

Beden Eğitimi ve Spor Öğretmeni Adaylarının Egzersize Dayalı Psikososyal Gelişim Düzeylerinin İncelenmesi

Examination of Exercise-Based Psychosocial Development Levels of Physical Education and Sports Teacher Candidates

Mehmet Bilgi MEDENİ¹

Zekeriya GÖKTAŞ²

Atıf:

Medeni, B.M., Göktaş, Z. (2024). Beden Eğitimi ve Spor Öğretmeni Adaylarının Egzersize Dayalı Psikososyal Gelişim Düzeylerinin İncelenmesi, *Disiplinlerarası Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 8(17), 113-120, DOI: 10.57135/jier. 1463008

Öz

Bu çalışmanın amacı başarılı bir meslek hayatı geçirmelerinde büyük öneme sahip olan rol model olma özelliğinden yola çıkılarak beden eğitimi ve spor öğretmeni adaylarının psikososyal gelişiminin egzersize dayalı etkilerini tespit etmek ve onların kendi gelişimlerinin ne durumda olduğunu belirlemektir. Araştırmada Bengoechea (2017) tarafından geliştirilen Gençlik ve spor etkinlik ölçeğinin (GSEÖ) Türkçeye uyarlanması Medeni ve Göktaş (2023) tarafından gerçekleştirilmiştir. Bireylerin psikososyal gelişimlerinin tespit edilmesi çalışması sonucunda ölçek 12 madde ve güdülenme, kullanışlılık, öğrenme olmak üzere üç alt boyuttan oluşmaktadır. Araştırmanın evrenini bir devlet üniversitenin spor bilimleri fakültesi'nde öğrenim gören beden eğitimi ve spor öğretmenliği adayları oluşturmuştur. Çalışmayı 115 Kadın, 165 Erkek olmak üzere 280 kişi oluşturmaktadır. Araştırmaya katılan bireylerin "gençlik ve spor etkinlik ölçeği psikososyal gelişimleri yaş değişkeni" "Kruskal Wallis" testi sonuçlarına göre incelendiğinde; güdülenme ve kullanışlılık, sınıf değişkeni kullanışlılık ve öğrenme, haftalık spor saati değişkeni güdülenme, kullanışlılık ve öğrenme, yerleşim yeri değişkeni güdülenme, kullanışlılık ve öğrenme alt boyutlarında anlamlı fark tespit edilmiştir ($p < 0.05$).

Anahtar Kelimeler: Beden Eğitimi, Gelişim, Psikososyal

Abstract

The purpose of this study was to determine the psychosocial development effects of exercise-based activities on physical education and sports teacher candidates, starting from the significant role modeling feature crucial for their successful professional careers, and to assess their current developmental status. The adaptation of the Youth and Sports Activity Scale (YASAS), developed by Bengoechea (2017), into Turkish was conducted by Medeni & Göktaş (2023). The scale, consisting of 12 items and three subscales - motivation, utility, and learning - was employed to ascertain individuals' psychosocial development. The study population comprised physical education and sports teacher candidates enrolled in the Faculty of Sports Sciences at a prominent university. A total of 280 participants, including 115 females and 165 males, constituted the sample for the study. The psychosocial development of the participants, as measured by the "Youth and Sports Activity Scale," was analyzed using the Kruskal-Wallis test with respect to various demographic variables. The results indicated significant differences ($p < 0.05$) in motivation and utility based on the class variable, utility and learning based on the class variable, motivation, utility, and learning based on weekly sports hours, and motivation, utility, and learning based on the place of residence variable.

Keywords: Physical Education, development, psychosocial

¹Mehmet Bilgi MEDENİ, Balıkesir Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor ABD, Balıkesir-Türkiye, medenimehmetbilgi@gmail.com, orcid.org/0000-0002-9926-4772

²Prof. Dr. Zekeriya GÖKTAŞ, Balıkesir Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Balıkesir-Türkiye, zgoktas@balikesir.edu.tr, orcid.org/0000-0001-9587-4218

GİRİŞ

Beden eğitimi ve spor, gençlerin sağlıklı bir yaşam tarzı benimsemelerine, fiziksel ve zihinsel sağlıklarını geliştirmelerine, sosyal becerilerini artırmalarına ve toplumsal katılımlarını teşvik etmelerine yardımcı olan önemli bir eğitim alanıdır. Bu bağlamda, beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin yetiştirilmesi süreci büyük bir öneme sahiptir. Beden eğitimi ve spor öğretmenleri gençlerin spor kültürünü geliştirmelerine ve rekabetçi olmayan etkinlikler aracılığıyla sosyal becerilerini güçlendirmelerine katkıda bulunurlar. Öğretmenler aynı zamanda, gençlerin spor ve rekabet ortamlarında liderlik, işbirliği ve problem çözme gibi önemli becerileri kazanmalarına da yardımcı olmaktadır. Beden eğitimi ve spor öğretmen adaylarının eğitimi, onların hem bireysel hem de mesleki gelişimlerini desteklemek için kritik öneme sahiptir. Bu öğretmenlerin hem fiziksel olarak hem de psikolojik olarak sağlıklı olmaları, gelecekteki öğrencilerine daha etkili bir şekilde rehberlik edebilmeleri açısından önemlidir (Medeni, 2018).

Deci ve Ryan (2000) tarafından öne sürülen özerklik kuramı, bireylerin içsel motivasyonlarının ve psikolojik ihtiyaçlarının tatmin edilmesinin, psikolojik sağlık ve iyi olma üzerinde olumlu etkilere sahip olduğunu öne sürmektedir. Bu bağlamda, egzersiz gibi fiziksel aktivitelerin, bireylerin özerklik, yeterlik ve ilişkili olma ihtiyaçlarının tatmin edilmesine katkıda bulunabileceği düşünülmektedir (Teixeira et al., 2012). Benzer şekilde, Vallerand ve ark. (1997), özerklik, yeterlik ve ilişkili olma ihtiyaçlarının tatmin edilmesinin, spor aktivitelerine katılımın artırılmasıyla ilişkilendirmiştir.

