

## TEMEL PSİKOLOJİK İHTİYAÇLARIN TATMİNİNİN GENEL ÖZ YETERLİK VE SÜREKLİ KAYGI ÜZERİNE ETKİSİ (SAKARYA ÜNİVERSİTESİ SPOR YÖNETİCİLİĞİ BÖLÜMÜ ÖRNEĞİ)

İhsan SARI<sup>1</sup> Özlem YENİGÜN<sup>2</sup> Evren Ebru ALTINCI<sup>3</sup> Arda ÖZTÜRK<sup>4</sup>

Geliş Tarihi: 9.10.2011

Kabul Tarihi: 15.2.2012

### ÖZET

Temel psikolojik ihtiyaçlar, kişilerin yaşamlarının farklı alanlarında, bilinçli ya da bilinçsiz olarak karşılamaya çalıştığı temel ihtiyaçlardır ve bu ihtiyaçların tatmini önemli bir konudur. Bu bağlamda, bu çalışmanın amacı temel psikolojik ihtiyaçların tatmininin Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Spor Yöneticiliği Bölümü öğrencilerinin sürekli kaygı ve genel öz-yeterlik düzeylerine etkisini belirlemektir. Bu amaçla çalışmaya 114 erkek (yaş ortalaması  $x=22.33 \pm 1.93$ ) ve 99 kadın (yaş ortalaması  $x=21.63 \pm 1.63$ ) olmak üzere toplam 213 üniversite öğrencisi gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmanın amacına ulaşmak için Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği, Sürekli Kaygı Ölçeği ve Genel Öz-yeterlik Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin çözümlenmesinde t testi, one way anova testi, Pearson's korelasyon testi ve regresyon testleri kullanılmıştır. Veriler SPSS 17.0 paket programı ile analiz edilmiştir ve anlamlılık düzeyi olarak 0.05 kullanılmıştır. Elde edilen verilere göre temel psikolojik ihtiyaçlar ile genel öz-yeterlik ve sürekli kaygı düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar saptanmıştır ( $p<0.05$ ). Araştırmanın bulguları incelendiğinde öğrencilerin öz-yeterlik algılarının yükseltilmesi ve sürekli kaygılarının düşmesi için temel psikolojik ihtiyaçlarının karşılanması gerektiği sonucuna varılmıştır. Temel psikolojik ihtiyaçların tatmini öz-yeterlik ve sürekli kaygıyı olumlu yönde etkileyerek öğrencilerin akademik başarılarına da katkıda bulunabilir. Bu nedenle, öğrencilerin daha kaliteli bir eğitim alabilmesi ve daha başarılı bir eğitim öğretim sürecinden geçebilmeleri için bu bulguların göz önünde bulundurulması gerektiği düşünülmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Temel Psikolojik İhtiyaçlar, Öz-yeterlik, Sürekli Kaygı

## EFFECT OF SATISFACTION OF THE BASIC PSYCHOLOGICAL NEEDS ON GENERAL SELF-EFFICACY AND TRAIT ANXIETY (EXAMPLE OF SAKARYA UNIVERSITY DEPARTMENT OF SPORT MANAGEMENT)

### ABSTRACT

The basic psychological needs are the basic human needs that individuals try to fulfill, and satisfaction of these needs affect various areas of life. In this context, the aim of this research was to determine the effect of satisfaction of the basic psychological needs on trait anxiety and self-efficacy of physical education and sport department's students. 114 male (mean age =  $22.33 \pm 1.93$ ) and 99 female (mean age =  $21.63 \pm 1.63$ ) that make up 213 students voluntarily participated in the study. The Basic Psychological Need Scale, Trait Anxiety Inventory and The General Self-efficacy Scale were used in order to achieve the aims of this research. The data was analyzed by using SPSS 17.0 Package Program and level of significance was determined to be 0.05. t-test, ANOVA, Pearson's Correlation Test and Regression analysis were used to analyze the data. According to the results, there were statistically significant differences among levels of the basic psychological needs, self-efficacy and trait anxiety ( $p<0.05$ ). When examining the data it was seen that the basic psychological needs of students should be satisfied in order to increase their perception of self-efficacy and lower their perception of trait anxiety. Satisfaction of the basic psychological needs could also contribute to students' academic achievement by positively affecting their self-efficacy and trait anxiety levels. Therefore in the light of the results from this study, it is thought that the findings of this study should be taken into consideration for students to have a high quality of education and go through a successful educational process.

**Key Words:** The Basic Psychological Needs, Self-efficacy, Trait Anxiety

<sup>1</sup> Sakarya Üniversitesi, Beden eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Sakarya

<sup>2</sup> Kocaeli Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Kocaeli

<sup>3</sup> İstanbul Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, İstanbul

<sup>4</sup> Pamukkale Üniversitesi, Spor Bilimleri ve Teknolojisi Yüksekokulu, Denizli

## GİRİŞ

İnsanların temel ihtiyaçları çok uzun zamandan beri araştırmacıların konusu olmuştur. İnsanlar ihtiyaçları doğrultusunda hareket ederler. İnsanların davranışlarının temelinde belli başlı ihtiyaçları karşılama güdüsü bulunmaktadır.

