



**TÜRKİYE CUMHURİYETİ
ANKARA ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**



**FİZİKSEL AKTİVİTE DESTEKLİ PSİKO EĞİTİM
PROGRAMININ ÖZEL YETENEKLİ ÖĞRENCİLERİN
ÖZ YETERLİK, MOTİVASYON,
SOSYAL DUYGUSAL İYİ OLUŞ VE FİZİKSEL
AKTİVİTE DÜZEYLERİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ**

Seyit KARABURÇAK

**SPOR BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
DOKTORA TEZİ**

**DANIŞMAN
Doç. Dr. Nevin GÜNDÜZ**

**ANKARA
2023**

**TÜRKİYE CUMHURİYETİ
ANKARA ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

**FİZİKSEL AKTİVİTE DESTEKLİ PSİKO EĞİTİM
PROGRAMININ ÖZEL YETENEKLİ ÖĞRENCİLERİN
ÖZ YETERLİK, MOTİVASYON,
SOSYAL DUYGUSAL İYİ OLUŞ VE FİZİKSEL
AKTİVİTE DÜZEYLERİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ**

Seyit KARABURÇAK

**SPOR BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
DOKTORA TEZİ**

**DANIŞMAN
Doç. Dr. Nevin GÜNDÜZ**

**ANKARA
2023**

ETİK BEYAN

Ankara Üniversitesi

Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü'ne,

Doktora tezi olarak hazırlayıp sunduğum “Fiziksel Aktivite Destekli Psiko Eğitim Programının Özel Yetenekli Öğrencilerin Öz yeterlik, Motivasyon, Sosyal Duygusal İyi Oluş ve Fiziksel Aktivite Düzeylerine Etkisinin İncelenmesi” başlıklı tez; bilimsel ahlak ve değerlere uygun olarak tarafımdan yazılmıştır. Tezimin hipotezi tümüyle tez danışmanım ve bana aittir. Tezde yer alan deneysel araştırma tarafımdan yapılmış olup, tüm cümleler, yorumlar bana aittir.

Yukarıda belirtilen hususların doğruluğunu beyan ederim.

Öğrencinin Adı Soyadı: Seyit KARABURÇAK

Tarih:

İmza:

KABUL VE ONAY

Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü

Spor Bilimleri Anabilim Dalında

Seyit KARABURÇAK tarafından hazırlanan

“Fiziksel Aktivite Destekli Psiko Eğitim Programının Özel Yetenekli Öğrencilerin Öz yeterlik, Motivasyon, Sosyal Duygusal İyi Oluş ve Fiziksel Aktivite Düzeylerine Etkisinin İncelenmesi” adlı tez çalışması aşağıdaki jüri tarafından DOKTORA TEZİ olarak

OY BİRLİĞİ ile kabul edilmiştir.

Tez savunma Tarihi: 27/01/2023

Doç. Dr. Mahmut ÇİTİL

Gazi Üniversitesi

Jüri Başkanı

Prof. Dr. Ferda GÜRSEL

Ankara Üniversitesi

Üye

Doç. Dr. Nevin GÜNDÜZ

Ankara Üniversitesi

Üye/Danışman

Doç. Dr. Recep Sürhat MÜNİROĞLU

Ankara Üniversitesi

Üye

Doç. Dr. Irmak HÜRMERİÇ ALTUNSÖZ

Ortadoğu Teknik Üniversitesi

Üye

Tez hakkında alınan jüri kararı, Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü

Yönetim Kurulu tarafından onaylanmıştır.

Prof. Dr. Fügen AKTAN

Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürü

İÇİNDEKİLER

Etik Beyan	ii
Kabul ve Onay	iii
İçindekiler	iv
Önsöz	vi
Simgeler ve Kısaltmalar	vii
Şekiller	viii
Çizelgeler	ix
1. GİRİŞ	1
1.1. Özel Yetenek	6
1.2. Özel Yeteneklilerde Fiziksel Aktivite	11
1.3. Psiko Eğitim	14
1.4. Öz Yeterlik	16
1.5. Motivasyon	20
1.6. Sosyal Duygusal İyi Oluş	23
1.7. İlgili Alan Yazın	26
2. GEREÇ ve YÖNTEM	33
2.1. Araştırmanın Modeli	33
2.2. Amaç	34
2.3. Önem	34
2.4. Problem Durumu	35
2.4.1. Alt Problemler	35
2.5. Çalışma Grubu	36
2.6. Veri Toplama Araçları	39
2.6.1. Kişisel Bilgi Formu	39
2.6.2. Çocuklar İçin Öz Yeterlik Ölçeği	39
2.6.3. Harter İç-Dış Motivasyon Ölçeği	40
2.6.4. Çocuklar İçin Duygusal ve Psikolojik İyi Oluş Ölçeği	41
2.6.5. İlköğretim Öğrencileri İçin Fiziksel Aktivite Soru Formu	41
2.7. Fiziksel Aktivite Destekli Psiko Eğitim Programının Yapısı	42
2.8. Verilerin Toplanması	46
2.9. Uygulama	47
2.10. Verilerin Analizi	48
2.11. Varsayımlar	49
2.12. Sınırlılıklar	49
3. BULGULAR	50
4. TARTIŞMA	67
5. SONUÇ ve ÖNERİLER	87
5.1. Sonuçlar	87
5.1.1. İstatistiksel Olarak Anlamlı Fark Bulunanlar	87

5.1.2. İstatistiksel Olarak Anlamlı Fark Bulunmayanlar	89
5.2. Öneriler	92
ÖZET	94
SUMMARY	95
KAYNAKLAR	96
EKLER	108
Ek-1. Kişisel Bilgi Formu	108
Ek-2. Çocuklar Duygusal ve Psikolojik İyi Oluş Ölçeği Örnek Maddeler	109
Ek-3. İç- Dış Motivasyon Ölçeği Örnek Maddeler	110
Ek-4. Çocuklar İçin Öz-yeterlik Ölçeği Örnek Maddeler	111
Ek-5. Fiziksel Aktivite Anketi Örnek Maddeler	112
Ek-6. Öğrenci Onam Formu	113
Ek-7. Veli Onam Formu	114
Ek-8. Araştırma İzin Onayı	115
Ek-9. Etik Kurul Başvurusu	116
Ek-10. Etik Kurul Kararı	117
Ek-11. Sosyal Duygusal İyi oluş Ölçeği Kullanım İzni	118
Ek-12. Fiziksel Aktivite Formu Kullanım İzni	119
Ek-13. Çocuklar için Duygusal ve Psikolojik İyi Oluş Ölçeği Kullanım İzni	120
Ek-14. Çocuklar için Öz yeterlik Ölçeği Kullanım İzni	121
Ek-15. Fiziksel Aktivite Destekli Psiko Eğitim Rrogramı FİZPEP	122
FİZPEP ÖRNEK OTURUMLAR	126
FİZPEP 2. BÖLÜM FİZİKSEL AKTİVİTE ÖRNEK OTURUMLAR	139
Ek-16. Çalışma Grubu Yoklama Listesi	143

ÖNSÖZ

Bu çalışma fiziksel aktivite destekli psiko eğitim programının özel yetenekli öğrencilerin öz yeterlilik, motivasyon, sosyal duygusal iyi oluşları ve fiziksel aktivite düzeyleri üzerine etkisini incelemek amacıyla ele alınmıştır. Bu kapsamda çalışmanın bulguları ve yorumlamalarının, özel yetenekliler alanında çalışan uzmanların, özel yetenekli öğrenci ailelerinin ve nihai olarak özel yetenekli öğrenciler için faydalı olması umulmaktadır.

Bu tez çalışması, 22 yıllık psikolojik danışmanlık ve rehber öğretmenlik deneyimim, anaokulundan lise kademesine kadar tüm eğitim kademelerinde, çok programlı liseden bilim ve sanat merkezine kadar farklı türdeki okullarda olan deneyimim, 12 yıllık özel yetenekliler eğitim alanında yaptığım çalışmalar ve doktora eğitimi ile edindiğim spor bilimleri kültürü ve teorik altyapımın güçlü bir çıktısı olarak düşünülebilir. Doktora eğitimimin en zor döneminde beni yalnız bırakmayan, sahip çıkan, insancıl yaklaşımı, güler yüzü, alandaki geniş tecrübesi, anlayışı, empatik yaklaşımı ve koşulsuz desteği nedeniyle çok değerli danışmanım Doç. Dr. Nevin GÜNDÜZ'e en içten teşekkürlerimi sunuyorum. Tez sürecimde yapıcı ve destekleyici dönütleriyle Prof. Dr. Ferda GÜRSEL'e, beni kırmayıp TİK jürimde olmayı kabul eden özel yetenekliler alanının kıymetli ismi, samimi ve içten, güler yüzlü sevgili hocam Doç. Dr. Mahmut ÇİTİL'e teşekkür ederim.

Tez çalışmamda gönüllü olarak yer alan ve katkıları büyük olan Yusuf Demir Bilim ve Sanat Merkezi öğrencilerime teşekkür ederim. Tez çalışmam sürecinde bilgilerinden ve önerilerinden yararlandığım tüm mesai arkadaşlarıma, tez uygulama esnasındaki desteklerinden dolayı zümrem Murat YILDIRIM'a, beden eğitimi öğretmeni arkadaşım Fatih SARISAKAL'a, bu süreçte desteklerini esirmeyen akademisyen hocalarıma ve arkadaşlarıma saygılarımı sunarım. Son olarak, 2015 yılında başlayan yüksek lisans ve 2018'de devam eden doktora sürecinde il dışında bulunduğum ders dönemlerinde çocuklarımın hep yanında olan annem ve babama, vazgeçilmezlerim çocuklarım Umut Arda, Didar, Bartu Mete ve Oğuz Eray'a, süreç boyunca motive edici yaklaşımıyla eşim Gönül'e en içten teşekkürlerimi sunuyorum.

SİMGELER ve KISALTMALAR

BİLSEM	Bilim ve Sanat Merkezi
ÇDPIÖ	Çocuklar İçin Duygusal ve Psikolojik İyi Oluş Ölçeği
ÇÖYÖ	Çocuklar için öz yeterlik ölçeği
DSÖ	Dünya Sağlık Örgütü
FAA	Fiziksel Aktivite Anketi
FDA	Amerika Birleşik Devletleri Gıda ve İlaç Dairesi
FİZPEP	Fiziksel Aktivite Destekli Psiko eğitim Programı
HMÖ	Harter iç-dış motivasyon ölçeği
İÖFASF	İlköğretim Öğrencileri İçin Fiziksel Aktivite Soru Formu
MEB	Milli Eğitim Bakanlığı
ORGM	Özel Eğitim ve Rehberlik Genel Müdürlüğü
ÖEHY	Özel Eğitim Hizmetleri Yönetmeliği
TDK	Türk Dil Kurumu
TÜBİTAK	Türkiye Bilimsel Araştırma ve Teknoloji Kurumu

ŞEKİLLER

Şekil 2.1. Ön Test- Son Test Kontrol Gruplu Yarı Deneysel Desen	33
Şekil 2.2. Özel Yetenekli Öğrenciler için Hazırlanan FİZPEP İçerik Özeti	45



ÇİZELGELER

Çizelge 2.1. Deney Grubu Betimsel Analiz Sonuçları	37
Çizelge 2.2. Kontrol Grubu Betimsel Analiz Sonuçları	38
Çizelge 3.1. FİZPEP Uygulamasının Deney Grubunda Öz Yeterlik, Motivasyon, Sosyal Duygusal İyi Oluş ve Fiziksel Aktivite Düzeylerinin Ön Test Son Test ve İzleme Testi Sonuçları Betimsel İstatistik Sonuçları	50
Çizelge 3.2. FİZPEP Uygulamasının Deney ve Kontrol Grubunun Öz Yeterlik, Motivasyon, Sosyal Duygusal İyi Oluş ve Fiziksel Aktivite Düzeylerinin Ön Test Sonuçları Karşılaştırılması İçin Yapılan Bağımsız Örneklem T Testi Sonuçları	51
Çizelge 3.3. FİZPEP Uygulamasının Deney Grubunun Öz Yeterlik Ön Test, Son Test ve İzleme Testi Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması İçin Yapılan Tekrarlı Ölçümler İçin Anova Analiz Sonuçları	52
Çizelge 3.4. FİZPEP Uygulamasının Deney Grubunun Motivasyon Ön Test, Son Test ve İzleme Testi Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması İçin Yapılan Tekrarlı Ölçümler İçin Anova Analiz Sonuçları	52
Çizelge 3.5. FİZPEP Uygulamasının Deney Grubunun Sosyal Duygusal İyi Oluş Ön Test, Son Test ve İzleme Testi Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması İçin Yapılan Tekrarlı Ölçümler İçin Anova Analiz Sonuçları	53
Çizelge 3.6. FİZPEP Uygulamasının Deney Grubunun Fiziksel Aktivite Ön Test, Son Test ve İzleme Testi Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması İçin Yapılan Tekrarlı Ölçümler İçin Anova Analiz Sonuçları	53
Çizelge 3.7. FİZPEP Uygulamasının Deney Grubundaki Öğrencilerinin Öz Yeterlik, Motivasyon, Sosyal Duygusal iyi oluş ve Fiziksel Aktivite Son Test ve İzleme Testi Sonuçlarının Baba Eğitim Durumu Değişkenine Göre Karşılaştırılması İçin Yapılan Tek Yönlü Anova Analiz Sonuçları	54
Çizelge 3.8. FİZPEP Uygulamasının Deney Grubundaki Öğrencilerinin Öz Yeterlik, Motivasyon, Sosyal Duygusal İyi oluş ve Fiziksel Aktivite Son Test ve İzleme Testi Sonuçlarının Anne Eğitim Durumu Değişkenine Göre Karşılaştırılması İçin Yapılan Tek Yönlü Anova Analiz Sonuçları	56
Çizelge 3.9. FİZPEP Uygulamasının Deney Grubundaki Öğrencilerinin Öz Yeterlik, Motivasyon, Sosyal Duygusal İyi oluş ve Fiziksel Aktivite Son Test ve İzleme Testi Sonuçlarının Anne Meslek Durumu Değişkenine Göre Karşılaştırılması İçin Yapılan Tek Yönlü Anova Analiz Sonuçları	58