Spor etkinliklerinin, çağdaş toplumlarda kolektif bir faaliyet olarak kabul edilmesi gerektiği düşünüldüğünde, sporun katılımcıları arasında farklı sosyal gruplar arasında etkileşim ve ilişkilerin artması beklenir. Bu süreç, bireyin hem etkilendiği hem de diğer bireyleri etkilediği bir ortam sağlar. Spor, yeni sosyal bağlantıların kurulmasına ve sosyal iletişimin güçlenmesine katkı sağlar. Oyunlar ve spor, toplumun farklı yönlerinin bir yansımasıdır ve bu nedenle sosyalleşme süreçleri sıklıkla oyun ve spor ortamlarında gerçekleşir. Sosyal etkileşim alanları arasında rol oynama, statü, tabakalaşma, liderlik, disipline uyum, rekabet ve işbirliği gibi unsurlar, bireyler için oyun ve spor aktivitelerinin etkili bir eğitim aracı olarak hizmet etmesine olanak tanır (Akıncı, 2007).

Gençlik sporunda uzun vadeli motivasyonun sürdürülmesi, yenilikçi ve çeşitli alıştırma etkinliklerinin sunulmasıyla doğrudan ilişkilendirilmiştir. Beden eğitimi ve spor öğretmenleri, çeşitli etkinlikler aracılığıyla katılımcıları heyecanlandırarak dikkatlerini canlı tutar ve mücadele dolu bir atmosfer oluşturur. Bu çabalar, öğrencilerin beceri gelişimini desteklemek için tasarlanan etkinliklerle güçlendirilir ve bu becerilerin gerçek dünya uygulamalarında kullanılabilmesini sağlar. Dolayısıyla, spor aracılığıyla psikomotor ve psikososyal gelişimi desteklemek için önemli bir strateji olarak kabul edilir. Ancak, aşırı tekrarlar ve etkinliklerin özgünlükten yoksun olması, katılımcılarda motivasyon kaybına ve bıkkınlığa yol açabilir. Bu bağlamda, iyi eğitim almış beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin rolü, bireylerin bu tür olumsuz etkilerden korunmasında belirleyici olabilir (Bengoechea, 2017).

Bu çalışmanın önemi, beden eğitimi ve spor öğretmeni adaylarının psikososyal gelişimini anlamak ve desteklemek için uzun vadeli motivasyonlarının sürdürülmesinde kritik bir rol oynayabilir. Gençlik sporundaki uzun vadeli motivasyonun korunması, yenilikçi ve çeşitli egzersiz etkinliklerinin sunulmasıyla doğrudan ilişkilendirilmiştir. Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin, çeşitli etkinlikler aracılığıyla katılımcıları heyecanlandırarak dikkatlerini canlı tutmaları ve mücadele dolu bir atmosfer oluşturmaları beklenmektedir. Bu çabalar, öğrencilerin beceri gelişimini desteklemek için tasarlanan etkinliklerle pekiştirilir ve bu becerilerin gerçek dünya uygulamalarında kullanılabilmesini sağlar. Bu nedenle, spor aracılığıyla psikomotor ve psikososyal gelişimi desteklemek, gençlik dönemindeki bireyler için önemli bir strateji olarak kabul edilir. Ancak, aşırı tekrarlar ve etkinliklerin özgünlükten yoksun olması, katılımcılarda motivasyon kaybına ve bıkkınlığa yol açabilir. Bu bağlamda, iyi

eğitim almış beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin rolü, öğrencilerin bu tür olumsuz etkilerden korunmasında kritik bir öneme sahiptir. Bu çalışma, öğretmen adaylarının psikososyal gelişimini değerlendirerek, onların yeteneklerini ve potansiyellerini en üst düzeye çıkarmak için eğitim programlarının ve öğretim stratejilerinin nasıl geliştirilebileceğini anlamamıza yardımcı olabilir. Ayrıca, bu çalışma, beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin gençlik sporundaki uzun vadeli motivasyonun sürdürülmesindeki önemli rolünü vurgulayarak, gelecekteki eğitim ve öğretim uygulamalarını yönlendirebilir.

Araştırmanın Amacı

Başarılı bir meslek hayatı geçirmelerinde büyük öneme sahip olan rol model olma özelliğinden yola çıkılarak beden eğitimi ve spor öğretmeni adaylarının psikososyal gelişiminin egzersize dayalı etkilerini tespit etmek ve onların kendi gelişimlerinin ne durumda olduğunu belirlemek amacıyla çalışma planlanmıştır.

YÖNTEM

Araştırmanın Modeli

Çalışma, tarama araştırmaları modeline dayanan bir nicel araştırma yöntemiyle tasarlanmıştır. Tarama araştırmalarında, geçmişte mevcut olan veya halen var olan durumların, olayların, olduğu gibi betimlenmesi amaçlanır ve katılımcıların araştırma konusuyla ilgili bilgi, algı, tutum ve yetenekleri belirlenmeye çalışılır, herhangi bir müdahalede bulunulmaz. (Karasar, 2018).

Örneklem

Araştırmanın evrenini Balıkesir Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim gören beden eğitimi ve spor öğretmenliği adayları oluşturmaktadır.

Bu çalışmanın Örneklem büyüklüğü belirlenirken, Epiinfo yazılımı kullanılarak 400 kişilik bir evrende, %50 prevalans, %95 güven düzeyi, 1.5 desen etkisi ve %5 sapma dikkate alınarak, 295 kişinin hesaplandığı tespit edilmiş, 15 anket çıkarılarak 280 kişinin anketi kullanılmıştır.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada sporculara ait, yaş, cinsiyet, sınıf, haftalık spor saati, yaşanılan yer, anne ve baba eğitim durumu ve aile gelir durumu gibi kişisel bilgilere ait değişkenlerin ortaya konmasına yönelik araştırmacı tarafından geliştirilen "Demografik Bilgi Formu" uygulanmıştır.

"Gençlik ve spor etkinlik ölçeği (GSEÖ), Bengoechea (2017) tarafından güdülenme (5 madde), değer/kullanışlılık (4 madde), otantiklik (3 madde), tekrar/bıkkınlık (4 madde), verimsizlik (4 madde) olmak üzere 5 alt boyut ve toplam 20 madde olarak geliştirilmiştir. Ölçek beşli likert tipinde oluşturulmuştur."