Maslow insan ihtiyaçlarını incelemiş ve “Maslow’un ihtiyaçlar hiyerarşisi” olarak bilinen piramidini oluşturmuştur. Bu ihtiyaçlar; fizyolojik ihtiyaçlar, güvenlik ihtiyacı, ait olma ve sevgi ihtiyacı, saygı ihtiyacı ve kendini gerçekleştirme ihtiyacı üzere birbirinin üzerine kurulan toplam beş ihtiyaçtan oluşmaktadır (1).

Öz Belirleme Kuramı’na (Self-Determination Theory) göre de insanların üç temel psikolojik ihtiyacı vardır. Bu ihtiyaçlar özerklik, yeterlik ve ilişkili olma olarak adlandırılır (2-5). Deci ve Ryan’ın Öz-Belirleme Kuramı, insanların bu ihtiyaçlarının tatmini ölçüsünde psikolojik bir iyi olma düzeyine sahip olduklarını öne sürmektedir. Özerklik ihtiyacı kişinin hayatındaki aktivitelerde seçme şansını ifade etmektedir. Kişinin davranışlarını belirleyebilmesi ve bağımsız olarak karar verebilmesi anlamına gelmektedir. Kişi seçme şansına sahip olduğu ölçüde bu ihtiyacı karşılanmaktadır. İkinci ihtiyaç ise yeterlik ihtiyacıdır ve kişilerin kendi kapasitelerini kullanabilmeleri sonucu ortaya çıkan bir “yeterli olma” durumudur. Başarılı bir şekilde yaptığı işlerin üstesinden gelebilen ve yaptığı işler takdir edilerek yeterliğini fark eden kişilerin bu ihtiyacının karşılandığı düşünülmektedir. Üçüncü ve son ihtiyaç ise bağlılık ihtiyacıdır ve insanların etkileşim içinde olduğu insanlara bağlı olma duygusunu ifade eder. Kişilerin bir ait olma ihtiyacı vardır ve kişiler kendilerini bazı kişi veya gruplara ait hissettiği ölçüde bağlılıkları artacaktır. Bir dine mensup olma, taraftarlık, siyasi parti sempatisini olma gibi davranışların bu ihtiyacı karşılama güdüsünden ortaya çıktığı ifade edilebilir. Self determinasyon teorisinin bağlılık ihtiyacı, Maslow’un ait olma ve sevgi ihtiyacı ile benzeşmektedir.

İnsanların, sosyal yaşamlarında yukarıda bahsedilen temel psikolojik ihtiyaçlarını karşılayabilmesi, psikolojik iyi olmaları ile pozitif olarak ilişkili olduğu öne sürülmüştür (6). Örneğin özerklik ihtiyacı karşılanan öğrencilerin derslerine daha ilgili olduğu bulunmuştur (7). Benzer şekilde, temel psikolojik ihtiyaçların karşılanması kaygı ve öz-yeterlik gibi birçok psikolojik faktörü etkileyebilir.

Kaygı, “gelecekle ilgili insanı üzen ve bunaltan bir bekleme hali ve insanların bir uyarımlık durumu” olarak tanımlanmıştır (8). Kaygı genel olarak araştırmalarda iki kategoride incelenir; durumluk ve sürekli kaygı. Zaman zaman herkes bir miktar kaygı duyar. Tehlikeli durumların oluşturduğu ve geçici olan bu kaygı türü ‘durumluk kaygı’ olarak adlandırılır. Fakat bazı insanlar çevreden gelen tehlikelerden bağımsız şekilde sürekli olarak kaygı duyarlar. Bu kaygı türü ise ‘sürekli kaygı’ olarak isimlendirilmiştir. ‘Durumluk kaygı’ normal bir duygu olarak kabul edilirken, ‘sürekli kaygı’ tedavi gerektiren bir ‘kişilik özelliği’ olarak tanımlanır (9).

Öz-yeterlik ise temel psikolojik ihtiyaçlar ile ilişkili olabilecek bir başka önemli kavramdır. Bandura öz-yeterliği insanların başarabilme, yapabilme becerilerine olan inançları şeklinde tanımlamıştır(10,11). Öz-yeterlik, kişilerin çevresindeki olup bitenler üzerindeki fonksiyonu ve bu fonksiyonuna olan inancı olarak da tanımlanabilir (10,11). Öz-yeterlik yetenekli olmaya değil, kişinin kendi kaynaklarına güvenmesine karşılık gelen bir kavramdır. Bir durumla mücadele edebilmek için yeterli becerileri olan, ancak öz-yeterliği düşük olan bireyler, bu becerilerini harekete geçiremeyecektir. Öz-yeterlik kavramının, bir eylemin planlanması, gerekli becerilerin farkında olunması ve örgütlenmesi, zorluklarla birlikte elde edilecek kazançların gözden geçirilmesi sonucunda oluşan güdülenme düzeyi gibi öğeleri içerdiği belirtilmiştir (12).