Çizelge 3.10. FİZPEP Uygulamasının Deney Grubundaki Öğrencilerinin Öz Yeterlik, Motivasyon, Sosyal Duygusal İyi oluş ve Fiziksel Aktivite Son Test ve İzleme Testi Sonuçlarının Baba Meslek Durumu Değişkenine Göre Karşılaştırılması İçin Yapılan Tek Yönlü Anova Analiz Sonuçları	60
Çizelge 3.11. FİZPEP Uygulamasının Deney Grubundaki Öğrencilerinin Öz Yeterlik, Motivasyon, Sosyal Duygusal İyi Oluş ve Fiziksel Aktivite Son Test ve İzleme Testi Sonuçlarının Ailenin Aylık Gelir Durumu Değişkenine Göre Karşılaştırılması İçin Yapılan Tek Yönlü Anova Analiz Sonuçları	62
Çizelge 3.12. FİZPEP Uygulamasının Deney Grubundaki Öğrencilerinin Öz Yeterlilik, Motivasyon, Sosyal Duygusal İyi Oluş ve Fiziksel Aktivite Son Test ve İzleme Testi Sonuçlarının Cinsiyet Değişkenine Göre Karşılaştırılması İçin Yapılan Bağımsız Örneklem T Testi Analiz Sonuçları	63
Çizelge 3.13. FİZPEP Uygulamasının Deney Grubundaki Öğrencilerinin Öz Yeterlilik, Motivasyon, Sosyal Duygusal İyi Oluş ve Fiziksel Aktivite Son Test ve İzleme Testi Sonuçlarının Yetenek Alanı Değişkenine Göre Karşılaştırılması İçin Yapılan Bağımsız Örneklem T Testi Analiz Sonuçları	65

1. GİRİŞ

Günlük yaşamımızda iskelet kaslarının kullanımıyla yapılan ve enerji harcaması gerektiren her türlü hareket fiziksel aktivite olarak değerlendirilmektedir (T.C. Sağlık Bakanlığı, 2014). Fiziksel aktivite ve egzersiz çoğu kez birbirinin yerine kullanılsa da bu kavramlar eşanlamli değildir. Fiziksel aktivite iskelet kaslarının kasılmasıyla üretilen ve dinlenik durumdan kalori gereksinimlerinde artışa neden olan herhangi bir bedensel hareket olarak tanımlanır (ACSM, 2015). Yapılan fiziksel aktiviteler yoğunluklarına bakımından üç kategoriye ayrılır. Bunlar düşük düzeyde orta düzeyde ve yüksek düzeyde fiziksel aktivitedir. Düşük yoğunlukta yapılan fiziksel aktivitelerde nefes alma ve kalp atım sayısında dinlenme değerinin biraz üzerinde olma ve çok az çaba gerektirme durumu olan günlük aktiviteler söz konusudur (Can ve ark., 2014). Örneğin; ev işleri ve yavaş tempoda yürüyüş, vb. Orta yoğunlukta fiziksel aktivitede ise, nefes almada ve kalp atım sayısında normalden daha fazla olma durumu, kasların zorlanması ve sonuçta orta dereceli çaba gerektiren aktiviteler bulunur. Aktivite esnasında kişinin konuşabildiği fakat şarkı söyleyemediği durumlardır. Örneğin; hızlı yürüme, düşük tempoda koşu, dans etme, ip atlama, yüzme, masa tenisi oynama, yavaş tempoyla bisiklet sürme vb. aktiviteleri içerir. Yüksek yoğunlukta fiziksel aktivitede ise, nefes alma ve kalp atım sayısında normalden çok daha fazla olma hali veya kasların daha fazla zorlanması, çok fazla çaba gerektiren aktiviteler söz konusudur. Birey, aktivite esnasında nefesi kesilmeden birkaç kelimeden daha fazlasını söyleyemez. Örneğin: voleybol, basketbol, futbol, tempolu koşu, tempolu dans etmek, hentbol ve step-aerobik yapmak, tenis oynamak vb. (DSÖ, 2010).

Amerika Birleşik Devletleri'ndeki her on çocuk veya ergenden yalnızca üçü gün içinde yalnız 60 dakika veya biraz üzerinde fiziksel aktivite yapmaktadır. Amerika'da 2018 yılında, 60 milyona yakın öğrencinin okula devam ettiği düşünüldüğünde bu sonuç daha da önem kazanmaktadır. Ülkemizdeki duruma bakıldığında Türkiye Beslenme ve Sağlık Araştırması'na göre 6-11 yaş grubu çocuklarımızın %58,4'ü düzenli (günde 30 dakika veya daha fazla süre ile) olarak

egzersiz yapmamaktadır. Bu yaş grubunda TV, bilgisayar, İnternet, ev ödevi, ders çalışma için hareketsiz geçirilen ortalama süre ise 6 saattir (T.C. Sağlık Bakanlığı, 2014). Öğrencilerin günlük 20 ila 60 dakikaya kadar fiziksel aktivite yapabilmesindeki en büyük destek kaynakları okullardır. Okuldaki düzenli fiziksel aktivite öğrencilerin daha aktif olmasına katkısının yanı sıra, dayanıklı olmasına, sağlıklı kas ve kemik kitlesi oluşumuna, sağlıklı beden imajına, kaygı ve stresi azaltarak sağlıklı ruh sağlığına, depresyonun azalmasına ve öz saygı artışına yardımcı olur (Centers For Disease Control And Prevention, 2018). Özellikle pandemi sonrasında bireylerin değerini bir kez daha hatırladığı fiziksel aktivitenin önemi daha da öne çıkmaktadır. Bu dönemde fiziksel aktivitenin bireylerin sosyal duygusal fiziksel ve psikolojik gelişimine ne denli yararlar sağladığı tartışılmaz hal almıştır. Öyle ki uzaktan eğitim faaliyetlerinin içerisine eklenen içerikler arasında fiziksel aktivite uygulamaları da yer bulmuştur. Bununla birlikte dünyada hızla en önemli sağlık problemleri arasına giren aşırı kilo ve obezite sorunu da fiziksel aktivite uygulamalarının yaygınlaşmasında etkilidir. Düzenli yapılan fiziksel aktivitenin yararlarına genel olarak bakıldığında, sağlıklı büyüme ve gelişmeye katkısı, istenmeyen alışkanlıklardan korunmaya yardımı, sosyalleşme ve yetişkinlik döneminde karşılaşılabilecek birtakım uzun süreli hastalıkların oluşumunun engellenmesinin yanı sıra ortaya çıkabilecek rahatsızlıkların tedavisi ve tedavinin desteklenmesi, hareketli bir yaşlılık dönemi sürmelerinin sağlanması, bir başka söylemle yaşam boyu hayat kalitesinin artırılması için önemli katkılar sağlayabilmektedir (Canadian Society for Exercise Physiology, 2017).

Fiziksel aktivite yapabilmek adına yaratılmış olan insan bedeni hareketsizlik nedeniyle gün geçtikçe çeşitli sorunlarla karşılaşabilmektedir. Fiziksel aktivitenin herkesçe bilinen sağlığa faydalarının yanı sıra, bilişsel etkileriyle birlikte bu etkilere bağlı şekilde farklı yaş seviyelerindeki zihinsel süreçler üzerindeki olumlu rolü, bu nihai olarak bu süreçlerin bir sonucu anlamında akademik başarının arttırılmasına dair katkıları da olabileceği gözden kaçmamalıdır. Aynı zamanda geçmiş ve yakın dönem çalışmalarda fiziksel aktivitenin, özgüven, öz saygı ve iyi olma hali gibi durumların yanında mental ya da ruhsal sorunlar yaşayan bireylerin tedavi süreçlerinde kullanımından, stres, kaygıyla baş etme, travma sonrası stres bozukluğu

tedavilerine kadar kadar pek çok başlığı da doğrudan ya da dolaylı etkisi olduğu bilinmektedir. Çocukların tüm eğitim dönemlerinde, eğitim ve müfredat sürecine fiziksel aktivitenin entegrasyonu sayesinde çocukların fiziksel ve zihinsel gelişimlerinin daha güçlü şekilde desteklenebileceği bilinmelidir. Fiziksel aktivitenin eğitim-öğretim içerisindeki yerine bakıldığında sağlıklı olan bireylerin öğrenme güçlerinin de daha iyi olacağı unutulmamalıdır. Her yaştan bireyin, fiziksel aktivitenin birçok alandaki katkısını bilerek yaşamaları, hayatlarında olumlu bir değişime yol açabileceklerine inancı herkesçe kabul görmelidir (Satman, 2018).

DSÖ (2010)'ye göre fiziksel aktivite sayesinde çocukların ve ergenlerin benlik saygılarının artış gösterdiği, öğrenme performansları ve ders başarılarının yükselmesine olan katkısı, sosyal uyum becerisi sağlamayı kolaylaştırması ve sosyal olarak kabul görme oranını arttırdığı bilinmektedir. Çocuk ve gençlerin sağlığının korunması ve yaşam kalitelerinin artırılması için yapılması gereken fiziksel aktivite seçilirken; kişinin yaşı, bulunduğu fiziksel çevre, fiziksel uygunluğu, vücut ağırlığı isteklilik/gönüllülük durumu, aktiviteye ulaşılabilirlik, aktivitenin eğlenceli olması, gereksinimlere göre planlanmış olması, her ortam ve zamanda kolaylıkla uygulanabilir ve pratik olması, devamlılığa uygun olması ve ekonomik durum gibi etkenler dikkate alınmalıdır (Türkiye Fiziksel Aktivite Rehberi, 2014). Yaş gruplarına göre fiziksel aktivitelerde özellikle erken çocukluk döneminden itibaren başlamak kaydıyla, 5-11 yaş kategorisindeki çocukların sağlığına katkı için günlük minimum 60 dakika süresi boyunca orta şiddetten(hedef kalp hızı 220-yaş formülüne göre, orta şiddet için %50-70 arası, yüksek şiddet içinse %70-85 arası) başlayarak yüksek şiddete şeklinde ilerleme koşuluyla fiziksel aktiviteler yapmalarını sağlamak için, okul yönetimleri ve ailelerin işbirliği gereklidir (Department of Health, 2009). Ayrıca okuldaki beden eğitimi ve spor ders saatleri dışında kalan serbest zamanlarda da çocukların fiziksel aktivite yapmaya teşvik edilmesi gereklidir. Çocukların bulundukları yaş grubu ve gelişimsel özellikleri dikkate alınarak haftalık minimum üç kez yüksek şiddetli aktiviteler ve asgari üç defa kas ve kemik güçlendiren aktiviteler yapmaları oldukça önem taşımaktadır. Çocukları futbol, judo, jimnastik, halk dansları, doğa sporları, atletizm, yüzme, tenis, kayak gibi sporlar, sıçrama içeren ve grupla oynanan top oyunlarına yönlendirmek yararlı

olacaktır. Buna ek olarak ev işleriyle ve açık havada yapılabilecek işler, aile ile hep beraber yapılacak faaliyetlere katılmalarını desteklemek teşvik etmek de ayrıca etkili olacaktır (Asici ve İkiz, 2019). Özellikle okul çağı çocuklarında fiziksel aktivite alışkanlığı bilinci kazandırmak önemlidir. Düzenli olarak yapılan fiziksel aktivite çocukların yeni arkadaşlar edinmesinde, güçlü kemik ve kas yapısı sağlamasında, esnekliğini koruyabilmesinde, sağlıklı vücut ağırlığına sahip olmasında, düzgün duruş sağlamasında ve dengesini artırmasında, zindeliğini artırmasında, kalbini güçlendirmesinde, özgüvenini artırmasında ve sağlıklı büyümesinde, gelişmesinde önemli katkı sunacaktır. Bununla birlikte fiziksel aktivitelerin duygusal destekleme aracı olarak, depresyon ve anksiyete ile mücadelede rol oynadığı, kişinin öz yeterliliğine katkı sağladığı ve psiko sosyal gelişimini de olumlu etkilediği de kabul görmektedir (DSÖ, 2019).