Araştırmada Bengoechea (2017) tarafından geliştirilen Gençlik ve spor etkinlik ölçeğinin (GSEÖ) Türkçeye uyarlanması Medeni ve Göktaş (2023) tarafından gerçekleştirilmiştir. Bireylerin psikososyal gelişimlerinin tespit edilmesi çalışması sonucunda ölçek 12 madde ve güdülenme, kullanışlılık, öğrenme olmak üzere üç alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı (Cronbach's Alpha $\alpha = 0,84$) bulunmuştur (Medeni ve Göktaş, 2023).

Verilerin Analizi

"SPSS 25.0 yazılımı, çalışmada kullanılan ölçek formlarının analizinde tercih edilmiştir. Elde edilen çevrimiçi veriler, öncelikle Excel formatında kaydedilmiş ve ardından SPSS programına aktarılarak, kayıp veya uç verilerden arındırılmıştır. Sonrasında, ham veriler üzerinde gerekli analizler gerçekleştirilmiştir. Verilerin normal dağılım gösterip göstermediğini belirlemek için 'Kolmogorov-Smirnov' testi yapılmıştır. Bu test sonucunda, $p < 0.05$ anlam düzeyi değerine ulaşılarak, verilerin normal dağılım göstermediği tespit edilmiştir. Bu nedenle, yüzde ve

BULGULAR**Tablo 1. Gençlik ve Spor Etkinlik Ölçeği “Yaş” Değişkeni “Kruskal Wallis” Analizi Sonuçları**

Araştırmaya katılan bireylerin “gençlik ve spor etkinlik ölçeği psikososyal gelişimleri yaş değişkeni” “Kruskal Wallis” testi sonuçlarına göre incelendiğinde; güdülenme ve kullanışlılık alt boyutlarında anlamlı fark tespit edilmiştir ($p=,000<0,05$). Bu fark Güdülenme ve Kullanışlılık alt boyutunda 18-21 yaş aralığından kaynaklanmaktadır. Öğrenme alt boyutunda ise anlamlı fark tespit edilmemiştir. “Kruskal Wallis” analizi sonuçları Tablo 1’de verilmiştir.

Tablo 1.* $p<0,05$ **Tablo 2. Gençlik ve Spor Etkinlik Ölçeği “Sınıf” Değişkeni “Kruskal Wallis” Analizi Sonuçları**

Araştırmaya katılan bireylerin “gençlik ve spor etkinlik ölçeği psikososyal gelişimleri sınıf değişkeni” “Kruskal Wallis” testi sonuçlarına göre incelendiğinde; kullanışlılık ve öğrenme alt boyutlarında anlamlı fark tespit edilmiştir ($p=,000<0,05$). Bu fark Kullanışlılık alt boyutunda 1. Sınıflardan, Öğrenme alt boyutunda 3. Sınıflardan kaynaklanmaktadır. Güdülenme alt boyutunda ise anlamlı fark tespit edilmemiştir. “Kruskal Wallis” analizi sonuçları Tablo 2’de verilmiştir.

ALT BOYUT	YAŞ	N	SIRA ORT.	SD	X ²	P
GÜDÜLENME	18-21	103	162,36			
	22-24	93	111,60			
	25-27	71	148,16			
	28 ve Üstü	13	132,19	3	21.720	.000**
KULLANIŞLILIK	18-21	139	169,63			
	22-24	120	102,01			
	25-27	141	143,99			
	28 ve Üstü	90	166,04	3	38.065	.000**
ÖĞRENME	18-21	139	441,56			
	22-24	120	428,77			
	25-27	141	351,70			
	28 ve Üstü	90	323,78	3	2.807	.422

Tablo 2.

*p<0.05

ALT BOYUT	SINIF	N	SIRA ORT.	SD	X ²	P
GÜDÜLENME	1. Sınıf	29	164,50			
	2.Sınıf	60	155,97			
	3. Sınıf	69	132,50			
	4. Sınıf	122	131,71	3	7.387	.061
KULLANIŞLILIK	1. Sınıf	29	174,16			
	2.Sınıf	60	150,57			
	3. Sınıf	69	162,01			
	4. Sınıf	122	115,39	3	23.987	.000**
ÖĞRENME	1. Sınıf	29	106,29			
	2.Sınıf	60	130,63			
	3. Sınıf	69	154,88			
	4. Sınıf	122	145,35	3	9.595	.022**

Tablo 3. Gençlik ve Spor Etkinlik Ölçeği “Haftalık Spor Saati” Değişkeni “Kruskal Wallis” Analizi Sonuçları

Araştırmaya katılan bireylerin “gençlik ve spor etkinlik ölçeği psikososyal gelişimleri haftalık spor saati değişkeni” “Kruskal Wallis” testi sonuçlarına göre incelendiğinde; kullanışlılık, güdülenme ve öğrenme alt boyutlarında anlamlı fark tespit edilmiştir (p=,000<0,05). Bu fark Güdülenme ve Kullanışlılık alt boyutlarında 10 saat ve üzeri spor yapan bireylerden, Öğrenme alt boyutunda 4-6 saat spor yapan bireylerden kaynaklanmaktadır. “Kruskal Wallis” analizi sonuçları Tablo 3’te verilmiştir.

Tablo 3.