Temel psikolojik ihtiyaçların tatmininin farklı değişkenler üzerinde etkisi araştırmacılar tarafından incelenmiştir (13,14). Reis ve ark. (2000) özerklik, yeterlik ve ilişkili olma ihtiyaçlarının “iyi olma hali” ile anlamlı olarak ilişkili olduğunu ve bu ihtiyaçların tatmininin insanların iyi olmalarını olumlu yönde etkilediğini belirtmişlerdir(13). Sheldon ve ark. (1996) ise araştırma yaptıkları grupta, özerklik ve yeterlik ihtiyaçlarının, günlük iyi olma halini olumlu olarak etkilediği sonucuna varmışlardır(14). Sürekli kaygı ve öz yeterlik algısının insanların değişik alanlardaki performanslarını etkileyebileceği göz önüne alınırsa, bu değişkenleri etkileyebilecek olan temel psikolojik ihtiyaçları da incelemek gerekmektedir. Bu bağlamda temel psikolojik ihtiyaçların Türk toplumunda önemini araştırmak ve sürekli kaygı ile genel öz yeterlik üzerinde etkisini incelemek önem arz etmektedir. Bu çalışma, Türk toplumunda temel psikolojik ihtiyaçlar, sürekli kaygı ve genel öz yeterlik ilişkisini incelemektedir ve ortaya çıkacak bulguların ilgili literatüre katkıda bulunacağı düşünülmektedir.

Temel psikolojik ihtiyaçlar, kişilerin karşılamaya çalıştığı temel ihtiyaçlardandır ve bu ihtiyaçların tatmini birçok psikolojik faktörü etkileyebilir. Bu bağlamda, bu çalışmanın amacı da temel psikolojik ihtiyaçların tatmininin Sakarya Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Spor Yöneticiliği bölümü öğrencilerinin sürekli kaygı ve genel öz-yeterlik düzeylerine etkisini belirlemektir.

## MATERYAL VE YÖNTEM

### Araştırmanın modeli

Çalışmanın amacı değişkenler arasındaki ilişkiyi incelemektir. Bu nedenle amaca uygun olarak bağıntısal araştırma modeli kullanılmıştır. Bağıntısal araştırma modeli değişkenler arası ilişkileri ve bu ilişkilerin düzeyini inceler.

**SARI, İ., YENİGÜN, Ö., ALTINCI, E.E., ÖZTÜRK, A.,“Temel Psikolojik İhtiyaçların Tatmininin Genel Öz Yeterlik ve Sürekli Kaygı Üzerine Etkisi (Sakarya Üniversitesi Spor Yöneticiliği Bölümü Örneği)”**

**Araştırma Grubu**

Çalışmamıza Sakarya Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Spor Yöneticiliği öğrencilerinden 114 erkek (yaş ortalaması  $x=22.33 \pm 1.93$ ) ve 99 kadın (yaş ortalaması  $x=21.63 \pm 1.63$ ) olmak üzere toplam 213 üniversite öğrencisi gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmanın evreni aynı bölümde öğrenim gören yaklaşık 350 öğrenciden oluşmaktadır.

**Veri Toplama Araçları**

Araştırmada verilerin toplaması için Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği, Sürekli Kaygı Ölçeği ve Genel Öz-yeterlik Ölçeği olmak üzere 3 ölçek kullanılmıştır.

**Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği:** Bu ölçek Deci ve Ryan (4) tarafından oluşturulmuş ve Kesici ve ark. (15), tarafından Türkçe'ye uyarlaması yapılmıştır. Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği 21 maddeden oluşmaktadır. Çok Doğru ve Hiç Doğru Değil (1) arasında değişen 5 dereceli Likert tipi bir ölçektir. Özerklik ihtiyacı, yeterlik ihtiyacı ve ilişkili olma ihtiyacı olmak üzere üç alt ölçeği vardı. Ölçeğin güvenilirliğini belirten iç tutarlık katsayıları özerklik ihtiyacı için 0.73, yeterlik ihtiyacı için 0.61 ve ilişkili olma ihtiyacı için 0.73'dür. Ölçeğin toplam güvenilirlik katsayısı 0.76 bulunmuştur (15).

**Sürekli Kaygı Ölçeği:** Ölçek ilk olarak Spielberger ve arkadaşları (1970) tarafından geliştirilmiştir(16). Türk kültürüne uyarlanması ise Öner ve Le Compte (1983) tarafından yapılmıştır(9). Birey bu ölçeği genellikle kendini nasıl hissettiğini dikkate alarak doldurur. Ölçeklerde ifade edilen duygular ve davranışlar şiddet derecesine göre 1-4 arasında puanlanır -Hiçbir Zaman (1), Her Zaman (4)- Ölçekten elde edilen puan 20 ile 80 arasında değişir ve yüksek puan, yüksek kaygı seviyesini belirtir (9).

**Genel Öz-yeterlik Ölçeği:** Ölçeğin orijinali Sherer ve arkadaşları (1982) tarafından geliştirilmiştir(17). Türkçe'ye uyarlaması ise Yıldırım ve İlhan (2010) tarafından yapılmıştır(12). Ölçeğin uyarlama sürecinde Genel Öz-yeterlik Ölçeği ve diğer ölçekler arasındaki korelasyonlar istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Tüm ölçeğin iç tutarlılık katsayısı Cronbach alfa 0.80 ve ikinci kez ulaşılabilen toplam 236 kişiden elde edilen veriler üzerinden elde edilen test tekrar test güvenilirlik katsayısı 0.69 olarak bulunmuştur. Ölçek Hiç (1) - Çok iyi (5) arasında puanlanan 17 maddelik Likert tipi bir ölçektir (12).