Psiko sosyal gelişim alanlarındaki katkıları incelendiğinde kişinin iyi hissetmesini sağlaması ve mutlu olması, sağlıklı beden gelişimi depresyon veya kaygı bozukluğu riskini azaltması gibi alanlardaki pozitif etkileri nedeniyle vücut düzgünlüğü ve farkındalığını geliştirerek fiziksel benlik saygısı yüksek, özgüvenli bireyler yaratması da diğer katkılardan sayılabilir. İletişim becerileri konusunda katkısı, olumlu düşünebilme becerisi ve problem çözme becerilerine katkısı, benlik saygısı ve özgüven artışı, sosyal ilişkilerde gelişme ve yorgunluk halinde azalma da diğer yararları arasında sayılabilir (McAuley ve ark., 2005). Fiziksel aktiviteye karşı hareketsizlik ise insan sağlığını negatif etkileyebileceği için hem birey hem de toplum düzeyinde sağlık giderlerini de artırma ihtimali taşır. Hem bireysel sağlığın ve hem de dolaylı olarak toplum sağlığının, fiziksel aktivite gibi eğlenceli olduğu kadar da düşük zaman ve maddi maliyetli ve bunlara karşın yüksek verimli bir faaliyetle desteklenmesi, sağlık alanında yapılan harcamalarının azaltılması konusunda etkili bir araç olarak kullanılabilir (DSÖ, 2019). Günlük yaşam içerisinde olabildiğinde aktif olmak sağlıklı bir yaşam için ilk adımdır. Fiziksel aktivite ne denli düzenli yapılırsa sağlığı koruyup geliştirebilmek ve yaşamda bir alışkanlık haline getirmek kolaylaşabilir. Fiziksel aktivitenin fiziksel, sosyal, ruhsal ve bireyin gelecek yaşantısı üzerine etkileri bireyin doğrudan sağlığı üzerinde etkili olabilmektedir.

Fiziksel aktivitenin sınıf içi entegrasyonu için iki temel yaklaşım söz konusudur. Bunlardan ilki planlanan akademik programa entegre edilmiş fiziksel aktivitedir. Bu yaklaşımda öğretmenin aktivitelerin yapılmasını sağlamak için ders planlama sürecinde ekleyebileceği bazı talimatlar söz konusudur. Öğretmenler bu durumda fiziksel aktiviteyi tanımlar ve öğretim stillerine uyan fiziksel aktiviteli ders planına dahil eder öğrenciler çoğunlukla hareketli değildir. İkincisi ise planlanan akademik planlama dışındaki fiziksel aktivitelerdir. Bu yaklaşımda sınıf içi odaklanma ve enerjide düşüş azalma fark eden öğretmen spontane olarak fiziksel aktiviteyi sürece dahi eder. Daha önceden öğretmenin bilgisi dahilinde olan bu aktiviteler hemen istenildiğinde derse entegre edilebilir. Sınıf içinde fiziksel aktiviteyi artırmanın başka yolları da mümkündür. Sınıf içi aktivitelerde öğrenci hareketliliği esnasında fiziksel aktivite teşvik edilebilir. Sınıf içi uygun davranışlarda fiziksel aktiviteyi ödül veya teşvik aracı olarak kullanmak da yararlı olabilir. Sabah güne başlandığı esnada fiziksel aktiviteyi uyarıcı olarak kullanarak tüm okula hareket duyuruları yapılabilir. Hareketsiz kalınarak yapılan aktivitelerde fiziksel aktiviteyi teşvik etmek. Örneğin sırada beklerken de vücut hareketleri yapmayı desteklemek gibi (Centers for Disease Control and Prevention, 2018).

Milli Eğitim Bakanlığı (MEB) tarafından ortaokul düzeyi için hazırlanan beden eğitimi ve spor dersi kapsamında iki temel öğrenme alanı belirlemiştir. Bu öğrenme alanlarından biri hareket yetkinliği, diğeri ise aktif ve sağlıklı hayattır. İlk öğrenme alanı olan, hareket yetkinliği öğrenme alanı altında üç alt öğrenme alanı belirlenmiştir. Bunlar; hareket kavramları ilkeleri ve ilgili hayat becerileri, hareket becerileri ve son olarak hareket stratejileri ve taktikleridir. İkinci öğrenme alanı olan, Aktif ve sağlıklı hayat öğrenme alanının altında ise 3 alt öğrenme alanına yer verilmiştir. Bunlar da fiziksel etkinlik kavramları ilkeleri ve ilgili hayat becerileri, düzenli olarak yapılan fiziksel etkinlik ve son olarak kültürel birikimlerimiz ve değerlerimizdir. Bu kapsamda çalışmada kullanılacak fiziksel aktivite etkinlikleri ağırlıklı olarak, düzenli fiziksel etkinlik alt alanıyla ilişkilidir (MEB, 2018b).

Bu araştırmanın amacı, fiziksel aktivite destekli hazırlanan psiko eğitim programının uygulanması sonrasında özel yetenekli öğrencilerin öz yeterlik,

motivasyon, sosyal duygusal iyi oluşları ve fiziksel aktivite düzeyleri üzerinde etkisinin olup olmadığının incelenmesidir. Bununla birlikte öğrencilerin demografik değişkenlerinin psiko eğitim programı sonrası bağımlı değişkeler üzerinde etkisinin olup olmadığı incelenecektir.

1.1. Özel Yetenek

Özel yeteneğin yalnızca IQ'ya (Intelligence Quotient) dayalı tanımını artık hem alan uzmanları hem de özel yetenekli çocuğa sahip olanlar hem de eğitimciler tarafından çok fazla kabul görmemektedir. Bir çocuğun gelişmesi ve öz yeterliliğini geliştirmesi için sosyal ve duygusal faktörler ele alınmalıdır. Özel yetenekli öğrenciler çeşitli alanlarda yüksek başarı kabiliyetine sahiptir, ayrıca bu özel yetenekliler zihinsel, sanatsal veya liderlik kapasitesi, yaratıcılık gibi farklı alanlarda veya çeşitli akademik alanlarda akranlarından ileri düzey performans sergiler (Neihart ve ark., 2002). Bu yetenekleri geliştirmek için okulda normalde sağlanamayan hizmetlere ve faaliyetlere ihtiyaç duyabilirler. Özel yeteneklilerin bulundukları eğitim ortamında kendilerine has özellikleri önemsenmediğinde ve gerekli davranışsal ve eğitimsel düzenlemeler yapılmadığında sorun yaşanabilme ihtimali söz konusudur (Çitil ve Ataman, 2018). Özel yeteneklilerin ailesi, sağlık durumu, kişiliğı ve zeka düzeyi çocukların hepsi için sosyal-duygusal yaşamlarında önemli destekleyici bileşenlerdir. Birçok durumda uygun ev ve okul ortamları ile desteklenen özel yetenekli çocuklar akranlarına göre daha uyumlu ve daha sağlıklı karakter yapıları geliştirirler (Saranlı ve Metin, 2012). Yapılan araştırmalar sonucunda özel yeteneklilerin akranlarına kıyasla benzer düzeyde arkadaşlık ilişkileri ve sosyal uyuma sahip olduklarını görülmüştür (Oğurlu, 2010). Motivasyonel, zihniyet, aidiyet, yalnızlık, mükemmeliyetçilik, yaşam doyumu ve benlik saygısı açısından üstün zekalı ve üstün zekalı olmayan öğrencilerin sosyal duygusal özelliklerinin farklılık gösterdiği bilinmelidir (Pfeiffer ve ark., 2016). Toplumda özel yetenekliler eğitiminin önemsenmesi ayrıca yeteneğin desteklenmesiyle bireyin potansiyelini en üst düzeyde kullanmasına fırsat verilerek özel yeteneklilerin mutluluğunu artırırken, ülke kalkınmasına da katkı sağlanması mümkün

olabilecektir. Gelişimsel özellikleri açısından yaştaşlarından farklılık gösteren özel yetenekliler, kendilerini gerçekleştirme yolculuğunda desteklendikleri ölçüde, güçlü motivasyonları ile toplumdaki diğer bireyleri de etkileyebilecek, toplumun gelişimi açısından itici bir güç olabileceklerdir. Özel yetenekliler alanındaki uygulamaların; bireyden başlayarak ailede, toplumda ve nihai olarak ülke genelinde nicelik ve nitelik olarak sınırlı olduğu görülmüştür (TBMM, 2012). Özel yetenekli çocuklar, ebeveynlerinden ve öğretmenlerinden sosyal destek almak isterler. Çocuğun destek beklentisi ölçüsünde duygusal desteğe prim vermek; sevginin gösterilmesi, empati ve güven önemlidir. Ebeveynler genellikle çocuklarının karşılaştığı güçlüklerin kaynağını okuldaki zorluklar olarak görürken öğretmenler ise ailedeki sorunların buna neden olduğunu düşündüklerini göstermektedir (Wright-Scott, 2018).

TDK (2022)'nın zeka tanımı incelendiğinde; insanın akıl yürütme, objektif gerçekleri algılama, düşünme, yargılama ve sonuç çıkarabilme yeteneklerinin tamamı, zeyreklik, feraset, anlak, dirayet, olarak tanımlanmaktadır. Yetenek kavramı incelendiğinde ise bir kimsenin bir şeyi anlama veya yapabilme niteliği, kudret kabiliyet ve son olarak istidat olarak ifade edilir. Gardner ve Renzulli(1999) gibi özel yetenekliler alanının uzmanlarınca çoklu zeka, üçlü halka gibi modellerle üstün zeka kavramı açıklanmıştır. Uzun yıllar Türkçe yayınlarda ve alan yazında üstün zekâ kavramı kullanılmış ancak 2013 yılından bu yana özel yetenek kavramı kullanılmaya başlamıştır. Özel yetenekli birey; liderliğe ilişkin kapasitede önde olan akranlarına göre öğrenme hızı yüksek olan, sanat, belirli akademik alanlarda üst düzey yeteneğe sahip, yaratıcılık, geniş ve farklı ilgi alanları olan, soyut fikirleri anlayabilen ve bir ya da birden fazla alanda akranlarına göre yüksek düzeyde performans gösteren birey şeklinde ifade edilmiştir (MEB, 2022b). BİLSEM'ler ise eğitimlerine örgün eğitim kurumlarında devam eden özel yeteneklilerin; genel zihinsel yetenek alanı, görsel sanatlar yetenek alanı veya müzik özel yetenek alanlarından birinden veya birkaçından tanınması yapılan bu özel yeteneklilerin, öncelikle tanındıkları alanlardaki yeteneklerini geliştirerek ve nihai olarak da kapasitelerini en üst düzeyde kullanmalarını desteklemek amacıyla kurulmuş destek eğitim kurumlarıdır (MEB, 2022a).

Gagné (2013) üstün yetenekliliği, eğitimsiz doğal malzemelere sahip olmak ve bunları kullanmak olarak tanımlamaktadır. Bilişsel potansiyel dâhil olmak üzere zihinsel işleyişin en az bir alanında yetenekli olmak veya kas ve motor dâhil olmak üzere yaratıcı, sosyal ve algısal veya fiziksel alanlarda bireyin yaşlıları arasında ilk %10'luk dilime yerleşmesi halidir. Bu bireyler yüksek potansiyelli olarak da bilinmektedirler. Özel yetenekli çocuklar ve tipik gelişim gösteren çocukların yaşam kaliteleri, davranışsal, ruhsal sorun alanları, sosyal duygusal ve aile işlevselliklerinin karşılaştırıldığı bir çalışmanın sonuçları, özel yeteneklilerin sağlığı açısından risk ihtimalinin olduğu düşünülmektedir. Önlem olarak özel yeteneklilerin yaşamlarının ilerleyen dönemlerinde, tüm gelişim alanları açısından sağlıklı yetişkinler olabilmesi için, erken dönemde tanılama, uygun eğitim ortamı hazırlanması, duygusal ihtiyaçlarının rehberlik desteği sağlanması, ebeveynlerle birlikte eğitimcilerin de bilgilendirilmesi önemlidir (Eren ve ark., 2018).