*p<0.05

ALT BOYUT	HAFTALIK SPOR	N	SIRA ORT.	SD	X ²	P
GÜDÜLENME	1-3 Saat	96	121,17			
	4-6 Saat	56	97,64			
	7-9 Saat	32	145,50			
	10 Saat ve Üzeri	96	183,17	3	24,171	.000**
KULLANIŞLILIK	1-3 Saat	96	108,50			
	4-6 Saat	56	133,64			
	7-9 Saat	32	134,50			
	10 Saat ve Üzeri	96	178,50	3	18,666	.000**
ÖĞRENME	1-3 Saat	96	127,17			
	4-6 Saat	56	157,64			
	7-9 Saat	32	124,50			
	10 Saat ve Üzeri	96	149,17	3	22,012	.000**

Tablo 4. Gençlik ve Spor Etkinlik Ölçeği “Yerleşim Yeri” Değişkeni “Kruskal Wallis” Analizi Sonuçları

Araştırmaya katılan bireylerin “gençlik ve spor etkinlik ölçeği psikososyal gelişimleri yerleşim yeri” değişkeni “Kruskal Wallis” testi sonuçlarına göre incelendiğinde; kullanışlılık, güdülenme ve öğrenme alt boyutlarında anlamlı fark tespit edilmiştir (p=,000<0,05). Bu fark Güdülenme, Kullanışlılık ve Öğrenme Alt boyutlarında Köy’de yaşayan bireylerden kaynaklanmaktadır. “Kruskal Wallis” analizi sonuçları Tablo 4’te verilmiştir.

Tablo 4.

*p<0.05

ALT BOYUT	YERLEŞİM	N	SIRA ORT.	SD	X ²	P
GÜDÜLENME	İl	192	124,00	2	54,605	.000**
	İlçe	72	156,06			
	Köy	16	268,50			
KULLANIŞLILIK	İl	192	129,50	2	41,248	.000**
	İlçe	72	143,17			
	Köy	16	260,50			
ÖĞRENME	İl	192	127,50	2	40,470	.000**
	İlçe	72	150,28			
	Köy	16	252,50			

SONUÇLAR ve TARTIŞMA

Psikososyal gelişimin egzersiz alanı içerisinde gelişiminin farklı demografik bilgiler açısından araştırmak amacıyla beden eğitimi ve spor öğretmenliği öğrencilerine uygulanan çalışmada psikososyal gelişime etki eden faktörler belirlenmiştir. Araştırmamızda yaş değişkenine göre psikososyal gelişim incelendiğinde güdülenme alt boyutunda 18-21 yaş arası bireylerin sıra ortalamasının yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu duruma yaş itibarıyla bireylerin eylem yönü, gücü ve öncelik sırasını belirleyen iç ve dış dürtülerin yoğun olmasının neden olduğu söylenebilir. Yaş değişkeni psikososyal gelişim kullanışlılık alt boyutunda 18-21 yaş arası bireylerin sıra ortalamasının yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu duruma 18-21 yaş grubundaki bireylerin yaşamında başarılı ve tatmin edici ilişkiler kurma isteği, hedeflerine ulaşabilme ve zorluklarla başa çıkabilme arzusu, içsel ve dışsal uyum sağlama çabası içerisinde bulunarak sağlıklı bir yaşam sürme isteğinin sebep olduğu söylenebilir. Arnett'in (2000) çalışması, gençlerin ve genç yetişkinlerin yaşamda bir geçiş dönemi olduğunu bu yaşlarda hayatın deneyimlediğini ve yaşla değiştiğini ortaya koymaktadır. Carstensen'in (1993) çalışması, yaşam boyu sosyal ilişkilerin değişebileceğini ve yaşla birlikte nasıl evrimleşebileceğini belirtmiştir. Bu araştırmada sınıf değişkenine göre psikososyal gelişim incelendiğinde, kullanışlılık alt boyutunda 1. Sınıfta öğrenim gören bireylerin sıra ortalamasının yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu durum, üniversitenin ilk dönemindeki bireylerin hedeflerine ulaşma ve yaşamın zorluklarıyla başa çıkma arzusunun, içsel ve dışsal uyum sağlama çabalarıyla ilişkilendirilebilir. Bu bağlamda, bireylerin sağlıklı bir yaşam sürme isteği artmaktadır. Sınıf değişkeni psikososyal gelişim öğrenme alt boyutunda 3. Sınıfta öğrenim gören bireylerin sıra ortalamasının yüksek olduğu tespit edilmiştir. Üniversitenin bu aşamasında öğrenciler, genellikle lisans eğitimlerinin sonuna yaklaşırken daha derinlemesine bir öğrenme deneyimi yaşarlar ve psikososyal olarak büyüme ve gelişme sürecinde bir dizi belirgin değişiklik meydana gelebilir. Üniversite 3. sınıf, psikososyal gelişim açısından önemli bir dönemdir çünkü öğrenciler bu aşamada daha olgunlaşmış bir zihinsel, duygusal ve sosyal yetkinlik seviyesine ulaşma eğilimindedirler. Bu değişiklikler, öğrencilerin gelecekteki kariyer ve kişisel başarılarını şekillendirmede kritik bir rol oynayabilir. Arslan (2019), üniversite eğitimi alan öğrencilerin psikososyal gelişimlerinin ilk sınıftan son sınıfa doğru olumlu yönde gelişim gösterdiğini belirtmiştir. Giani (2020), yaptığı çalışma üniversite eğitiminin öğrencilerin sosyal becerilerini geliştirmede olumlu bir rol oynadığını göstermektedir. Araştırmaya katılan bireylerin gençlik ve spor etkinlik ölçeği psikososyal gelişimleri haftalık spor saati değişkeni incelendiğinde; kullanışlılık, güdülenme ve öğrenme alt boyutlarında anlamlı fark tespit edilmiştir. 4-6 saat ile 10 saat ve üzeri spor yapan bireylerin psikososyal gelişimleri pozitif bir şekilde gelişerek özgüven, okul başarısı, sosyal ilişkiler gibi faktörlerde olumlu sonuçların ortaya çıktığı söylenebilir. Tammen (2015), haftalık spor katılımının ergenlerin psikolojik uyumunu olumlu yönde etkilediğini ortaya koymuştur. Daha fazla spor yapan gençlerin genel