**Verilerin Analizi**

Elde edilen verilere betimsel istatistiksel işlemler (ortalama, standart sapma), uygulandıktan sonra, katılımcıların demografik özelliklerine ilişkin veriler, frekans (f) ve yüzde (%) hesaplanarak çözümlenmiştir. Ölçekten alınan puanların her alt boyut için farklılığını belirlemek amacıyla Tek Yönlü Varyans Analizi (One- Way-Anova), gruplar arası farklılığın hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek amacıyla da Tukey testi yapılmıştır. Ölçekten alınan puanların her alt boyut için ilişki düzeyini saptamak amacıyla Pearson Korelasyon testi yapılmıştır. Ayrıca temel psikolojik ihtiyaçların sürekli kaygı ve genel öz yeterlik üzerindeki etkisini saptamak amacıyla regresyon analizi uygulanmıştır. Elde edilen veriler SPSS 17.0 paket programında değerlendirilmiştir ve anlamlılık düzeyi olarak 0.05 kullanılmıştır.

**BULGULAR**

**Tablo 1.** Katılımcıların cinsiyet, yaş ve sınıflara göre dağılımı

	Cinsiyet		Yaş				Sınıf			
	Erkek	Kadın	18-20 yaş	21-23 yaş	24-26 yaş	27-30 yaş	1.sınıf	2.sınıf	3.sınıf	4.sınıf
<b>N</b>	114	99	41	133	35	4	52	59	92	10
<b>%</b>	53.5	46.5	19.2	62.4	16.4	1.9	24.4	27.7	43.2	4.7

Tablo 1'de katılımcıların cinsiyetleri incelendiğinde 114 erkek (% 53.5) 99 kadın (% 46.5) olduğu saptanmıştır. Araştırma grubunda 41 kişinin (%19.2) 18-20 yaş grubunda, 133 kişinin (% 62.4) 21-23 yaş grubunda 35 kişinin (%16.4) 24-26 yaş grubunda ve 4 kişinin (%1.9) ise 27-30 yaş grubunda olduğu tespit edilmiştir. Araştırma grubunu sınıflarına göre incelendiğinde ise, 52 kişinin (% 24.4) birinci sınıf, 59 kişinin (% 27.7) ikinci sınıf 92 kişinin (% 43.2) üçüncü sınıf ve 10 kişinin (% 4.7) dördüncü sınıf öğrencisi olduğu belirlenmiştir.

**Tablo 2.** Değişkenlerin minimum, maksimum, ortalama ve standart sapma puanları

	<b>N</b>	<b>Min</b>	<b>Max</b>	<b>Ortalama</b>	<b>SD</b>
<b>Sürekli Kaygı</b>	213	26.00	63.00	43.33	6.84
<b>Özerklik İhtiyacı</b>	213	8.00	27.00	17.11	4.07
<b>Yeterlik İhtiyacı</b>	213	10.00	24.00	17.05	2.65
<b>İlişki İhtiyacı</b>	213	8.00	33.83	19.21	5.24
<b>Genel Öz-yeterlik</b>	213	36.00	85.00	62.48	12.22

**Tablo 3.** Genel öz yeterlik, sürekli kaygı ve temel psikolojik ihtiyaçların cinsiyete göre t-testi sonuçları

	Cinsiyet	N	Ortalama	SD	p
Genel Öz-yeterlik	Erkek	114	60.7182	11.34138	.025**
	Kadın	99	64.5104	12.91546	
Sürekli Kaygı	Erkek	114	42.8103	6.87005	.232
	Kadın	99	43.9355	6.79241	
Özerklik İhtiyacı	Erkek	114	17.5458	3.85518	.096
	Kadın	99	16.6145	4.25951	
Yeterlik İhtiyacı	Erkek	114	17.0135	2.73842	.836
	Kadın	99	17.0893	2.55643	
İlişki İhtiyacı	Erkek	114	19.1428	4.99340	.837
	Kadın	99	19.2911	5.53368	

\*\*p&lt;0.05

Tablo 3'de araştırmaya katılan öğrencilerin genel öz yeterlik, sürekli kaygı, özerklik ihtiyacı, yeterlik ihtiyacı ve ilişki ihtiyacı puanlarının cinsiyet değişkenine göre analiz sonuçları incelendiğinde, genel öz-yeterlik puanlarında kadınların lehine anlamlı bir sonuç görülmektedir (p<0.05).

**Tablo 4.** Genel öz-yeterlik, sürekli kaygı ve temel psikolojik ihtiyaçların yaş gruplarına göre ANOVA testi sonuçları

	Yaş	N	Ortalama	SD	F	p
Genel Öz-yeterlik	18-20	41	64.64	12.70	0.611	0.609
	21-23	133	61.73	12.34		
	24-26	35	62.67	11.53		
	27-30	4	63.75	9.71		
Sürekli Kaygı	18-20	41	42.82	6.55	0.338	0.798
	21-23	133	43.70	6.86		
	24-26	35	42.60	7.51		
	27-30	4	43.00	2.94		
Özerklik İhtiyacı	18-20	41	16.79	4.38	0.495	0.686
	21-23	133	17.36	4.16		
	24-26	35	16.73	3.43		
	27-30	4	15.75	3.30		
Yeterlik İhtiyacı	18-20	41	17.02	2.67	1.869	0.136
	21-23	133	17.31	2.69		
	24-26	35	16.24	2.38		
	27-30	4	15.75	2.22		
İlişki İhtiyacı	18-20	41	18.22	4.69	1.102	0.349
	21-23	133	19.71	5.24		
	24-26	35	18.59	5.88		
	27-30	4	18.25	4.03		

Araştırmaya katılan öğrencilerin genel öz yeterlik, sürekli kaygı, özerklik ihtiyacı, yeterlik ihtiyacı ve ilişki ihtiyacı puanları yaş gruplarına göre incelendiğinde hiçbir değişken için anlamlı bir farklılık bulunmamıştır (p>0.05) (Tablo 4).