Özel yeteneklilerin sahip oldukları yetenekler zamanla gelişebilir ve ilerleme gösterir, burada çevresel ve içsel faktörler arasındaki etkileşim oldukça önemlidir. Özel yetenek, birey akademik, teknik, bilim ve teknoloji, sanat, sosyal, hizmet, yönetim/satış, ticari faaliyetler veya atletizm ve spor gibi alanlarda akranlarından farklılaştırır. Bununla birlikte, gelişim sürecindeki zorluklar, bu yeteneklerin zaman zaman istenilen düzeyde performansa yansımaya engel olabilir (Sak, 2020). Özel yetenekli çocuklar ve aileleriyle çalışmak için öncelikle çocukların özelliklerini tanımak önemlidir. Bu özellikler, onları akranlarından farklı kılan yüksek düzeyde duyarlılık, duygu durum yoğunluğu, asenkron gelişim ve ahlaki kaygılar olarak gözlemlenebilir (Fornia ve Frame, 2001). Ebeveynlerin sosyal ve zihinsel olarak duygusal gelişimlerini desteklemeleri özel yetenekli çocukların kendilerini nasıl yorumladıklarını etkiler. On aileyle yapılan nitel bir çalışmaya göre Özel yeteneklilikle ilgili zihinsel bir çerçevenin olmayışı aileler için en önemli sorunlardandır. Ebeveynlerin özel yetenekli öğrencilerin sosyal duygusal yönlerini desteklemek için kapsamlı bir program ihtiyacı vardır (Solow, 1995). Akademik olarak özel yeteneklilerin algıladıkları kişilerarası ilişki durumlarına bakıldığında özel yetenekli ergenlerin kişiler arası yeterlik ve akran ilişkileri algıları akran ilişkilerini başlatma, biçimlendirme ve sürdürme yeteneklerine ilişkin genel olarak

olumludur. Cinsiyete göre ise kızların erkeklere göre sosyal benlik algısı farklılaşırken akademik alanda özellikle sözel bölümde zorluk yaşayanların akran ilişkilerinde zorluklarla karşılaşma olasılığı daha yüksek olmaktadır (Lee ve ark., 2012).

Alan yazında gifted, talented, ve gifted/talented kavramları bazen belirsiz ya da tanımlanmamış grupları açıklamada değişimli olarak kullanılmaktadır. Başka bir tanım da zihinsel olarak üstünler için kullanılmaktadır. Bu öğrenciler; standardize edilmiş zekâ testlerinde ortalamanın en az iki standart sapma üzerinde puan alanlardır. Bu öğrenciler; başarı testlerinde, özellikle matematik ve okuma alanlarında akranlarından en az iki sınıf üstünde puan alır (MEB, 2018a). ABD’de yayımlanan Marland (1972) raporuna göre özel yetenekliler belirtilen alanlardan birinde ya da bazılarında üst düzey performans gösteren bireyler olarak tanımlanmaktadır. Yaratıcı ya da üretici düşünce yeteneği, genel zihinsel yetenek, liderlik yeteneği, özel akademik yetenek, görsel ve gösteri sanatlarında yetenek ve psiko motor yetenek gibi alanlardır (MEB, 2018a). 2013-2017 Özel Yetenekli Bireyler Strateji ve Uygulama Planı incelendiğinde genelde literatürde “üstün” kelimesi kullanılmasına karşın bu planda kelimeye karşılık gelen ve daha az kategorize edici olduğu düşünülen “özel” kelimesi tercih edilmiştir (MEB, 2013). Bu doğrultuda üstün zekâ, üstün yetenek kavramları sonraki MEB çalışmalarında, yayınlarında ve yazışmalarında özel yetenek şeklinde kullanılmaya başlanmıştır. Bu çalışmada da alıntı, atıf yapılan ve çalışmacıların yayınlarındaki kullandıkları kavramlar haricinde, çalışmanın genelinde özel yetenek kavramı kullanılmıştır.

Özel yeteneklilik potansiyelleri nedeniyle akranlarından belirgin açılardan farklılıklara sahip olan bu öğrenciler çoğunlukla birden fazla alanda üst düzey performans sergileyebilir. Bunlar arasında kolay ve çabuk öğrenme, yüksek zihinsel enerji, detayları öğrenme isteği, araştırmaya ilgi, akıcı dil ve konuşma becerisi, özellikle ilgi alanlarında uzun süreli ve yoğun dikkat, farklı ve çeşitli ilgi alanlarına sahip olma, gözlemci olma, yüksek duyarlılık seviyesi, mizah becerisinde farklılık, hafızalarının güçlü olması, tümevarım yeteneğinin güçlü olması, eleştirel düşünme, aşırı soru sorma, yüksek düzeyde merak, yeni orijinal fikirlere sahip olma,

başladıkları işi başarıyla bitirme isteği, liderlik yapma arzusu, detaylardan hoşlanma, soyut düşünme becerisi sayılabilir (MEB, 2018a).

Özel yeteneklilerde bilişsel özelliklerin gerek aileler gerekse çevresi tarafından öncülmesi bazen sosyal duygusal özelliklerinin geri planda bırakılmasına hatta bazen de yok sayılmasına neden olabilmektedir. Öyle ki bazı durumlarda aileler öğretmenler bu öğrencilerin her şeyle her durumda başa çıkabilecekleri, kendini güçlü hissetme konusunda da akranlarından ayrışabilecekleri kanaati taşırlar. Bu nedenle sosyal duygusal açıdan güçlüklerle karşılaştıklarında baş edebilmek için destekleyici faktörler bir kez daha önem kazanmaktadır. Özel yetenekli öğrencilerin sosyal duygusal özellikleri incelendiğinde bunlardan bazıları; yeni ortamlara hızlı uyum sağlama, yaşlılarıyla değil yaşça büyüklerle sohbet etme isteği, akranlarına göre farklı, bazen anlaşılmakta zorlanılan mizah anlayışı, empatik açıdan başarılı olma, yaşlılarına göre davranışlarında olgunluk, çevresinde olanlara karşı aşırı duyarlı olması, çevresinde olup bitene karşı duygusal anlamda yoğun hislere sergilemesi, davranışlarını sergilerken rahat hareket etmeleridir (MEB, 2018a).

Türkiye’de son yıllarda özel yeteneklilerin eğitimi ile ilgili büyük değişim yaşanmaktadır. Özel yeteneklilerin eğitimindeki yenilikçi anlayış ve yaklaşımların yanında yasal düzenlemelerin uluslararası kriterler esas alınarak şekillendiği söylenebilir. 1960’lı yıllarda Fen liselerinin kurulmasıyla başlayan süreçten 1990’lı yıllarda BİLSEM’lerin açılmasına ve 2000’li yılların ortasına gelindiğinde özel yeteneklilerin eğitimleriyle ilgili stratejik eylem planının çıkarılması, lisan ve master düzeyinde özel yeteneklilerin eğitimi anabilim dallarının yaygınlaşmaya başlamasıyla özel yeteneklilerin eğitimi alanı çalışmaları ivme kazanmıştır. Türkiye’de özel yeteneklilerin eğitiminin son dönemdeki yükselişine rağmen program türlerinin yetersiz kalması, öğretmen niteliğinin istenilen düzede olmaması, program geliştirme konusunda uzman yetersizliği ve özel yeteneklilerin eğitimiyle ilgili olumsuz tutumlar gibi bazı problemler çözüm beklemektedir (Sak ve ark., 2015).

Ülkemizde özel yeteneklilere eğitim veren ve en yaygın olarak bulunabilecek kurum MEB'e bağlı olan bilim ve sanat merkezleri yani BİLSEM'lerdir. 1994 yılında ilk olarak Ankara'da açılan BİLSEM'ler 2022 yılı Aralık itibarıyla her ilde ve bazı ilçelerde olmak üzere sayıları 385'i bulmuştur ve yaklaşık 90bin civarında öğrenciye okul sonrası destek eğitimi sunmaktadır. Özel yetenekli öğrencilerin ilkokul düzeyinde tanınmasının ardından lise öğrenimlerinin sonuna kadar okul öncesi/sonrası zamanlarında destek eğitimi veren BİLSEM'ler öğrencilerin mevcut kapasitelerini en üst düzeyde kullanmalarını hedeflemektedir.

Beden eğitimi ve sporun, özel eğitime ihtiyacı olan bireylerdeki kazanımlarına bakıldığında; fiziksel katkılarının yanında, akademik, sosyal, duygusal ve psikolojik katkıları da göze çarpmaktadır. Özel eğitime destek duyan çocuklarda yapılacak aktivitelerde; fiziksel ve motor uygunluk, motor becerilerde gelişim, olumlu benlik kavramı, sosyal yeterlilik, zorluklarla baş etme, boş zaman becerileri geliştirme, oyun becerileri kazanma ve yaratıcılığı geliştirmek amaçlanmaktadır. Kinestetik öğrenenler, eğitim ve/veya dokunsal öğrenme vasıtasıyla bunu yapma potansiyeline sahip üst düzey yetenek gösterebilirler. Özel eğitimin alt grubunda ya da diğer kategorilerdeki öğrencilerde uygulanması hedeflenen bu faaliyetler özel eğitim çatısı altında yer alan özel yetenekli öğrenciler için de kendi özellikleri esas alınarak uygulanması oldukça yararlı olacaktır.

1.2. Özel Yeteneklilerde Fiziksel Aktivite

Özel eğitim desteği gerektiren çocuklarda yapılacak olan aktivitelerde; sağlıklı benlik kavramının gelişimi, fiziksel ve motorik uygunluk, motor becerilerde gelişim, sosyal yeterlilik, serbest zaman becerileri geliştirme, zorluklarla baş etme, oyun becerileri kazanma ve yaratıcılığı geliştirmek amaçlanmaktadır (Morris ve Schulz, 1989). Amacı yüksek düzeyde yetenekli ve bilgi birikimine sahip 9. sınıf beden eğitimi öğrencilerinin öğrenme deneyimlerini incelemek olan çalışmada öğrencilerin öğrenme düzeylerini nasıl geliştikleri ve ilerledikleri ayrıca bunu deneyimlerini nasıl en üst düzeye çıkarabilecekleri incelenmiştir. Araştırmaya katılan

öğrenciler fiziksel aktivite sırasında eğitimden ve konudan gerçekten zevk almalarına rağmen ihtiyaçlarının tam anlamıyla karşılanmadığını ifade etmişlerdir. Öğrenciler genellikle yetersiz uyarılmış hissetmiş ve daha büyük zorluklar talep etmişlerdir ayrıca her zaman müfredat, ders programı ve öğretim uygulamalarının gereksinimlerini karşılamadığına dair genel bir düşünceleri vardır (Jenkins, 2010). BİLSEM'deki özel yeteneklilerin beden eğitimi dersi ile öğretmeni kavramlarına ilişkin görüşlerini tespit etmek için yapılan çalışmanın sonuçlarına göre özel yeteneklilerin beden eğitimi dersi ile öğretmenine dair olumlu algıya sahip oldukları bulunmuştur (Yılmaz ve Güven, 2015). Bu durum özel yeteneklilerin fiziksel aktiviteye karşı olumlu tutum sergilediklerini göstermektedir.

Özel yetenekli öğrencilerin fiziksel aktiviteler konusunda desteklenmesi aşamasında daha çok kinestetik yolla öğrenenler, eğitim ve/veya dokunsal öğrenme vasıtasıyla bunu yapma potansiyeline sahip üst düzey yetenek gösterebilmektedirler. Özel yetenekli öğrenciler fiziksel aktivite boyutuyla incelendiğinde aşağıdaki alanların birinde ya da birden fazlasında “mükemmel” özellik sergiler (Lutostanski, 2018).

- ✓ Fiziksel alan: Belirli bir spor veya aktivitede başarılı olmak için fizyolojik yatkınlık; fiziksel aktiviteleri gerçekleştirmede yetkinlik ve uygunluk, vücudu konusunda güçlü farkındalık sahibidir.
- ✓ Sosyal alan: Liderlik, takım çalışması, girişkenlik ve benzeri özelliklerde mükemmel; başkalarının coşku ve tutkularını paylaşması isteği; yeteneğini göstermede özgüven sahibidir.
- ✓ Kişisel alan: Hevesli ve tutkulu, öz düzenleme kapasitesi yüksek, öz disiplin sahibi, zaman yönetimi becerileri güçlü, kendine inancı yüksek, hedef odaklı, meydan okuyabilen, mükemmel içsel ön gücü sahibi, kişisel olarak en iyiye ulaşmak için son derece motive olmuş, ve becerilere hakim olmada hünerlidir.
- ✓ Bilişsel alan: Planlama becerisi üst düzey, fiziksel / sporla ilgili kavramları anlayan ve bilgi sahibi olan, baskı altında karar verebilme becerisi vardır.
- ✓ Yaratıcılık alanı: Zorluklara karşı akıcı, özgün ve duyarlı yanıtlar verir.