psikolojik uyumları, daha az spor yapan ya da hiç spor yapmayanlara kıyasla daha yüksek bulunmuştur. Hansen (2003), haftalık düzenli spor katılımının gençlerin kendini geliştirme deneyimlerini artırdığını göstermektedir. Spor aktivitelerine katılan gençler, liderlik becerileri, takım çalışması ve sorun çözme gibi önemli becerilerin yanı sıra sosyal ilişkilerde de gelişme yaşadıklarını rapor etmişlerdir. Fredricks (2006), haftalık yapılan sporun gençlerin psikososyal gelişimine olumlu bir etkisi olduğunu göstermektedir. Uzun vadeli verilere dayanarak, spor aktivitelerine düzenli katılımın gençlerin akademik başarı, sosyal beceriler ve özsaygı gibi çeşitli alanlarda olumlu sonuçlarla ilişkilendirildiği bulunmuştur. Araştırmaya katılan bireylerin gençlik ve spor etkinlik ölçeği psikososyal gelişimleri yerleşim yeri değişkeni incelendiğinde; kullanışlılık, güdülenme ve öğrenme alt boyutlarında anlamlı fark tespit edilmiştir. Üç alt boyutta da köyde yaşayan bireylerin bu farkı oluşturduğu belirlenmiştir. Köyde yaşayan bireylerin şehir merkezinde yaşayan bireylere göre stresten uzak, öğrenme isteklerinin olması, sosyallik çevrelerinin sınırlı olması, kendilerini daha iyi ifade etmelerine ve psikososyal olarak kendilerini geliştirmelerine sebep olduğu söylenebilir. Bu nedenle, kırsal ve kentsel ortamların gençlerin sağlığı ve refahı üzerindeki etkilerini anlamak ve uygun destek sistemleri sağlamak önemlidir. Smith ve Jones'un (2018) yaptığı araştırma, kırsal ve kentsel ortamların ergenlerin psikososyal gelişimi üzerindeki farklı etkilerini karşılaştırmıştır. Bulgular, yaşadıkları coğrafi bölgelere bağlı olarak gençlerin psikososyal gelişiminde farklılıklar olduğunu göstermektedir. Kırsal ortamlarda yaşayan gençlerin belirli psikososyal alanlarda daha yüksek düzeyde iyilik haline sahip olduğu ve daha sağlam sosyal destek ağlarına sahip olduğu bulunmuştur. Diğer yandan, kentsel ortamlarda yaşayan gençlerin psikososyal stresle daha fazla karşılaştıkları ve bu durumun psikososyal gelişimlerini etkileyebileceği belirtilmiştir. Bu sonuçlar, gençlerin yaşadıkları yerin psikososyal gelişimleri üzerinde önemli bir etkiye sahip olduğunu vurgulamaktadır. Üniversiteler, özellikle ilk sınıf öğrencilerine yönelik olarak psikososyal gelişimi destekleyici eğitim programları ve rehberlik hizmetleri sunabilir. Bu programlar, öğrencilere başarı odaklı hedef belirleme, stresle başa çıkma ve sosyal beceriler gibi konularda destek sağlayabilir. Toplumda gençlerin psikososyal gelişimine yönelik farkındalığı artırmak ve destek sağlamak önemlidir. Aileler, öğretmenler ve toplum liderleri gençlerin psikososyal ihtiyaçlarını anlamalı ve desteklemelidir.

KAYNAKÇA

- Akıncı, A. Y. (2007). Ortaöğretim kurumlarında beden eğitimi ve spor etkinliklerinin, sosyalleşme süreci ve şahsiyetin oluşmasında katkısı. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Dumlupınar Üniversitesi.
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American psychologist*, 55(5), 469.
- Arslan, G., & Balkis, M. (2019). Üniversite eğitiminin psikolojik iyi oluşu öngörmedeki rolü: Bir longitudinal çalışma. *Eğitim Bilimleri: Teori ve Uygulama*, 19(6), 68-76.
- Carstensen, L. L. (1993). Motivation for social contact across the life span: A theory of socioemotional selectivity. *Nebraska Symposium on Motivation*, 40, 209-254.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-268.
- Fredricks, J. A., & Eccles, J. S. (2006). Is extracurricular participation associated with beneficial outcomes? Concurrent and longitudinal relations. *Developmental Psychology*, 42(4), 698-713.
- García Bengoechea, E., Sabiston, C. M., & Wilson, P. M. (2017). Assessing practice-based influences on adolescent psychosocial development in sport: The activity context in youth sport questionnaire. *Journal of Sports Sciences*, 35(1), 56-64.
- Giani, G., & Dellagiulia, A. (2020). Effects of university education on social skills development: A longitudinal study.

- Hansen, D. M., Larson, R. W., & Dworkin, J. B. (2003). What adolescents learn in organized youth activities: A survey of self-reported developmental experiences. *Journal of Research on Adolescence*, 13(1), 25-55.
- Karasar, N. (2018). Bilimsel araştırma yöntemi (Otuz üçüncü basım). Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Medeni, M. B. (2018). Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi (Balıkesir örneği) [Master's tezi, Balıkesir Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü].
- Medeni, M. B., & Goktas, Z. (2023). Psikososyal gelişimin egzersize dayalı etkilerini değerlendirme; Gençlik ve spor etkinlik ölçeği (GSEÖ) Türk kültürüne uyarlanması. *Bilge Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 7(2), 81-90. <https://doi.org/10.47257/Busad.132617>
- Smith, A., & Jones, B. (2018). The influence of rural and urban environments on adolescent psychosocial development: A comparative study. *Journal of Rural Health*, 34(3), 267-275.
- Tammen, V. V., & Spink, K. S. (2015). The relationship between sport participation and psychological adjustment in adolescents. *Canadian Journal of School Psychology*, 30(2), 148-161.

Examination of Exercise-Based Psychosocial Development Levels of Physical Education and Sports Teacher Candidates

Mehmet Bilgi MEDENİ¹

Zekeriya GÖKTAŞ²

Atıf:

Medeni, B.M., Göktaş, Z. (2024). Examination of Exercise-Based Psychosocial Development Levels of Physical Education and Sports Teacher Candidates, *Journal of Interdisciplinary Educational Research*, 8(17), 113-120, DOI: 10.57135/jier.1463008

Abstract

The purpose of this study was to determine the psychosocial development effects of exercise-based activities on physical education and sports teacher candidates, starting from the significant role modeling feature crucial for their successful professional careers, and to assess their current developmental status. The adaptation of the Youth and Sports Activity Scale (YASAS), developed by Bengoechea (2017), into Turkish was conducted by Medeni & Göktaş (2023). The scale, consisting of 12 items and three subscales - motivation, utility, and learning - was employed to ascertain individuals' psychosocial development. The study population comprised physical education and sports teacher candidates enrolled in the Faculty of Sports Sciences at a prominent university. A total of 280 participants, including 115 females and 165 males, constituted the sample for the study. The psychosocial development of the participants, as measured by the "Youth and Sports Activity Scale," was analyzed using the Kruskal-Wallis test with respect to various demographic variables. The results indicated significant differences ($p < 0.05$) in motivation and utility based on the class variable, utility and learning based on the class variable, motivation, utility, and learning based on weekly sports hours, and motivation, utility, and learning based on the place of residence variable.

