avantajlar ve güvenceler SYB düzeyini etkileyebilir.

Performans başarıları veya gerçek başarı deneyimleri, SYB üzerinde belirleyici ve bağlayıcı bir etkiye sahiptir. Örneğin voleybol dersinde top-spin servisi öğreniyorsanız, pratik yaparak servisi düzgün ve iyi atabilmeniz, antrenörün size sözel olarak ifade etmeye çalıştığından çok daha etkili olacaktır. Bireyin performansta başarılı olabilmesi için sporda bir çok taktik kullanılmaktadır. Küçük yaşta spora başlayanlara, basketbol topunu küçülterek, potayı alçaltarak, cimnastikte karmaşık hareketlere basamaklama yapılarak performans başarıları oluşturulabilir<sup>(33)</sup>.

Çocuğun gelişimindeki olumlu katkıları nedeniyle başlangıçta oyun, daha sonra ise sportif etkinlikler sosyal, duygusal, bilişsel ve motor özellikler önemlidir. Kişisel gelişimde önemli bir yeri olan güven duygusunu kazandıran spor çalışmaları, aynı zamanda ruhsal gereksinimler olarak kabul edilen bir gruba ait olma, katıldığı etkinliklerde kendini değerli birey olarak görme, kuvvetli ve zayıf yönleri ile kendini kabul etme olanağı sağlamaktadır. Yeterlilik duygusu kendine güven duygusu ile yakından ilişkilidir ve kişisel amaçlara ulaşıldığında yada ilerleme gösterildiği fark edildiğinde artar. Çeşitli kurumlar tarafından yaz dönemlerinde düzenlenen spor çalışmaları bu tür bir ortam sunduğu için öğretmenler ve ailelerin katılımı desteklemeleri önerilmektedir.

#### **KAYNAKLAR**

1. ALPMAN, C. (2001). Eğitimin Bütünlüğü İçinde Beden Eğitimi ve Çağlar Boyunca Gelişimi, Can Reklamevi Basın Yayın Ofset Matbaacılık, Ankara.
2. AKKÖK, F. (1999). İlköğretimde Sosyal Becerilerin Geliştirilmesi Öğretmen El Kitabı. 2. baskı, İstanbul: Özgür Yayınları, 19-21.
3. BANDURA, A., ADAMS, NE., HARDY, GN. (1980). Test of the Generaty of Self-efficacy Theory. Cognitive Therapy And Research. 4:39-66.
4. BANDURA, A. (1989). Regulation Of Cognitive Process Throgh Perceived Self-Efficacy. Developmental Psychology, p.25 (5): 729-735.
5. BARON, RA. (1990). Environmentally Induced Pozitive Affect-its Impact on Self- Efficacy, Task Performance, Negotiation and Conflict. J.Applied Social Psychology,; 20 (5); 368-384.
6. BAUMANN, S., (1994). Uygulamalı Spor Psikolojisi, Çev.: H. C. İkizler, A. O. Özcan, Alfa Basım Yayım Dağıtım, Aralık -İSTANBUL.
7. BİLGİN, M. ( 1997). Grup Rehberliğinin Sosyal Yetkinlik Beklentisi Üzerindeki Etkisine Yönelik Deneysel Bir Çalışma. Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi; 5: 47.