Özel yetenekli öğrencilerin spor yetenek alanında sergiledikleri beceriler: (Elliot ve ark. 2013).

- ✓ Akranlarından daha gelişmiş çeviklik, denge ve koordinasyona sahip olma.
- ✓ Doğuştan gelen bir özellik olan ve genelde «istisnai» sporcuları ayıran «hızlı» olmak.
- ✓ Hareketlerini akıcı, net ve doğru bir şekilde bir araya getirme yeteneği.
- ✓ Spor kurallarını veya aktiviteyi öğrenmeye yönelik alışılmadık bir ilgi ve bu alanda ustalık.
- ✓ Fiziksel becerilerde ustalaşmaya yönelik yüksek düzeyde isteklilik.
- ✓ Fiziksel beceri ve bilişsel yeteneğin kombinasyonunu spor/oyun/aktivite becerilerinde doğru zamanda doğru şekilde uygulama.
- ✓ Başkalarına yönelik olarak beceri veya kavramı öğretmeye ilgi.
- ✓ Spor veya aktivite bağlamında olağanüstü liderlik nitelikleri.
- ✓ Özel yetenekliler sadece iyi performans göstermekten gurur duymazlar başkalarıyla aktif bir şekilde ilgilenir ve akranlara ve takım arkadaşlarına iyi oynamalarında/yapmada yardımcı/destek olma isteği.
- ✓ Bir ya da birden fazla sporda mükemmel olma.
- ✓ Aktif / pratik katılımı içeren araç/gereç kullanımından veya bu tür derslerden zevk alma.
- ✓ Bir şeyi bir kez yaptıktan sonra nasıl yapılacağına dair olağanüstü hafızaya sahiplik.
- ✓ Üst düzey motorik koordinasyona sahip olma.

Özel yetenekli öğrencileri fiziksel faaliyetlerde destekleyebilmek için; düzenli beden eğitimi faaliyetleri, düzenli bir aerobik programlar, akıllı tahta veya benzeri etkileşimli teknolojik donanımlarla yapılan destekler, interaktif spor ve oyunlar, aktif katılımlı doğa gezileri, başkalarına fiziksel becerileri öğretme fırsatları tanıma, uygulayıcıların programlarında da (öğretmen sunumları ve öğrenci sunumları) multi medya kaynakları eklemek (bilgisayar, video, yazılım programları, sunumlar, görseller gibi) yararlı olabilir.

1.3. Psiko Eğitim

Psiko eğitim, bireylerin değerleri, olayların yorumlanması ve yaşam ortamlarına yönelik (örn. ev, okul ve işyeri) davranış kalıplarını değiştirmeye yönelik bir yaklaşımdır. Çoğunlukla, psiko eğitim seansları değiştirilmesi hedeflenen davranışları kazandırmayı amaçlar. Uygunsuz davranışlara da yer verilerek, bir fkişiye yardımcı olarak uygun davranışlar geliştirilmeye odaklanır. Kişinin değişim ihtiyacını tanımak ve ardından o kişinin daha iyi davranış seçenekleri sergilemesine yardımcı olacak seçenekler üzerinde çalışılır. Özünde ve genellikle bir “öğretmen” ve bir “öğrencinin” kendini ve diğerlerini daha doğru bir şekilde anlamasına yardımcı olmak önceliklidir. Bu süreçte mevcut davranış biçiminin yararsızlığı ve değişimi konusunda çalışılır (Makama ve ark., 2019).

Grup Uygulamaları Uzmanları Derneği grupları dört kategoriye ayrılmaktadır. Bunlardan ilki; psiko eğitim ve rehberlik grupları, ikincisi danışma/kişilerarası problem çözme grupları, üçüncüsü psikoterapi/kişiliği yeniden yapılandırma grupları ve dördüncüsü ise görev/iş yönelimli gruplar şeklinde ayrılmıştır. Hangi grupta olursa olsun psiko eğitim gruplarının yapılandırılma sürecinde altı aşamalı bir durum söz konusudur. İlk aşama, grup öncesi hazırlık aşaması, ikinci aşama grubun içeriğinin ve ana hatlarının oluşumu aşaması, üçüncü aşama okul ve kurum desteği aşaması , dördüncü aşama ise gruba üye seçimi aşaması, beşinci aşama grup liderinin hazırlıkları aşaması, altıncı ve son aşama izleme ve değerlendirmedir (Güçray ve ark., 2009). Psiko eğitim, bireyin farkındalık ve girişimciliğini teşvik etmeyi hedefleyen güçlendirici eğitimi olarak da tanımlanabilir. Örneğin; kronik bir durumu yönetmek, bunlarla baş etmek ve yaşamak için çözümler sağlamak konularında ve değişen davranış ve tutumlardır. Suçluluğu sorumlulukla, çaresizliği girişimcilikle değiştirir. Psiko eğitim sadece bireyi ve ailesini sorunlu durum hakkında bilgilendirmek veya onlara çözüm önerileri sunmak için değil bu duruma neden olan etkenlerle ilgili eğitim ve öğretim verme sürecidir. Bu sayede kişi durumu daha iyi anlar ve kontrol hissi geliştirir böylece sorun da giderek azalabilir (Yadav ve ark., 2011).

Psiko eğitim grup çalışmalarında genelde dört tür grup vardır: görev, psiko eğitim, danışmanlık ve psikoterapi gruplarıdır. Ayrıntılı farklılıklar mevcut olmasa da bu tür gruplar arasında, her biri profesyonel fayda sağlayan özelliklere sahiptir. Dört tür psiko eğitim grupları da kapsamlı okul psikolojik danışma programlarında yaygın olarak kullanılmaktadır. Sonuç olarak; odaklanmak, tartışmak, yönlendirmek ve üye tutumlarını değiştirmek, inançlarını, fikirlerini ve görüşlerini incelemeye yardımcı olmayı amaçlar. Psiko eğitim gruplarında, yeni bilgi ve beceriler, tasarlanmış beceri geliştirme etkinliklerinin kullanımı yoluyla kazanılır (Bore ve ark., 2013).

Psiko eğitim sürecinde seans sayısı ve sıklığı değişken olmakla birlikte, ortalama sayı haftalık aralıklarla 6 ile 12 seans arasındadır. Çalışma bitiminde aylık aralıklarla takip seansları da yapılabilir. Psiko eğitim modelleri incelendiğinde:

- Bilgi verme modeli: Odak noktası, katılımcılara sorunlar/problemlerle ilgili bilgi vermek ve bunların yönetimi hakkında bilgi sağlamaktır.
- Beceri eğitim modeli: Kişilerin sorun durumunu daha etkin bir şekilde yönetebilmeleri için belirli becerilerin geliştirilmesine odaklanır.
- Destekleyici model: Esas olarak, üyelerin duygularını paylaşmaya dâhil etmek için destek gruplarından yardım almayı içerir.
- Kapsamlı model: Önceki üç modelin bir kombinasyonu nu kullanır.

Psiko eğitim programları farklı yollarla gerçekleştirilebilir. Grubun birey sayısına göre: bireysel, ailece, grupla ve topluluk halinde. Psiko eğitimin konusuna göre ise: Uyum odaklı, Hastalık odaklı, Tedavi odaklı, Rehabilitasyon odaklı çeşitleri mevcuttur (Farris ve ark., 2011).

Psiko eğitimsel grup çalışmaları, öğrencilerin potansiyelinin gelişimini ve başarısını artırmanın yanında uygulanabilirliği açısından da çeşitlilik gösterir ve geniş bir yelpazeye hitap edecek şekilde ve çeşitli konu içerikleriyle de uyarlanabilir. Bu durum özellikle okul psikolojik danışmanlarının yaygın biçimde bu yöntemi kullanmalarını sağlar. Okullarda yaygın olarak, sosyal beceri geliştirme, çalışma

becerileri geliştirme, kişisel gelişim, okul sporları, ergenlik sorunları, öfke kontrolü, depresyon ve stres konularında çeşitli psiko eğitim çalışmaları farklı sayıda öğrenci ve seanslar da gerçekleştirilmektedir. Psiko eğitiminin içerisinde yer alan yöntemlerden oyun için ebeveyn görüşlerinin alındığı bir çalışmada; oyun oynamanın çocuklarını mutlu ettiğini, emek harcamalarına destek olduğu, yaratıcılıklarını geliştirerek paylaşımlarını teşvik ettiğini ve sosyalleşmelerini sağlamamak gibi birçok becerilerini geliştirmelerine yardımcı olduğunu belirtmişlerdir (Gündüz ve Taşpınar, 2017).

1.4. Öz Yeterlik

Öz yeterlik, bireylerin hedefleri gerçekleştirmesine ve gerçekleştirme kapasitesine inancıdır. Bandura (1997)'ya göre öz yeterlik, bir işi uygulamada veya başarmada bireyin kendi kapasitesine olan inancıdır. Öz yeterlik kişide mevcut davranışların sergilenmesi ve yeni davranışların ortaya çıkma potansiyelinde oldukça önemlidir. Öz yeterlik inancına sahip bireyler çevresindekilere göre bir işi başarmada daha fazla çaba azim ve kararlılık gösterme ve zorluklarla baş etmede daha güçlüdür (Bandura, 1997). Kişinin akademik öz-yeterliliği ise katılım ve katılım yeteneklerine ilişkin algısını ifade eder. Öz yeterlik öğrencilerin motivasyon, düşünce kalıpları ve tepkiler, kontrol algısı ve akademik üretkenlik gibi alanlardaki davranışsal seçimlerini de etkilemektedir. Kişinin öz yeterliliği, görevlere, hedeflere ve zorlu durumlara nasıl yaklaştığında önemli rol oynayabilir. Yüksek öz yeterliğe sahip kişiler, karşılaştıkları zorlu görevlere kaçınılması gerekli bir durumdan ziyade daha çok ustalaşılması gerekli bir şey olarak görme eğilimi taşırlar (Telef ve Karaca, 2013).

Düşük öz yeterlik riski altında olan üstün yetenekli öğrencilerin en büyük grubu normal sınıfta bulunan çocuklardan oluşmaktadır. Tüm çocukların sürekli büyümeyi deneyimlemeleri için gerekli müfredat değişikliği ve zihinsel ilerleme genellikle normal sınıfta pratik olarak görülmezken, esneklik, seçim, farklılaşma yapılması gerekli düzenlemeler arasındadır. Eğitim sistemindeki bu boşluk nedeniyle

özel yetenekli çocukların çoğu, en değerli yeteneklerini boşa harcama riskiyle karşı karşıyadır. En önemlisi de engelleri aşmak ve olumlu akademik gelişim sağlamak ve öz-yeterliliklerini artırmak için ihtiyaç duydukları destekten yoksundurlar (Alemdağ, 2018). Eğitim ortamında motivasyon artışının sağlanabilmesinde öz yeterliliğin artırılması önemli rol oynamaktadır (McCrudden ve ark., 2005).

Önceki araştırmalarda, bazı özel yetenekli öğrencilerin öğrenme hevesi ve konuşma ve yeteneklerini sergileme cesareti gibi yeteneklerini değişen derecelerde kaybettiği bulunmuştur. Bazı özel yetenekli öğrencilerin ilkokulda özgüvenlerini kaybetmeye başladıklarını ve bu kaybın lise ve üniversite eğitimleri boyunca da devam ettiği belirtmiştir (Hammouri, 2020). Bu öğrenciler büyüdükçe zihinsel yeterliliklerinden giderek daha fazla şüphe duymakta, kendilerini diğerlerinden daha az yetenekli olarak görebilmektedir. Özellikle ortaokul döneminden itibaren başarı konusunda akranlarıyla aralarında fark kapanabilir ve bu süreci sadece yeteneğe güvenerek atlatabilmeleri zor bir durum haline gelebilmektedir.

Ortaokulda yetenekli kızlarla yapılan görüşmelerde kızların olağanüstü zihinsel yetenek sergilemekten kaçındıklarını akran grubunun normlarına daha iyi uyum sağlama çabası sergilediklerini ve bunun yollarını aradıklarını ortaya çıkarmıştır (Plucker ve Callahan, 2014). Özel yeteneklilerin ebeveynleri için tasarlanmış sekiz haftalık aile eğitim programının, onların öz yeterlilik düzeylerine ve özel yeteneklilerle ilgili farkındalıklarına etkisinin incelendiği bir çalışmada eğitim alan ebeveynlerin öz yeterlilikleriyle özel yeteneklilerle ilgili farkındalıklarının pozitif anlamda farklılaştığı görülmüştür (Oğurlu, 2016).