Keywords: Physical Education, development, psychosocial

INTRODUCTION

Physical education and sport is an important field of education that helps young people adopt a healthy lifestyle, improve their physical and mental health, increase their social skills and encourage their social participation. In this context, the process of training physical education and sport teachers is of great importance. Physical education and sport teachers contribute to developing young people's sport culture and strengthening their social skills through non-competitive activities. Teachers also help young people to acquire important skills such as leadership, co-operation and problem solving in sport and competitive environments. The education of prospective physical education and sport teachers is critical to support both their personal and professional development. It is important for these teachers to be both physically and psychologically healthy so that they can guide their future students more effectively (Medeni, 2018).

The autonomy theory proposed by Deci and Ryan (2000) suggests that the satisfaction of individuals' intrinsic motivations and psychological needs has positive effects on psychological health and well-being. In this context, it is thought that physical activities such as exercise may contribute to the satisfaction of individuals' needs for autonomy, competence and relatedness (Teixeira et al., 2012). Similarly, Vallerand et al. (1997) associated the satisfaction of autonomy, competence and relatedness needs with increased participation in sport activities.

Considering that sport activities should be considered as a collective activity in contemporary societies, it is expected that the interaction and relations between different social groups among

¹Balıkesir University, Institute of Health Sciences, Balıkesir-Türkiye, civilmehmetbilgi@gmail.com, orcid.org/0000-0002-9926-4772

²Prof. Dr. Zekeriya GÖKTAŞ, Balıkesir University Faculty of Sports Sciences, Balıkesir-Türkiye, zgoktas@balikesir.edu.tr, orcid.org/0000-0001-9587-4218

the participants of sport will increase. This process provides an environment in which the individual is both influenced and influences other individuals. Sport contributes to the establishment of new social connections and the strengthening of social communication. Games and sports are a reflection of different aspects of society and therefore socialisation processes often take place in game and sport environments. Elements such as role playing, status, stratification, leadership, discipline compliance, competition and cooperation among social interaction areas allow games and sports activities to serve as an effective educational tool for individuals (Akıncı, 2007).

Maintaining long-term motivation in youth sport has been directly linked to the provision of innovative and varied practice activities. Physical education and sport teachers keep participants' attention by exciting them through a variety of activities and create an atmosphere of challenge. These efforts are reinforced by activities designed to support students' skill development, enabling these skills to be utilised in real-world applications. Thus, it is considered an important strategy to promote psychomotor and psychosocial development through sport. However, excessive repetition and lack of authenticity of activities can lead to demotivation and boredom in participants. In this context, the role of well-trained physical education and sport teachers can be decisive in protecting individuals from such negative effects (Bengoechea, 2017).

The significance of this study may play a critical role in maintaining the long-term motivation of prospective physical education and sport teachers to understand and support their psychosocial development. The maintenance of long-term motivation in youth sport has been directly associated with the provision of innovative and varied exercise activities. Physical education and sport teachers are expected to keep participants' attention by exciting them through various activities and create a challenging atmosphere. These efforts are reinforced by activities designed to support students' skill development, enabling these skills to be utilised in real world applications. Therefore, promoting psychomotor and psychosocial development through sport is considered an important strategy for youth. However, excessive repetition and lack of authenticity of activities can lead to demotivation and boredom in participants. In this context, the role of well-trained physical education and sport teachers is critical in protecting students from such negative effects. By assessing the psychosocial development of pre-service teachers, this study can help us understand how educational programmes and teaching strategies can be developed to maximise their abilities and potential. Furthermore, by emphasising the important role of physical education and sport teachers in sustaining long- term motivation in youth sport, this study can guide future education and training practices.

Purpose of the Study

Based on the feature of being a role model, which is of great importance in having a successful professional life, the study was planned to determine the exercise-based effects of the psychosocial development of physical education and sports teacher candidates and to determine the state of their own development.

METHOD

Research Design

The study was designed with a quantitative research method based on the survey research model. In survey research, it is aimed to describe the situations and events that existed in the past or still exist, as they are, and the knowledge, perceptions, attitudes and abilities of the participants about the research subject are tried to be determined, and no intervention is made (Karasar, 2018).

Sample

The population of the study consists of physical education and sport teaching candidates studying at Balıkesir University, Faculty of Sport Sciences.

While determining the sample size of this study, using Epiinfo software, it was determined that 295 people were calculated in a universe of 400 people, taking into account 50% prevalence, 95% confidence level, 1.5% pattern effect and 5% deviation, and 15 questionnaires were removed and 280 questionnaires were used.

Data Collection Tools

In the study, the "Demographic Information Form" developed by the researcher to reveal the variables related to personal information such as age, gender, class, weekly sports hours, place of residence, mother and father education status and family income status of the athletes was applied. "The youth and sport activity scale (GSES) was developed by Bengoechea (2017) as 5 sub-dimensions (motivation (5 items), value/usefulness (4 items), authenticity (3 items), repetition/boredom (4 items), inefficiency (4 items) and a total of 20 items. The scale was formed in five-point Likert type." In the study, the adaptation of the Youth and Sports Activity Scale (GSES) developed by Bengoechea (2017) into Turkish was carried out by Medeni and Göktaş (2023). As a result of the study to determine the psychosocial development of individuals, the scale consists of 12 items and three sub-dimensions: motivation, usefulness and learning. The internal consistency coefficient of the scale (Cronbach's Alpha $\alpha = 0.84$) was found (Medeni & Göktaş, 2023).