**Tablo 5.** Genel öz-yeterlik, sürekli kaygı ve temel psikolojik ihtiyaçların öğrenim görülen sınıfa göre ANOVA testi sonuçları

	Sınıf	N	Ortalama	SD	F	p	Anlamli fark
Genel Öz-yeterlik	1	52	64.72	12.13	9.682	.000**	1-3 2-3
	2	59	67.85	12.11			
	3	92	57.98	10.87			
	4	10	60.60	10.67			
Sürekli Kaygı	1	52	42.73	12.13	.748	0.52	
	2	59	42.79	12.11			
	3	92	44.13	10.87			
	4	10	42.31	10.67			
Özerklik İhtiyacı	1	52	17.37	4.30	7.833	.000**	1-2 2-3
	2	59	15.10	3.97			
	3	92	18.10	3.53			
	4	10	18.60	4.17			
Yeterlik İhtiyacı	1	52	17.37	4.30	2.455	.064	
	2	59	15.10	3.97			
	3	92	18.10	3.53			
	4	10	18.60	4.17			
İlişki İhtiyacı	1	52	17.97	4.17	13.208	.000**	1-3 2-3
	2	59	16.65	5.53			
	3	92	21.38	4.81			
	4	10	20.83	3.76			

\*\*p<0.05

Genel öz yeterlik, sürekli kaygı, özerklik ihtiyacı, yeterlik ihtiyacı ve ilişki ihtiyacı puanları öğrenim görülen sınıflara göre incelendiğinde genel öz-yeterlik, özerklik ihtiyacı ve ilişki ihtiyacı puanlarında anlamlı bir fark bulunmuştur. Anlamlı farkların hangi sınıflar arasında olduğunu tespit etmek amacıyla yapılan Tukey testi sonuçları tablo 5’de anlamlı fark sütununda gösterilmiştir.

**Tablo 6.** Değişkenler arasındaki Pearson’s korelasyon analizi sonuçları

		Yaş	Sınıf	Genel Öz-yeterlik	Sürekli Kaygı	Özerklik İhtiyacı	Yeterlik İhtiyacı
Yaş	r	1					
	p						
Sınıf	r	.427**	1				
	p	.000					
Genel Öz-yeterlik	r	-.072	-.247**	1			
	p	.296	.000				
Sürekli Kaygı	r	-.019	.065	-.415**	1		
	p	.780	.343	.000			
Özerklik İhtiyacı	r	.004	.140	-.567**	.426**	1	
	p	.948	.042	.000	.000		
Yeterlik İhtiyacı	r	-.087	.055	-.441**	.338**	.379**	1
	p	.205	.423	.000	.000	.000	
İlişki İhtiyacı	r	.013	.301**	-.555**	.469**	.545**	.349**
	p	.855	.000	.000	.000	.000	.000

\*\*p<0.05

Tablo 6’deki Pearson korelasyon sonuçları incelendiğinde yaş ve sınıf, sınıf ve özerklik ihtiyacı, sınıf ve ilişki ihtiyacı, sürekli kaygı ve özerklik ihtiyacı, sürekli kaygı ve yeterlik ihtiyacı, sürekli kaygı ve ilişki ihtiyacı, özerklik ihtiyacı ve yeterlik ihtiyacı, özerklik ihtiyacı ve ilişki ihtiyacı, yeterlik ihtiyacı ve ilişki ihtiyacı arasında pozitif yönde, orta derecede, anlamlı bir ilişki bulunmuştur (p<0.01). Sınıf ve genel öz-yeterlik, genel öz-yeterlik ve sürekli kaygı, genel öz-yeterlik ve özerklik ihtiyacı, genel öz-yeterlik ve ilişki ihtiyacı arasında ise negatif yönde, orta derecede, anlamlı bir ilişki bulunmuştur (p<0.01).

**Tablo 7.** Genel öz-yeterlik için regresyon analizi sonuçları

	B	SH B	$\beta$	p
Özerklik İhtiyacı	-.958	.190	-.319	.000
Yeterlik İhtiyacı	-.716	.146	-.307	.000
İlişki İhtiyacı	-.983	.261	-.213	.000

-Bağımlı değişken: Genel öz-yeterlik

Tablo 7'de görüldüğü gibi stepwise regresyon analizi sonucunda anlamlı bir model ortaya çıkmıştır:  $F(3,209) = 55.891$ ,  $p < 0.05$ . Model genel öz-yeterlik algısının varyansının % 43.7'sini açıklamıştır (Adjusted  $R^2 = 0.437$ ). Üç temel psikolojik ihtiyaç olan özerklik, yeterlik ve ilişki ihtiyacı anlamlı olarak modele katkıda bulunmuştur. Tablo 7'deki  $\beta$  değerleri incelendiğinde genel öz-yeterliğe en büyük katkının özerklik ihtiyacı tarafından, ikinci büyük katkının yeterlik ihtiyacı ve en küçük katkının ise ilişki ihtiyacı tarafından yapıldığı görülmektedir. Tablo 7'deki Regresyon sonuçlarına bakıldığında, analize alınan üç psikolojik ihtiyacın karşılanmasının, genel öz-yeterliğe olumlu olarak katkı sağladığı görülmektedir.