Özel yetenekli öğrencilerin eğitimcileri bazı pratik yollarla olumlu öz yeterliliğe ulaşmaları için öğrencilerin problemlerinin üstesinden gelmelerine yardımcı olabilir. Bunu için öğrenci çabasını övmek, Örneğin, bir çocuğun problem çözmede iyi olduğunu yorumlamak vb., öğrencilerin diğerlerine kıyasla en iyisini yaptıklarında değil, ellerinden gelenin en iyisini yaptıklarında başarılı olduklarını hissetmelerine yardımcı olmak, yaşamlarında hata yapmış ve başarısızlıklar yaşamış, başarısız olmanın ve reddedilmenin başarıyı engelleyemeyeceğini vurgulayan

başarılı insanlar hakkında biyografileri okutmak, onlara bu başarılı insanların başarısız olduklarında nasıl hissettiklerini ve düşündüklerini sorun. Bu sayede öğrencilerin diğerlerinin nasıl motive kaldığını keşfetmelerine yardımcı olarak başarısızlıklara ve hayal kırıklıklarına rağmen, sorunlarla başa çıkmak için kendi stratejilerini bulmaya başlarlar. Ayrıca hatalarla ilgili bir mizah anlayışı modelleyin, örneğin hata yaptığında kendi kendine gülmek buna rağmen hayal kırıklıklarını ifade etmek ve ilerlemek için cesur davranmalarını teşvik etmek gereklidir (Miller, 2009).

Öz yeterlilik, motivasyon, öğrenme, öz düzenleme ve insan başarısını kapsadığı için oldukça önemlidir. Kişinin yeteneklerinin, kişinin hayatını etkileyen olayları nasıl etkilediğine, katkı sağladığına dair içsel inancı olarak görülmektedir. Kişinin öz yeterlik inançları, ustalık deneyimleri, dolaylı deneyimleri, ikna kabiliyeti ve fizyolojik ipuçları yoluyla oluşur. Öz yeterliliğin en etkili kaynağı, kişinin kendi performansını dikkate almasıdır. Kişide oluşan güven, onun geçmiş performansını takip eder ve kişinin öz yeterliliğini geliştirmede gelecekteki davranışını etkiler. Ustalık temelli öğrenme eğilimi, gelişim öz yeterliği üzerinde de güçlü bir etkiye sahip olabilir. Ustalık deneyimi, öz yeterliği geliştirmede ana faktördür ve "öz"ü incelerken olumlu sonuçlar için gereklidir. Ustalığa dayalı öğrenme, çocukların hangi konuda iyi olduklarını ve potansiyel kişisel başarıyı nasıl tanımladıklarını ve nasıl belirledikleridir (McAuley ve ark., 2005).

Öz yeterlik inançlarının motivasyonel sonuçları da olabilir. Birinin başardığı şeye olan inancı, gelecekteki seçimlerini etkiler ve gelecekteki başarı için ilham verir. Yeterlik duygusu, bir öğrenciyi daha zor görevlere girişmeye ve bunları birer meydan okuma olarak görmeye motive edebilir. Yüksek öz yeterliliğin varlığına genellikle zorlu görevlerle karşı karşıya kalındığında sakinlik duyguları eşlik eder. 7 oturumluk anneler için hazırlanan ebeveyn eğitim programı'nın öz yeterlik üzerindeki etkilerinin incelendiği yarı deneysel bir çalışmada, psiko eğitim programının ebeveynlik öz yeterliklerini arttırdığı ve bu etkinin sürdürüldüğü sonucuna ulaşılmıştır (Bağatarhan ve Nazlı, 2013). Özel yeteneklilere yönelik hazırlanan programların ve kullanılan metodolojinin, özel yeteneklilerin öz

yeterliklerini olumlu yönde etkilediği, ailelerin de çocuklarının gelişimlerini anlama konusunda desteklenmesi gerektiği bilinmektedir (Lindt, 2021).

Okullarda öz yeterliğin öğretilmesinde öğretmenlerin etkisi ve katkısı küçümsenemez. Öğretmenlerin, öz yeterliliği beslemenin önemini ve bunun bir öğrencinin hayatında nasıl faydalı veya yıkıcı bir etkisi olabileceğinin farkında olması gereklidir. Öğretmenler genellikle öğrenciler için ilk akademik rol modelidir ve kendine güveni güçlendirebilir veya bir öğrencinin öz yeterliliğini azaltabilir. Küçük yaş grubundaki öğrenciler, kendi yetenekleri hakkında yargı oluşturmak için yetişkin değerlendirmesine güvendikleri için, öz değerlendirme konusunda rehberliğe ihtiyaç duyarlar. Öğretmenler, uygun şekilde zorlayıcı ve anlamlı işler sağlayarak öğrenciler için güçlü bir öz yeterlilik sağlayabilirler.

Öz yeterlik, bir kişinin belirli bir faaliyeti gerçekleştirebilme konusundaki öz yargısıyla kendisine olan “Yapabilirim” veya “Yapamam” inancıdır. Öğrencilerin kendi değerleri veya değerleri hakkında nasıl hissettiklerini yansıtan benlik saygısından farklı olarak, öz yeterlik, öğrencilerin belirli görevleri yerine getirme konusunda ne kadar emin olduklarını yansıtır. Bir alanda yüksek düzeydeki öz yeterlik, başka bir alandaki yüksek öz yeterlik ile örtüşmeyebilir. Enstrüman çalma konusundaki yüksek güven resim çizme konusundaki yüksek güven ile eşleştirilemeyeceği gibi, matematikte yüksek öz yeterlik, hecelemede yüksek öz-yeterliğe mutlaka eşlik etmeyebilir. Öz yeterlik genellikle o an içinde denenmekte olan göreve özgümlük taşır. Ancak yüksek öz yeterliğe sahip olmak, öğrencilerin mutlaka başarılı olacaklarına inandıkları anlamına gelmez. Öz yeterlik, öğrencilerin başarılı olma becerilerine sahip olduklarına ne kadar güçlü bir şekilde inandıklarını gösterirken, diğer faktörlerin onları başarılı olmaktan alıkoyacağına da inanabilirler. Bu durumda öz yeterlikleri yüksek olsa da engelleyemeyecekleri faktörler nedeniyle başarısız da olabilirler (Memmert, 2006).

Çoğu zaman öğrencilerin öz yeterlik inançlarıyla akademik performansları arasında anlamlı ilişkiler olduğu sonuçları göze çarpmaktadır. Bir göreve yönelik öz yeterliliği düşük olan kişilerin görevden kaçınma olasılığı daha yüksektir, öz

yeterliliği yüksek olanlar ise yalnızca görevi üstlenme olasılıkları daha yüksek olmakla kalmaz, aynı zamanda daha çok çalışır ve zorluklar karşısında daha uzun süre dayanırlar. Kişinin öz yeterlik düzeyi dolaylı olarak seçimlerini de etkilemektedir. Bunlar; öğrencilerin hangi etkinlikleri seçtikleri, ne kadar çaba harcadıkları, zorluklar karşısında ne kadar ısrarcı oldukları ve belirledikleri hedeflerin zorluğu olarak karşımıza çıkmaktadır. Düşük öz yeterliğe sahip öğrenciler genellikle başarılı olmayı beklemezler ve çoğu zaman yetenekleriyle orantılı bir düzeyde başarılı olamazlar. İyi yapacak becerilere sahip olduklarına inançlarının zayıflığı nedeniyle denemekten sıklıkla kaçınırlar.

Özel yetenekli çocukların akademik olarak kendisiyle benzer özellik taşıyan akranlarıyla eğitilmesi fikri, öz yeterlik inançlarını geliştirmenin bir yolu olabilir. Çocuklar genellikle kendilerini diğer çocuklarla karşılaştırırlar. Bu karşılaştırmalarda denklik söz konusu değilse, kolay karşılaştırmalar, kişinin kendi yeteneğini abartmasına neden olabilir. Yetenek gruplamasından kaynaklanan akran karşılaştırmaları, daha az yetenekli yaşlıların da öz yeterliklerine zarar verebilir. Öğrencilerin sınıf ve yaş düzeyi ilerledikçe öz-yeterlik ve başarı arasındaki bağlantı güçlenmektedir. Öğrenciler üniversitedeyken, öz yeterlik inançları, başarılarıyla, yeteneklerinin herhangi bir ölçüsünden daha güçlü bir şekilde ilişkili olabilmektedir. Öğrencilerde yüksek bir eğitim başarısı geliştirmek amaçlandığında, mümkün olduğunca erken bir zamanda daha güçlü öz yeterlik oluşturmaya başlamak oldukça yararlı olacaktır.

1.5. Motivasyon

Motivasyon büyük oranda kişinin ihtiyaçlarına, beklentilerine ve bir işe karşı teşviklere bağlıdır ve bunların tümü de öğrenilir (MacDonald, 2014). Bazı başarılı olamayan öğrenciler için yoğun akademik içeriğe sahip olmayan ilgi alanları okulda motive edici olabilir. Öğretmenler bu ilgi alanlarının doğasını belirleyerek, akademik başarısı daha düşük öğrencilere motivasyon öğretmek için kullanabilirler. Bu durum genellikle akademik başarısı yüksek olan özel yetenekli öğrenciler için de

kullanılabilir. Özel yetenekli çocuklarla yapılan bir çalışmaya göre sosyal duygusal faktörlerin öğrenme motivasyonu etkilediği içsel ve dışsal motivasyonun akademik başarıda etkili rol aldığı tespit edilmiştir (Phillips ve Lindsay, 2006). Özel yetenekli bireylerin, tipik gelişim gösteren akranlarından ayrılan özellikleri nedeniyle motivasyonel açıdan ve belirgin olarak da sosyal duygusal yönden desteklenmeye; akranları, öğretmenleri ve aileleri ve tarafından benimsenmeye gereksinimleri vardır (Dağlıoğlu, 2018).

Özel yetenekli öğrencilerin bazı özellikleri asenkron olarak gelişirler, bu da öğrenme süreçlerinin farklı yönlerinin farklı oranlarda gelişmesi anlamı taşır. Örneğin, aynı yaştaki diğer çocuklarla aynı uyaranlar tarafından motive edilmemiş görünen bir çocuk, farklı bir hızda gelişmiş olabilir ve bu nedenle farklı uyaranları motive edici bulur (Rush, 2012). Üstün yetenekliliğe ilişkin bakış açıları, motivasyonu üstün zekalılıkla ilgili yapının bir parçası olarak nitelendirse de motivasyon başlı başına bir üstün zekalılık alanı olarak görülmelidir. Çünkü motivasyonun biliş, zeka, yetenek ve başarı ile doğal bağları vardır. Entelektüel olarak yetenekli kişilerin önemli ölçüde daha yüksek akademik içsel motivasyonu aynı zamanda akademik içsel motivasyon yüksek düzey IQ ile ilişkilidir. Akademik içsel motivasyon, çocukluktan ergenliğe önemli ölçüde devam etmektedir. Çevre de akademik içsel motivasyonla önemli ölçüde ilişkilidir (Gottfried ve Gottfried, 2004). Özel yetenekli çocuklar da akranları gibi fiziksel, sosyal veya duygusal sorunlarla karşılaşabilirler. Bu durumda bu öğrencileri sınıf etkinliklerine dahil etmek için onları neyin motive ettiğini belirlemek de oldukça önemlidir. Özel yeteneklilerde akademik içsel motivasyon, zorlu ve yeni görevlerin öğrenilmesi sürecinde ustalık, merak, sebat, görev içselliği gibi özellikleri barındırarak süreçten zevk almak olarak ortaya çıkabilir (Gottfried ve Gottfried, 2009).

Özel yetenekli öğrencileri gruplandırmak, birbirleriyle ve öğretmenleriyle etkileşim kurmalarına yardımcı olabilir. Özel yeteneklilerin yetenek alanlarına göre gruplanması “küme gruplaması” olarak da adlandırmaktadır. Özel yetenekli öğrencilerde yeteneği belirlemek zor olabilir çünkü bu öğrenciler geleneksel akademik ortamlarda her zaman yüksek başarılı kişiler değildir; ancak, farklı

değerlendirme araçları ve öğretmen gözlemleri, özel yetenekliler kümesinin belirlenmesine yardımcı olabilir (Garn ve Jolly, 2014).