Analysing the Data

"SPSS 25.0 software was preferred for the analysis of the scale forms used in the study. The online data obtained were first saved in Excel format and then transferred to the SPSS programme to remove missing or extreme data. Afterwards, necessary analyses were performed on the raw data. 'Kolmogorov-Smirnov' test was performed to determine whether the data showed normal distribution. As a result of this test, $p < 0.05$ significance level value was reached and it was determined that the data did not show normal distribution. Therefore, in addition to percentage and frequency analyses, nonparametric tests such as Mann Whitney- U and Kruskal-Wallis analyses were used."

Ethical Aspects of the Research

In order to conduct the research, written permission was obtained from the "Balıkesir University Social and Human Sciences Ethics Commission" committee with the decision number 2024/02, dated 27/02/2024 and the institution where the research was conducted. In addition, written informed consent of the participants was obtained.

FINDINGS

Table 1. Results of "Kruskal Wallis" Analysis for "Age" Variable of Youth and Sports Activity Scale

When the "youth and sports activity scale psychosocial development of the individuals participating in the study was analysed according to the "Kruskal Wallis" test results, a significant difference was found in the sub-dimensions of motivation and usefulness ($p=.000<0.05$). This difference is due to the 18-21 age range in the Motivation and Usefulness sub-dimension. No significant difference was found in the Learning sub- dimension. The results of "Kruskal Wallis" analysis are given in Table 1.

Tablo 1.

SUB DIMENSION	AGE	N	RANK MEAN.	SD	X ²	P
MOTIVATION	18-21	103	162,36	3	21.720	.000**
	22-24	93	111,60			
	25-27	71	148,16			
	28 and Above	13	132,19			
CONVENIENCE	18-21	139	169,63	3	38.065	.000**
	22-24	120	102,01			
	25-27	141	143,99			
	28 and Above	90	166,04			
LEARNING	18-21	139	441.56	3	2.807	.422
	22-24	120	428.77			
	25-27	141	351.70			
	28 and Above	90	323.78			

* $p<0.05$ **Table 2. "Kruskal Wallis" Analysis Results of Youth and Sports Activity Scale "Class" Variable**

When the "youth and sports activity scale psychosocial development of the individuals participating in the study was analysed according to the "Kruskal Wallis" test results, a significant difference was found in the usefulness and learning sub-dimensions ($p=.000<0.05$). This difference is due to the 1st grades in the Usefulness sub-dimension and the 3rd grades in the Learning sub-dimension. No significant difference was found in the Motivation sub-dimension. The results of "Kruskal Wallis" analysis are given in Table 2.

Tablo 2.

SUB DIMENSION	CLASSROOM	N	RANK MEAN.	SD	X ²	P
MOTIVATION	Grade 1	29	164,50	3	7.387	.061
	2nd Class	60	155,97			
	Grade 3	69	132,50			
	Grade 4	122	131,71			
CONVENIENCE	Grade 1	29	174,16	3	23.987	.000**
	2nd Class	60	150,57			
	Grade 3	69	162,01			
	Grade 4	122	115,39			
LEARNING	Grade 1	29	106,29	3	9.595	.022**
	2nd Class	60	130,63			
	Grade 3	69	154,88			
	Grade 4	122	145,35			

* $p<0.05$ **Table 3. Results of "Kruskal Wallis" Analysis of Youth and Sports Activity Scale "Weekly Sport Hours" Variable**

When the "youth and sports activity scale psychosocial development of the individuals participating in the study was analysed according to the results of "Kruskal Wallis" test, a significant difference was found in the sub-dimensions of usefulness, motivation and learning ($p=,000<0.05$). This difference is due to the individuals who do sports for 10 hours or more in the sub-dimensions of Motivation and Usefulness, and the individuals who do sports for 4-6 hours in the sub-dimension of Learning. The results of "Kruskal Wallis" analysis are given in Table 3.

Tablo 3.

SUB DIMENSION	WEEKLY SPORT	N	RANK MEAN.	SD	X ²	P
MOTIVATION	1-3 Hours	96	121,17	3	24,171	.000**
	4-6 Hours	56	97,64			
	7-9 Hours	32	145,50			
	10 Hours and Over	96	183,17			
CONVENIENCE	1-3 Hours	96	108,50	3	18,666	.000**
	4-6 Hours	56	133,64			
	7-9 Hours	32	134,50			
	10 Hours and Over	96	178,50			
LEARNING	1-3 Hours	96	127,17	3	22,012	.000**
	4-6 Hours	56	157,64			
	7-9 Hours	32	124,50			
	10 Hours and Over	96	149,17			

* $p<0.05$

Table 4. Results of "Kruskal Wallis" Analysis for "Place of Residence" Variable of Youth and Sports Activity Scale

When the "youth and sports activity scale psychosocial development of the individuals participating in the study was analysed according to the "Kruskal Wallis" test results, a significant difference was found in the sub-dimensions of usefulness, motivation and learning ($p=,000<0.05$). This difference is due to the individuals living in the village in the sub-dimensions of Motivation, Usefulness and Learning. The results of "Kruskal Wallis" analysis are given in Table 4.

Tablo 4.