**Tablo 8.** Sürekli kaygı için regresyon analizi sonuçları

	B	SH B	$\beta$	p
Özerklik İhtiyacı	.398	.093	.305	.000
Yeterlik İhtiyacı	.338	.121	.201	.006
İlişki İhtiyacı	.402	.167	.156	.017

-Bağımlı değişken: Sürekli kaygı

Stepwise regresyon analizi sonucu anlamlı bir model elde edilmiştir:  $F(3,209) = 27.217$ ,  $p < 0.001$ . Analiz sonuçları incelendiğinde üç temel psikolojik ihtiyacında sürekli kaygıya anlamlı derecede katkıda bulunduğu ve modelin sürekli kaygının toplam varyansının % 27.1'ini açıkladığı görülmüştür (Adjusted  $R^2 = 0.271$ ). Değişkenlerin sürekli kaygıyı açıklamadaki önem sırası büyükten küçüğe özerklik ihtiyacı ( $\beta:0.305$ ), yeterlik ihtiyacı ( $\beta:0.006$ ) ve ilişki ihtiyacıdır ( $\beta:0.017$ ). Tablo 8'deki regresyon analizi sonuçlarına göre, temel psikolojik ihtiyaçların karşılanmasının sürekli kaygıda düşüşe neden olabileceği söylenebilir.

## TARTIŞMA

Araştırmaya katılan öğrencilerin genel öz-yeterlik puanları arasında kadınların lehine çıkan öz-yeterlik sonucu, kadın öğrencilerin kendi yeterliklerini erkeklere nazaran daha yüksek gördüklerinin göstergesidir. Kadınların erkeklere göre öz-yeterliklerinin yüksek çıkması spor yöneticiliği mesleğinde kadınların da rol alması açısından olumlu olarak karşılanabilir. Kendilerini erkeklerden daha yeterli gören kadınlar yeteneklerine olan inançları sayesinde spor yöneticiliği alanında daha iyi yerlere gelebilir ve spor yöneticiliği alanında daha çok yönetici kadının olmasına katkı sağlayabilirler. Türkiye gibi ataerkil bir kültüre sahip bir toplumda kadın üniversite öğrencilerinin yeteneklerine bu denli güvenmesi, yani bastırılmış ve kendine güvenmeyen bir tutum sergilememesi olumlu bir durum olarak karşımıza çıkmaktadır ve kadın-erkek rollerinin değiştiğinin ve geliştiğinin bir göstergesi olarak değerlendirilebilir. Literatürde bizim bulgularımızı destekler nitelikte, kadınların öz-yeterlik algısının erkeklerden yüksek bulunduğu çalışmalar mevcutken (18,19,20), bazı çalışmalarda da erkeklerin kadınlara göre daha yüksek öz-yeterlik algısı olduğu belirtilmiştir (21,22,23,24). Temel psikolojik ihtiyaçlar açısından ise kadın ve erkekler arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. İlgili literatür incelendiğinde temel psikolojik ihtiyaçlardan özerklik ve yeterlik ihtiyaçları cinsiyet açısından anlamlı bir farklılık göstermezken, bağımlılık ihtiyacının kadınların lehine anlamlı bir farklılık gösterdiği bulunmuştur (25).

Pearson's korelasyon sonuçları incelendiğinde genel öz-yeterlik puanının, özerklik ihtiyacı, yeterlik ihtiyacı ve ilişki ihtiyacı ile negatif yönde anlamlı bir ilişki gösterdiği bulunmuştur. Bu sonuca göre kişinin temel psikolojik ihtiyaçları puanları düştükçe yani bu ihtiyaçlar karşılandıkça öz yeterlik puanları artış göstermektedir. Korelasyon sonuçlarını kuvvetlendiren regresyon analizi sonuçları incelendiğinde (Tablo 7), temel psikolojik ihtiyaçların tatmininin öz yeterlik inancını yüzde 43.7 oranında açıkladığı bulunmuştur. Bu sonuçlara göre özerklik, yeterlik ve bağımlılık ihtiyaçlarının tatmin olması genel öz-yeterlik inancını çok büyük oranda etkilemektedir.