Öğretmenler ve yöneticiler bu öğrencileri belirledikten sonra, bu öğrencilerin eğitimini alanda uzmanlaşmış kişiler tarafından sağlamak çok önemlidir. Bu alan uzmanları, küme gruplamanın nasıl işlevsel olacağını, eğitimin nasıl hızlandırılması ve zenginleştirilmesi gerektiğini ve öğrencilerin düşüncesini genişletmek için derinlik ve karmaşıklığın nasıl kullanılacağını bilir. Özel yetenekli öğrenciler üst düzey düşünmeye ne kadar çok katılırlarsa, sınıfa o kadar fazla ilgi göstereceklerdir. Bu durum da öğrenme motivasyonlarını artıracak için süreç ve sonuca doğrudan etkili olacaktır. Özel yeteneklileri motivasyonel açıdan desteklemek için ilgi ve tutkulu oldukları alanlara yönlendirmek, yaptıkları işin amaca hizmet etmediğini değerlendirmek, iyi performans gösterebilecekleri inancını desteklemek, üretkenliklerini desteklemek, gerçekçi beklentiler sergilemek, erken dönemde teşvik etmek gereklidir (Siegle ve McCoach, 2005).

Özel yetenekli öğrencileri motive etmek, öncelikli olarak zihniyette bir değişiklik gerektirir. Tüm öğrenciler, standart ölçütlerden bağımsız olarak her gün yeni bir şeyler öğrenmeyi hak eder. Öğretmenlerin sınıfta derse katılmak ve motive olmakta zorlanan özel yetenekli öğrencileri motive etmelerine yardımcı olabilecek bazı uygulamalar aşağıdaki gibi olabilir (Garn ve Jolly, 2014).

- Motivasyonu artırmak için çeşitli seçenekler sunma.
- Uzun ve kısa vadeli hedefler belirleme.
- Öğrencilerin yeni materyallerle karşılaşmalarını sağlamak için ön testler yapma.
- Öğrencilere, öğretmenlerin onlardan ne beklediğini bilmeleri için organize olmayı öğretme.
- Güçlü yönleri destekleyerek ve zayıf yönlerin nasıl üstesinden gelineceğini modelleyerek öğrencilere koçluk yapma.
- Farklı konular için farklı öğretim yöntemleri kullanmaya özen gösterme.
- Sadece zekâlarına değil, emeklerine saygı duyma.

Ebeveynler ve öğretmenler özel yetenekli öğrencileri zekâları ya da yetenek alanları için övdüğünde, bu öğrenciler zihinsel olarak mücadele etmedikleri için motivasyona zarar veriyor olabilirler. Aslında onları zorlayan sıkı çalışmalarını ve çabalarını övmek daha değerli bir hal almaktadır. Özel yetenekli öğrenciler genellikle zeki olduklarını ya da yetenekli olduklarını duyarlar, bu nedenle standart bir sınıfta herhangi bir ekstra çaba harcama ihtiyacı da hissetmeyebilirler. Öğretmenler sıkı çalışmanın ve azmin benlik algısını ve motivasyonu nasıl etkilediğini gösterdiğinde, öğrenciler okul ve okulla nasıl meşgul olacakları hakkındaki fikirlerini değiştirmeye başlayabilirler.

Eğitimciler ve veliler onların ilgi alanları ve tutkularını desteklemelidir. Bu sayede öğrencilerin yaptıklarının bir amaca hizmet ettiğini anlamalarını sağlarlar. İyi performans gösterecek becerilere sahip olduklarına inanırlar, çevrelerinin üretkenliklerini teşvik edeceğine inanırlar ve kendilerini için gerçekçi beklentiler belirlerler. Bu durum erken dönemde yapıldığı müddetçe bu davranışlar gençlere yardımcı olacak üretken ve tatmin edici yaşamlar sürmelerine teşvik edecektir.

1.6. Sosyal Duygusal İyi Oluş

Özel yetenek alanlarına sahip olmak zaman zaman çocuklara avantajlar sağlayabilir, ancak aynı zamanda benzersiz sorunlara da neden olabilir. Özel yetenekli öğrenciler diğer akranlarıyla aynı gelişim aşamalarından geçerler; ancak özel yetenekli öğrencilerin gelişim aşamaları genellikle çok daha erken ortaya çıkar. Bu öğrenciler benzersiz sosyal ve duygusal ihtiyaçlar yaşarlar. Bu durum yaşıtlarına nazaran hızlandırılmış ve daha karmaşık bilişsel gelişimleriyle bağlantılıdır (Neihart ve ark., 2002). Dürüstlük, adalet, ahlaki konular, küresel kaygılar ve başkalarına karşı duyarlılık, üstün yetenekli çocukların yaşamlarında ortak temalar arasındadır. Bireylerin sosyal duygusal iyi oluşları, sosyal ve duygusal gelişimleri çerçevesinde değerlendirildiğinde duygu, davranış, hedef vb. başlıkları içermektedir. Sosyal ve duygusal gelişim çerçevesinde bakıldığında her bireyin yaşam başarısı için geliştirmesi gerekli temel becerileri ifade eder. Kişinin kendi ve çevresindekilerinin

duygularını tanıması, tanımlaması, anlaması, duyguları yönetebilme becerisi, onları düzenleyebilme gücü, kişilerarası ilişkilerde yetkinlik durumudur (Özbey, 2019).

Eğitsel olarak uygun zorluklar ve programlama, özel yetenekli öğrencilerin olumlu sosyal ve duygusal refah geliştirmelerine yardımcı olabilir. Bu öğrenciler akademik, sosyal ve duygusal ihtiyaçlarını karşılayan bir ortamda beslenirse, sorunlarının çoğu en aza indirilebilir (Baker, 2018). Özel yetenekli öğrencinin ailesine yönelik çocuklarıyla ilgili rehberlik ihtiyaçlarının incelendiği bir çalışmada özel yeteneklilerin desteklenmesi gerekli alanları olarak; mükemmeliyetçilik, aşırı duyarlılık, çok fazla aktiviteye katılma, kurallara aşırı bağlılık, yetenek geliştirme programlarının eksikliği ve düzensizlik gibi konular ihtiyaç başlıkları ortaya konmuştur (Oğurlu ve Yaman, 2013).

Okullarda gençlerin sosyal ve duygusal iyi oluşunu artırmaya ilişkin uluslararası kanıtlara eleştirel bir bakış açısı getirebilmek önemlidir. Kanıta dayalı müdahaleleri okullara entegre etmenin zorlukları tartışılmakta ve okul sistemlerinin günlük uygulamalarına dahil edilebilecek daha sürdürülebilir yaklaşımları desteklemek için araştırma ve uygulamaya yönelik yenilikçi yaklaşımlara duyulan ihtiyaç bilinmektedir. Sosyal ve duygusal beceri programlarının tüm okul sistemleri içerisinde uyumluluğu ve sürdürülebilirliği, açıkça belirlenmekten çok uzaktır. Kanıt temelli tedavi ve gençlik önleme programlarında ortak unsurlar yaklaşımının kullanımına ilişkin araştırmalar sunulmakta ve bu yöntemin sosyal duygusal öğrenme müdahalelerinin geliştirilmesiyle uygulanması ele alınmaktadır. Ortaöğretim öğrencileri için okul temelli müdahale geliştirmede bu yaklaşımı araştıran çalışmalar bulunmakta ve kalıcı genellenebilir bir hal alması çabalanmaktadır (Margaret ve ark., 2017).

Yapılan bir çalışmada öğretmenlerin özel yetenekli öğrencilerin sosyal ve duygusal ihtiyaçlarını anlamadaki eksikliklerini vurgulamıştır (Kennedy ve Farley, 2017). Buna göre birçok öğretmen özel yetenekli öğrencilerin sosyal ve duygusal özellikleri ve ihtiyaçları konusunda çok da fazla bilgi sahibi değildir. Öğretmenler özel yetenekli öğrencilere karşı olumlu bir tutuma sahipken onların eğitimi hakkında

kişisel bilgilere sahip değildirler. Öğretmenler, bu alandaki sınırlı kişisel bilgi ve becerileri, mesleki gelişim eksikliği, özel yetenekli öğrencilerle geçirecek zaman eksikliği ve diğer çocukların ihtiyaçlarını karşılamak için okul tarafından yönlendirilen öncelikler konusunda hüsrana uğramaktadır. Ancak özel yetenekli çocukların bir grup olarak yeteneklerini engelleyebilecek sosyal duygusal zorluklarla başa çıkmada ebeveynlerinden ve öğretmenlerinden destekleri önemli rol oynamaktadır.

Seligman ve Csikszentmihalyi (2000)'ye göre daha önce İkinci Dünya Savaşı'na kadar psikolojinin üç temel hedefi vardı: akıl hastalığını hafifletmek; insanların hayatlarını daha üretken ve tatmin edici kılmak, özel yeteneklerini tanımlamak ve desteklemek. Bununla birlikte, savaş sonrası odak akıl hastalığına ve bireyin tedavisini değerlendirmeye kaymaya başlamıştır. Psikoloji sonuç olarak patolojiye odaklanmıştır ve sonuç olarak, insan deneyimlerinin olumsuz yönleri hakkında (korku ve depresyon, öğrenme güçlükleri) olumlu yönlerinden (mutluluk ve cesaret, yetenek) daha çok ilgilenmiştir.

Özel yetenekli bireylerin birincil sosyal ihtiyaçları tipik gelişim gösteren akranlarınınkinden farklı değildir; ancak özel yetenekli çocuklar hemen hemen her zaman yaşıtlarına göre benzersiz performans sergiler. Klinik olarak özel yetenekli çocuklara danışmanlıkta ruh sağlığı sorunları, özel yetenekli çocuğun ihtiyaçları, özel yetenek alanlarından dolayı ortaya çıkan sorunlar, içsel ve dışsal faktörler olarak değerlendirilebilir (Cross ve Cross, 2015). İçsel olarak ortaya çıkanlar genellikle özel yetenek alanları ve kişilik özelliklerinin bir sonucudur. Bu durumda aşırı hassasiyet, kendini aşırı derecede eleştirmek gibi güçlü yönler, olası zayıf yönler haline gelebilir. Buna karşılık, özel yetenekli çocuğun kişiliğinden dolayı dış etkenler de ortaya çıkar. Bunlar arasında uyumsuz ilişkilere yol açabilecek çevre ile etkileşim ve belirli durumlarla başa çıkmada zorluk yaşama sayılabilir.

Özel yeteneklilerde birden fazla alanda asenkron gelişim nedeniyle sosyal duygusal iyi oluşlarının desteklenmesi bu uyumsuzluğun yönetilebilmesi sayesinde iyi oluşlarının güçlendirilmesi sağlanabilir. Tipik gelişim gösteren akranlarıyla aynı

eğitim ortamı içerisindeki özel yeteneklilerin bu tip ihtiyaçlarının sistemli planlı ve yapılandırılmış biçimde ve koruyucu önleyici rehberlik anlayışı çerçevesinde desteklenmesi gelişimlerine katkı sağlayabilir. Özel yetenekliler doğru tanılanmaları ve doğru kanalize edilmeleri durumunda sosyal duygusal temelli sorunlar yaşamayacaklar ve performanslarını en verimli ve st düzeyde kullanarak öncelikle topluma ve tüm insanlığa büyük yararlar sağlayabilecektir (Mutlu ve Akarsu, 2017). Dolayısıyla onlara uygulacak verimli programlar sayesinde sosyal duygusal gelişimleri de sağlıklı biçimde destelenecektir.

1.7. İlgili Alan Yazın

Araştırma konusuyla ilgili yapılan çalışmalar incelendiğinde; üstün yetenekli öğrenciler, normal öğrencilere göre önemli ölçüde daha yüksek sözel yeterlilik, matematiksel yeterlilik sergilediklerini ifade edilmiştir (Zimmerman, 1990). Ortopedik engeli olan 36 bireyle olmayan 36 birey altı haftalık hedef belirleme oyununa tabii tutulmuştur. Sonuç olarak engelli gruptakilerin algıladıkları öz yeterlik ile fiziksel performansları arasında olumlu yönde ilişkili olduğu, hedef belirlemenin öz yeterlik üzerinde etkisi olduğu bulunmuştur (Grsel ve Koruç, 2007). Fiziksel aktivitenin cinsiyete göre incelendiği bir çalışmada , katılımcıların çoğunun herhangi bir spor aktivitesine katılmadıkları, kadınların ulaşım amaçlı yürüyüş ve spor aktivitelerine katılım sresinin (saat/gün) erkeklerden daha uzun olduğu, erkeklerin daha yüksek şiddette spor aktivitelerini tercih ettikleri tespit edilmiştir(Karaca, 2008).