SUB DIMENSION	LOCATION	N	RANK MEAN.	SD	X ²	P
MOTIVATION	Province	192	124,00	2	54,605	.000**
	District	72	156,06			
	Village	16	268,50			
CONVENIENCE	Province	192	129,50	2	41,248	.000**
	District	72	143,17			
	Village	16	260,50			
LEARNING	Province	192	127,50	2	40,470	.000**
	District	72	150,28			
	Village	16	252,50			

* $p<0.05$

RESULTS and DISCUSSION

In order to investigate the development of psychosocial development in the field of exercise in terms of different demographic information, the factors affecting psychosocial development were determined in the study applied to physical education and sports teaching students. In our research, when psychosocial development was analysed according to age variable, it was determined that the mean rank of individuals between the ages of 18-21 was high in the motivation sub-dimension. It can be said that this situation is caused by the intensity of internal and external impulses that determine the direction, strength and prioritisation of individuals'

actions by age. In the age variable psychosocial development usefulness sub- dimension, it was determined that the mean rank of individuals aged 18-21 was high. It can be said that this situation is caused by the desire of individuals in the 18-21 age group to establish successful and satisfying relationships in their lives, the desire to achieve their goals and cope with difficulties, and the desire to lead a healthy life by striving for internal and external adaptation. Arnett's (2000) study reveals that young people and young adults are a transition period in life and that life is experienced at these ages and changes with age. Carstensen's (1993) study indicated that lifelong social relationships can change and how they can evolve with age. In this study, when psychosocial development was analysed according to the class variable, it was determined that the mean rank of the individuals studying in the 1st grade was high in the usefulness sub-dimension. This situation can be associated with the desire of individuals in the first semester of university to achieve their goals and cope with the difficulties of life, and their efforts to achieve internal and external adaptation. In this context, individuals' desire to lead a healthy life increases. In the psychosocial development learning sub-dimension of the class variable, it was determined that the mean rank of the individuals studying in the 3rd grade was high. At this stage of university, students usually have a more in- depth learning experience as they approach the end of their undergraduate education, and a number of significant changes may occur in the process of psychosocial growth and development. The 3rd year of university is an important period in terms of psychosocial development because students tend to reach a more mature level of mental, emotional and social competence at this stage. These changes can play a critical role in shaping students' future career and personal success. Arslan (2019) stated that the psychosocial development of university students develops positively from the first year to the last year. Giani (2020), his study shows that university education plays a positive role in improving students' social skills. When the psychosocial development of the youth and sports activity scale psychosocial development of the individuals participating in the study was examined in terms of weekly sports hours; a significant difference was found in the sub-dimensions of usefulness, motivation and learning. It can be said that the psychosocial development of individuals who do sports for 4-6 hours and 10 hours or more develops positively and positive results emerge in factors such as self-confidence, school success, social relations. Tammen (2015) revealed that weekly sports participation positively affected the psychological adjustment of adolescents. The general psychological adjustment of young people who did more sports was found to be higher than those who did less sports or did not do sports at all. Hansen (2003) shows that regular weekly sports participation increases the self-development experiences of young people. Young people who participated in sports activities reported improvements in social relationships as well as important skills such as leadership skills, teamwork and problem solving. Fredricks (2006) shows that weekly sport has a positive impact on the psychosocial development of young people. Based on long-term data, it was found that regular participation in sports activities is associated with positive outcomes in various areas such as academic achievement, social skills and self-esteem. When the psychosocial development of the youth and sports activity scale of the individuals participating in the study was analysed according to the residential area variable; a significant difference was found in the sub-dimensions of usefulness, motivation and learning. In all three sub-dimensions, it was determined that individuals living in the village made this difference. It can be said that the fact that individuals living in the village are away from stress, have a desire to learn, and have a limited social environment causes them to express themselves better and improve themselves psychosocially compared to individuals living in the city centre. Therefore, it is important to understand the effects of rural and urban environments on the health and well-being of young people and to provide appropriate support systems. Smith and Jones (2018) compared the different effects of rural and urban environments on adolescents' psychosocial development. The findings show that there are differences in the psychosocial development of young people depending on the geographical regions where they live. Young people living in rural settings were found to have higher levels of well-being in certain psychosocial domains and to have more robust social support networks. On the other hand, it has been stated that young people living in urban environments face more psychosocial stress and this may affect their psychosocial development. These results emphasise that where young people live has an important impact on

their psychosocial development. Universities can offer educational programmes and guidance services that support psychosocial development, especially for first- year students. These programmes can provide students with support in areas such as success- oriented goal setting, coping with stress and social skills. It is important to raise awareness and provide support for youth psychosocial development in the community. Families, teachers and community leaders should understand and support the psychosocial needs of young people.

REFERENCES

- Akinci, A. Y. (2007). The contribution of physical education and sports activities in secondary education institutions to the socialisation process and the formation of personality. [Unpublished master's thesis]. Dumlupinar University.
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American psychologist*, 55(5), 469.
- Arslan, G., & Balkis, M. (2019). The role of university education in predicting psychological well-being: A longitudinal study. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 19(6), 68-76.
- Carstensen, L. L. (1993). Motivation for social contact across the life span: A theory of socioemotional selectivity. *Nebraska Symposium on Motivation*, 40, 209-254.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behaviour. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-268.
- Fredricks, J. A., & Eccles, J. S. (2006). Is extracurricular participation associated with beneficial outcomes? Concurrent and longitudinal relations. *Developmental Psychology*, 42(4), 698-713.
- García Bengoechea, E., Sabiston, C. M., & Wilson, P. M. (2017). Assessing practice-based influences on adolescent psychosocial development in sport: The activity context in youth sport questionnaire. *Journal of Sports Sciences*, 35(1), 56-64.
- Giani, G., & Dellagiulia, A. (2020). Effects of university education on social skills development: A longitudinal study.
- Hansen, D. M., Larson, R. W., & Dworkin, J. B. (2003). What adolescents learn in organised youth activities: A survey of self-reported developmental experiences. *Journal of Research on Adolescence*, 13(1), 25-55.
- Karasar, N. (2018). *Scientific research method (Thirty-third edition)*. Ankara: Nobel Publishing.
- Medeni, M. B. (2018). Examining the burnout levels of physical education and sports teachers (Balıkesir sample) [Master's thesis, Balıkesir University Institute of Health Sciences].
- Medeni, M. B., & Goktas, Z. (2023). Evaluating the effects of psychosocial development based on exercise; Adaptation of youth and sports activity scale (GSEÖ) to Turkish culture. *Bilge International Journal of Social Research*, 7(2), 81-90. <https://doi.org/10.47257/Busad.132617>
- Smith, A., & Jones, B. (2018). The influence of rural and urban environments on adolescent psychosocial development: A comparative study. *Journal of Rural Health*, 34(3), 267-275.
- Tammen, V. V., & Spink, K. S. (2015). The relationship between sport participation and psychological adjustment in adolescents. *Canadian Journal of School Psychology*, 30(2), 148-161.