Pearson' korelasyon sonuçları sürekli kaygı için incelendiğinde, sürekli kaygının özerklik ihtiyacı, yeterlik ihtiyacı ve ilişki ihtiyacı ile pozitif yönde bir ilişki sergilediği bulunmuştur. Yani, temel psikolojik ihtiyaçlar tatmin edildikçe sürekli kaygıda düşüş göstermektedir. Bu sonuçları destekler nitelikte, regresyon analizi sonuçları incelenirse (Tablo 8) genel öz-yeterliğin varyansının % 27.1'inin (Adjusted  $R^2 = 0,271$ ) temel psikolojik ihtiyaçlar tarafından açıklandığı görülmektedir. Kısaca, temel psikolojik ihtiyaçlar tatmin edildiği takdirde, genel öz-yeterlik inancı olumlu olarak etkilenecektir. Temel psikolojik ihtiyaçlarının önemini vurgulayan araştırmacılara göre bu ihtiyaçların tatmini insanların

## SARI, İ., YENİGÜN, Ö., ALTINCI, E.E., ÖZTÜRK, A., “Temel Psikolojik İhtiyaçların Tatmininin Genel Öz Yeterlik ve Sürekli Kaygı Üzerine Etkisi (Sakarya Üniversitesi Spor Yöneticiliği Bölümü Örneği)”

psikolojik iyi olmaları açısından çok önemlidir(2-5). Bizim sonuçlarımız bu çalışmalarda ifade edilenler ile örtüşmekte ve temel psikolojik ihtiyaçların tatmininin olumlu sonuçlarını göstermektedir. Ayrıca genel öz-yeterliğin artması (26-31) ve sürekli kaygının düşmesi (32,33) literatürde belirtildiği gibi öğrencilerin performanslarını çok yönlü olarak olumlu yönde etkileyebilir. Bu çalışmanın sonuçlarına göre, bahsettiğimiz olumlu etkilerin sağlanması için öğrencilerin temel psikolojik ihtiyaçlarının tatmin edilmesi gerektiği söylenebilir.

Bu sonuçlar genel olarak ele alınırsa beden eğitimi ve spor yüksek okulu spor yöneticiliği bölümü öğrencilerinin eğitimine yönelik bir takım öneriler yapılabilir. Bu sonuçlara göre;

- Öğrencilerin yeterlik ihtiyacını tatmin edici, onları motive eden ve yeteneklerinin farkında olmalarını sağlayacak davranışlar (yeterlik ihtiyacının tatmini) benimsenerek bunlara yönelik bir eğitim-öğretim ortamı oluşturulabilir.
- Öğrencilere seçme ve kendini ifade etme şansı verilerek, onların rahat hareket edebileceği eğitim ortamı oluşturulabilir (özerklik ihtiyacının tatmini).
- Öğrencilerle olumlu ilişkiler kurarak onlara değer verilmeli ve öğrencilerin birbirleriyle olumlu deneyimler yaşayacağı bir eğitim-öğretim ortamı oluşturulabilir (ilişki ihtiyacının tatmini).

## SONUÇ

Bu çalışmanın amacı temel psikolojik ihtiyaçların tatmininin üniversite Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Spor Yöneticiliği bölümü öğrencilerinin sürekli kaygı ve genel öz-yeterlik düzeylerine etkisini belirlemektir. Çalışmanın bulguları literatürde belirtildiği gibi (2-5) temel psikolojik ihtiyaçlar olan özerklik, yeterlik ve ilişkili olma ihtiyaçlarının tatmininin önemli olduğunu gösterir niteliktedir. Araştırmanın bulguları incelendiğinde öğrencilerin genel öz-yeterlik algılarının yükseltilmesi ve sürekli kaygılarının düşmesi için temel psikolojik ihtiyaçlarının karşılanması gerektiği sonucuna varılmıştır. Temel psikolojik ihtiyaçların tatmini genel öz-yeterlik ve sürekli kaygıyı olumlu yönde etkileyerek öğrencilerin akademik başarılarına da katkıda bulunabilir. Bu nedenle, öğrencilerin daha kaliteli bir eğitim alabilmesi ve daha başarılı bir eğitim öğretim sürecinden geçebilmeleri için öğretim elemanlarının bu bulguları göz önünde bulundurmaları gerektiği düşünülmektedir.