8. CAVEL, T. (1990). Social Adjustment, Social Performance and Social Skills, A Tri Component Model of Social Competence J. Clinical Child Psychology, 19 (29): 111-112.
9. CONOLLY, J.(1989). Social Self-Efficacy In Adolescence: Relation With Self-Concept, Social Adjustment And Mental Health. J. Behavioral Science Review. 21 (3): p.258-269.
10. ÇAMLIYER, H., ÇAMLIYER, H. (1997).Eğitim Bütünlüğü İçinde Çocuk Hareket Eğitimi ve Oyun, Can Ofset,İzmir.
11. ÇÖNDÜ, A. (1999). Beden Eğitimi ve Sporda Özel Öğretim Yöntemleri, Nobel Yayın Dağıtım, Star Ofset, Ankara.
12. ERKAL, ME.(1986). Sosyolojik Açıdan Spor, Filiz Kitabevi, Formül Matbaası, İstanbul.
13. GILL D. Psychological Dynamics Of Sports. Champaign , Illinois: Human Kinetics Publishers, 154-157.
14. GRINESKİ, S. (2002). Beden Eğitiminde İşbirliğiyle Öğrenme, Çeviren; Yeniçeri. S; s.24, Volkan Matbaası, İstanbul.
15. HARDLY, L., JONES, G., GOULD, D. (1997) Understanding Psychological Preparation For Sport: Theory and Practice Of Elite Performers, Chichester. West Sussex: John Willey&Sons, p.46-61..
16. HAZAR, M. (1996). Beden Eğitimi ve Sporda Oyunla Eğitim, 2. Baskı, Tutibay Ltd. Şti, -Ankara.
17. İKİZLER, H. C (2000). Sporda Sosyal Bilimler, s.29, Alfa Basım Yayım Dağıtım, Alfa Aktüel Kitabevi Bursa, Melisa Matbaacılık, İstanbul.
18. KARASÜLEYMANOĞLU, A.(1995). Yeni Boyutlarıyla Spor, Ozan Dağıtım, 4. Baskı, Aşama Ofset, Ankara.
19. KILCIGİL, E. (1998). Sosyal Çevre-Spor İlişkileri, Bağırhan Yayımevi, Spor Kitabevi-Ankara.
20. ÖZBAYDAR, S.(1983). İnsan Davranışlarının Sınırları ve Spor Psikolojisi, Altın Kitaplar Yayımevi, Serbest Matbaası.
21. ÖZER, DS., ÖZER, K. (1998). Çocuklarda Motor Gelişim, Antalya.
22. ÖZMEN Ö; Çağdaş Sporda Eğitim Üçgeni, s.26, Bağırhan Yayımevi, Spor Kitabevi, 2. Baskı, 1999, Ankara.
23. ÖFKE VE ÖFKE KONTROLÜ; ATILGANLIK, www.psikoloji.gen.tr.
24. ÖZTÜRK, F., KUTER, M. (1999). Antrenör ve Sporcu El Kitabı, Bağırhan Yayımevi, 2. baskı, Spor Kitabevi, Ankara.
25. ÖZTÜRK, F. (1989). Toplumsal Boyutlarıyla Spor, Bağırhan Yayımevi, Spor Kitabevi, 1998 Ankara.
26. PHERSON, BD., CURTİS, JE., LOY JW.(1989). The Social Significance Of Sport, Human Kinetics Publishers, Champaign: IL, p.204.
27. SELÇUK Z. (2001). Gelişim ve Öğrenme. 8. Baskı, Nobel Yayın Dağıtım, Ankara.
28. SENEMOĞLU N.; Gelişim Öğrenme ve Öğretim Kuramdan Uygulamaya, Özen Matbaası,1998, Ankara.
29. SPENCE, JC., BLANCHARD, C. (2001). Effects Of Pretseting on Feeling States And Self-Efficacy in Acute Exercise, Research Quarterly For Exercise and Sport.; 72(3):310-314.
30. STOR, M., STEVENS, J., EVANS, M.C., JUHAER, CE., GİTTELSON, J., GOİNG, SB., CLAY, TE., MURRAY, DM. (2001). Weight Loss Attempts And Attitudes Toward Body Size, Eating And Physical Activity In American Indian Children: relationship To Weight Status and Gender. Obesity Research ; 9:356-363.
31. UZAMAZ, F. (2000). Sosyal Beceri Eğitiminin Ergenlerin Kişiler Arası İlişki Düzeylerine Etkisi. Yüksek Lisans tezi, Çukurova Üniversitesi, Adana.
32. YAYLACI, FLİZ (2001). II. Ulusal Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Sempozyumu, Ak Mat Matbaacılık, 21-23 Aralık Bursa.
33. ZÜLKADİROĞLU, Z. (2002). 11-13 Yaş Grubu Bireylerde Temel Jimnastik Çalışmalarının, Sosyal Yetkinlik Beklentisi Üzerine Etkisi, Çukurova Üniversitesi Doktora Tezi, Adana.