## KAYNAKLAR

1. Çelikkaleli, Ö. ve Gündoğdu, M., “Eğitim fakültesi öğrencilerinin psikolojik ihtiyaçları”, Eğitim Fakültesi Dergisi, 6(9), s. 43-53, 2005.
2. Deci, E.L., and R.M. Ryan, *Intrinsic Motivation and Self-determination in Human Behavior*, Plenum Press, New York, 1985.
3. Deci, E.L., Ryan, R.M. and Williams, G.C., “Need satisfaction and the self regulation of learning”, *Learning and Individual Differences*, 8 (3), pp. 165-183, 1996.
4. Deci, E.L., Ryan, R.M., “The “What” And “Why” Of Goal Pursuits: Human Needs And The Self- Determination Of Behavior”, *Psychological Inquiry*, 11, pp. 227–268, 2000.
5. Deci E.L., and R.M. Ryan, *Handbook of Self-Determination Research*. Rochester, NY: Univ. Rochester Press, 2002.
6. Ntoumanis, N., Edmunds, J. and Duda, J.L., “Understanding the coping process from a self-determination theory perspective”, *British Journal of Health Psychology*, 14, pp. 249-260, 2009.
7. Williams, G. C., Wiener, M.W., Markakis, K.M., Reeve, J.M., and Deci, E.L., “Medical students' motivation for internal medicine”, *Journal of General Internal Medicine*, 9, pp. 327–33, 1994.
8. Tekindal M.A., Eryaş N., Tekindal, B., “İlköğretim okullarındaki öğrencilerin sürekli kaygı düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi”, Gazi Üniversitesi Endüstriyel Sanatlar Eğitim Fakültesi Dergisi, 26, s. 79-93, 2010.
9. Öner, N. ve Le Compte, A., *Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri El Kitabı*, Boğaziçi Üniversitesi Yayınları, İstanbul, 1983.
10. Bandura, A., “Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavior change”, *Psychological Review*, 84, pp.191–215, 1977.
11. Bandura, A., *Self-efficacy: The exercise of control*, New York: Freeman, 1997.
12. Yıldırım F., ve İlhan Ö.İ., “Genel Özyeterlilik Ölçeği Türkçe Formunun Geçerlilik ve Güvenilirlik Çalışması”, *Türk Psikiyatri Dergisi*, 21(4), s.301-8, 2010.
13. Reis, H. T., Sheldon, K. M., Gable, S.L., Roscoe J., and Ryan, R.M., “Daily well-being: The role of autonomy, competence, and relatedness”, *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26, pp. 419–435, 2000.
14. Sheldon, K. M., Ryan R.M., and Reis, H.T., “What makes for a good day? Competence and autonomy in the day and in the person”, *Personality and Social Psychology Bulletin*, 22, pp. 1270–1279, 1996.
15. Kesici, Ş., Ö. Üre, Bozgeyikli, H., Sünbül, A.M., *Temel psikolojik ihtiyaçlar ölçeğinin geçerlik ve güvenilirliği*, VII. Ulusal PDR Kongresi Bildiri Özetleri Kitabı, Malatya, 2003.
16. Spielberger, C.D., Gorsuch, R.L., Lushene, R.E., *Manual for State-Trait Anxiety Inventory*, Consulting Psychologist Press, California, 1970.
17. Sherer M., Maddux J.E., Mercandante B., et al., “The SelfEfficacy Scale: construction and validation”, *Psychol Rep.*, 51, pp. 663-671, 1982.
18. Özdemir, S.M., “Sınıf Öğretmeni Adaylarının Öğretim Sürecine İlişkin Öz Yeterlik İnançlarının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi”, *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 54, s.277–306, 2008.

19. Yılmaz, G., Yılmaz, B., Türk, N., "Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenlerinin Mesleklerine İlişkin Öz Yeterlik Düzeylerinin İncelenmesi (Nevşehir İli Örneği)", Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi, 12 (2), s. 85-90, 2010.
20. Otacıoğlu, S.G., "Müzik öğretmenliği okul deneyimi uygulamalarına katılan öğretmen adaylarının öz etkililik-yeterlilik düzeylerinin incelenmesi", C.Ü. Sosyal Bilimler Dergisi, 32 (1), s.163-170, 2008.
21. Çubukcu, F. , "A study on the correlation between self efficacy and foreign language learning anxiety", Journal of Theory and Practice in Education, vol. 4, no. 1, pp. 148-158, 2008.
22. Maden, S., "Türkçe öğretmenlerinin drama yöntemini kullanmaya yönelik öz yeterlikleri", Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi. 7(14), s.259-274, 2010.
23. Çelik, C., Çevik, N., "İşsiz gençlerin bilgisayar öz-yeterlik algılarının çeşitli değişkenler açısından karşılaştırılması", 4th International Computer and Instructional Technologies Symposium. 24-26 Eylül, Selçuk Üniversitesi, Konya, 2010.
24. Izgar, H., Dilmaç, B., "Yönetici Adayı Öğretmenlerin Özyeterlik Algıları ve Epistemolojik İnançların İncelenmesi", Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 20, s. 437-446, 2008.
25. Çankaya, Z. C., "Öğretmen adaylarında temel psikolojik ihtiyaçların doyumu ve iyi olma", Türk Eğitim Bilimleri Dergisi, 7(3), s.691-711, 2009.
26. Bong, M., "Role of self-efficacy and task-value in predicting college students' course performance and future enrollment intentions", Contemporary Educational Psychology, 26(4), pp.553-570, 2001.
27. Bouffard-Bouchard, T., "Influence of self-efficacy on performance in a cognitive task", Journal of Social Psychology, 130,pp.353-363, 1989.
28. Zajacova, A., Lynch, S. M., and Espenshade, T. J., "Self-efficacy, stress, and academic success in college. Research in Higher Education", 46, pp.677-706, 2005.
29. Lane, A. M., Devonport, T. J., Milton, K. E. ve Williams, L. C., "Self-efficacy and dissertation performance among sport students", Journal of Hospitality, Leisure, Sport and Tourism Education, 2(2), 2003.
30. Lane, A., Hall, R., ve Lane, J., "Self-efficacy and statistics performance among sport studies students. Teaching in Higher Education", 9(4), pp.435-448, 2004.
31. Harrison, A. W., Rainer, R. K., Jr., Hochwarter, W. A., and Thompson, K. R., "Testing the self efficacy-performance linkage of social-cognitive theory", Journal of Social Psychology, 137(1), pp.79-87, 1997.
32. Mellanby, J., Zimdars, A., "Trait anxiety and final degree performance at the University of Oxford", The International Journal of Higher Education and Educational Planning, 61(4), p357-370, 2011.
33. Byron K., Khazanچی S., "A meta-analytic investigation of the relationship of state and trait anxiety to performance on figural and verbal creative tasks", Personality ve Social Psychology Bulletin, 37 (2), pp.269-83, 2011.