Yapılan bir çalışmada öz yeterlik düzeyinin cinsiyete, ders başarısına ve yaş düzeyine göre farklılaştığı, çalışmanın diğer sonuçlarına göre; ergen bireylerin sosyal, duygusal, akademik öz yeterlik alanlarıyla, genel öz yeterlikleri ile anksiyete, depresyon, somatizasyon ve hostilite, olumsuz benlik algıları arasında negatif yönde anlamlılık bulunmuştur (Telef ve Karaca, 2013). Bir ilkokulun 4. ve 5. Sınıfındaki stn zeklilar programındaki öğrencilerde aerobik aktivite, stres ve hafıza becerileri arasındaki ilişki incelenmiştir. Müfredata eklenen 12 hafta süren ve

her hafta 20 şer dk dan oluşan aerobik aktivite sonrasında, hafıza da saklanan öğelerin 24 saate kadar daha fazla uzadığı ve stresi azaltmada etkili olduğu görülmüştür (Ford, 2011). Amacı, psikolojik danışma kuramlarından birisini temel alan psiko eğitim programının danışma merkezine müracaat eden annelerin iletişim beceri düzeylerine, problem çözme beceri düzeylerine, iyi oluş düzeylerine ve evlilik doyum düzeylerine etkisini incelemek olan çalışmaya 33 deney ve 16 kontrol grubu üyesi katılmıştır. Çalışmanın sonuçları incelendiğinde; 16 oturumluk psiko eğitim programının; annelerde iletişim beceri düzeylerine, problem çözme beceri düzeylerine, evlilik doyum düzeylerine ve son olarak iyi oluş düzeylerine etkisi olduğu bulunmuştur (Pehlivan, 2011).

Eyüboğlu (2012)'na göre; 12-14 yaşındaki spor yapanların aktif olmayanlara göre öz yeterlilik düzeyleri daha yüksek bulunmuştur. Özel yeteneklilerle tipik gelişim gösteren öğrencilerin akademik öz yeterlik inançlarını ve benlik kavramlarını karşılaştıran bir çalışmaya 385 ortaöğretim öğrencisi katılmıştır. Araştırmanın sonuçları incelendiğinde özel yeteneklilerin akademik öz yeterlik puanları ve benlik kavramı tipik gelişim gösteren gruptan daha yüksek olduğu bulunmuştur. Özel yetenekli kadınlarla özel yetenekli erkeklerin akademik öz yeterlik inançları ve benlik kavramları arasında anlamlı fark görülmemiştir. Yüksek sosyo ekonomik düzeydeki ailelerde yaşayan özel yeteneklilerin benlik kavramları düşük sosyo ekonomik düzeydeki ailelerde yaşayanlara göre daha olumlu bulunmuştur (Altun ve Yazıcı, 2012). Özel yeteneklilerle ilgili 187 çalışmanın incelendiği bir meta analiz çalışmasında kadın katılımcıların dil alanından, erkeklerden daha yüksek öz yeterliği sahip oldukları, erkeklerinse matematik, bilişim ve sosyal bilimler alanlarında yüksek öz yeterlik sergiledikleri bulunmuştur. Akademik öz yeterlikteki cinsiyet farklılıklarının da yaşla birlikte değiştiği görülmüştür (Huang, 2013). Bi araştırmada, danışmada kullanılan kuramsal yaklaşıma dayalı grup rehberliği programı'nın öz yeterliğe olan etkisi araştırılmış ve sonuç olarak deney grubundakilerin öz yeterlik düzeylerinin arttığı ve izleme testleri sonucunda durumun devam ettiği görülmüştür (Bingöl, 2015). Bir diğer çalışma sonucunda üstün zekâlıların iç motivasyon düzeyleri sınıf seviyeleri yükseldikçe azalmış; dış motivasyon düzeyleri ise sınıf seviyeleri yükseldikçe artmıştır (Topçu ve Leana-Taşcılar, 2016). Yapılan bir

araştırma sonucunda, erkek öğrencilerin toplam fiziksel aktivite sürelerinin kız öğrencilerinkinden daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bununla birlikte öğrencilerin fiziksel aktiviteye katılım süresinde ebeveyn eğitim düzeyinin herhangi bir etkisi olmadığı ve kız öğrencilerin ve fiziksel olarak aktif öğrencilerin egzersiz puanlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur (Karaca ve ark., 2016). Zihinsel engelli 66 öğrencinin ailelerine yönelik olarak yapılan sekiz haftalık psiko eğitim programının, öznel iyi oluş ve öz şefkat düzeylerine anlamlı etkisi olduğu görülmüştür (Duran ve Barlas, 2016). Katılımcıların fiziksel aktivite düzeyleri ile genel öz yeterlik inancı ölçeği (GÖYİÖ) toplam puanlarının karşılaştırıldığı bir çalışmada iki kavram arasında anlamlı bir ilişki görülmemiştir fakat alt boyutlarında yılmama boyutu ve sürdürülebilirlik boyutu ile fiziksel aktivite seviyeleri arasındaki ilişkinin zayıf düzeyde anlamlı olduğu görülmüştür (Sandıkçı, 2017).

Fiziksel aktivite programının psikolojik iyi oluş üzerindeki etkilerinin incelendiği bir çalışmada çalışma sonucunda psikolojik iyi oluş düzeylerinin arttığı ve psikolojik güç ve kaynaklarının yükseldiği sonucuna ulaşılmıştır (Kusan, 2017). Öz yeterlikle ilgili bir psiko eğitim çalışmasında, minfullness temelli psiko eğitim programı uygulamasının öğrencilerinin matematik tutumları, kaygısı ve öz yeterlikleri üzerindeki etkisine bakılmıştır. Analizler sonrasında deneklerin bilinçli farkındalık düzeylerinin arttığı tespit edilmiştir (Atalay, 2017). Şiddeti azaltma psiko eğitim programının (ŞAPP), ailede şiddet davranışı gösteren erkeklerin duygu yönetimi, saldırganlık ve ilişki öz yeterlik düzeylerine etkisinin incelendiği bir çalışmada 2 deney 2 kontrol grubu olmak üzere 52 katılımcıya 12 hafta psiko eğitim programı uygulanmıştır. Programın katılımcıların öz yeterlik düzeylerini artırdığı sonucuna ulaşılmıştır (Akan, 2018). Alzheimer hastalığının bakım verme sürecinde bakımdan sorumluların tükenmişlik sendromlarına, psiko eğitim ve kişilerarası ilişkiler psiko terapisi temelinde olumlu müdahalelerle psikolojik sağlamlık ve iyi oluş durumlarının sağlanmasına yönelik hazırlanan program 45 kişiyle haftada 2 saat ve 8 hafta sürdürülmüştür ve sonuçta psikolojik iyilik hali düzeyleri yükselmiştir (Doğan, 2018).

Özel yetenekli ve tipik gelişim gösteren öğrencilerinin fen öz yeterlik düzeylerinin sınıf seviyelerine göre incelendiği çalışmaya 634 öğrenci katılmıştır. Tipik gelişim gösteren öğrencilerde sınıf düzeyi yükseldikçe öz yeterliklerinde bir düşüş olduğu özel yeteneklilerde ise altıncı sınıflar haricindekilerin öz yeterliklerinin sınıf seviyesine göre anlamlı düzeyde bir farklılık olmadığı bulunmuştur (Saraçoğlu ve ark., 2019). Tipik gelişim gösteren ve özel yetenekli ortaokul öğrencilerinin fen bilimleri öz yeterliklerini ve öz yeterliklerine cinsiyetin etkisini incelemeyi amaçlayan çalışma sonucunda; duyuşsal özellikler ve teşvik faktörleri boyutları açısından özel yetenekliler lehine anlamlı farklılık olduğu görülmüştür. Bir diğer sonuca göre cinsiyet değişkeniyle öz yeterlik düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır (Yıldırım ve Saraçoğlu, 2019). Özel yetenekli ortaokul son sınıf öğrencilerinin matematik öz yeterlik düzeylerinin cinsiyet değişkenine göre matematik başarılarını yordama gücünün belirlenmesi olan çalışmaya 8. Sınıfa devam eden 60 özel yetenekli öğrenci katılmıştır. Özel yeteneklilerin matematik öz yeterliğinin matematik başarısını anlamlı düzeyde yordadığı bulunmuştur. Cinsiyete göre, kızların erkeklere göre matematik öz yeterlik inançlarının matematik başarılarını yordama gücünün daha fazla olduğu bulunmuştur (Akgül, 2019). 8 oturum olarak uygulanan başka bir psiko eğitim programı sonucunda; uygulanan programının, katılımcıların psikolojik dayanıklılıklarını ve özgüven düzeylerini artırmada ve stresle başa çıkma stratejilerini geliştirmeleri konusunda katkı sağladığı bulunmuştur (Mandıralı, 2019). Akademik öz yeterlik, azim ve psikolojik dayanıklılık, içsel motivasyon değişkenlerinin iyi oluş düzeyiyle olan ilişkisini ortaya koymaya yönelik yapılan bir araştırma sonucuna göre; motivasyon, öz yeterlik, psikolojik dayanıklılık ve iyi oluş, azim, değişkenleri arasında anlamlı ilişkilerin olduğu bulunmuştur. Cinsiyet değişkenine göre; iyi oluş, öz yeterlik ve motivasyon, psikolojik dayanıklılık düzeylerinde anlamlı farklılık olduğu, bu farklılığın kız öğrencilerin erkek öğrencilere nazaran psikolojik dayanıklılık ve içsel motivasyon düzeylerinin yüksek olduğunu, erkeklerin ise kızlara göre öz yeterlik ve iyi oluş puanlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur (Yıldız, 2019). Özel yetenekli çocuğu olan ebeveynlerden deney ve kontrol gruplarının oluşturulduğu bir çalışmada altı haftalık psiko eğitim programının ebeveynlerin iletişim becerileri üzerinde olumlu etkisi olduğu görülmüştür (Kahraman ve Tanrıku, 2019). Farklı türdeki

liselerdeki öğrencilerin bazı demografik değişkenlere göre öznel iyi oluş ile fiziksel aktivite düzeylerinin belirlenmesi amacıyla 400 öğrencinin katıldığı bir çalışmanın sonuçlarına göre; öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeyleri değerlendirildiğinde öznel iyi oluşları anlamlı bir şekilde değişmemiş ancak erkeklerin öznel iyi oluşları kadınlardan daha yüksek bulunmuştur (Özdemir, 2019). 17 gönüllü BİLSEM ebeveyn grubuyla yapılan nitel araştırmada ebeveynlerin spor yaşantılarıyla çocuklarının spor etkinliklerine ihtiyaçlarına, engellere, sporun özel yeteneklilere katkısına, spor alanında yeteneklerinin tespitine ve spora yönlendirilmesine, meslek olarak spor algısına yönelilik ebeveyn görüşlerine yer verilmiştir. BİLSEM eğitim programına beden eğitimi ve spor etkinliklerinin etkinlik vb. çalışmalar olarak dâhil edilmesine yönelik ebeveyn görüşleri tespit edilmiş BİLSEM’lerin donanımsal imkânlara ihtiyacının olduğu tespit edilmiştir (Çetin ve ark., 2020). Deney kontrol gruplu yarı deneysel bir çalışmada 16 deney 16 kontrol grubundaki özel yetenekli bireylere 8 haftalık sosyal duygusal gelişim psiko eğitim programı uygulanmıştır. Analiz sonuçlarına göre deney grubundaki öğrencilerin sosyal duygusal gelişimlerini desteklediği bulunmuştur (Sevgili Koçak, 2020). Özel yeteneklilerde öz düzenlemeli öğrenme ve öz yeterlik düzeylerinin uyumlu mükemmeliyetçilik üzerindeki etkisinin düzeyini araştıran çalışmaya 187 BİLSEM öğrencisi katılmış ve öz düzenlemeli öğrenme ve öz yeterlik arasında anlamlı ilişki olduğu görülmüştür (Kaçmaz ve Demirtaş, 2020). 50 özel yetenekli 50 de özel yetenekli olmayan ilkökul öğrencisinden oluşan bir çalışma sonucuna göre özel yeteneklilerin daha iyi sosyal becerilere ve akademik yeterliliğe sahip olukları ve yaşıtlarına göre daha az problemli davranış sergiledikleri bulunmuştur (Çitil ve Özkubat, 2020).

Özel yetenekli olan ve tipik gelişim gösteren öğrencilerin öz yeterlik düzeylerinin bazı değişkenler açısından karşılaştırıldığı ve 25 çalışmanın incelendiği meta analiz çalışmasına göre özel yetenekli olan öğrencilerin lehine öz yeterliklerin yüksek olduğu bulunmuştur. Ayrıca cinsiyet değişkenine göre kızlara göre erkeklerin öz yeterlik düzeyleri yüksek bulunmuştur (Alabbasi ve ark., 2022). Üniversite öğrencilerinde iyi oluşun akış kuramının ilkeleri doğrultusunda psikolojik ihtiyaç doyumu, akademik öz-yeterlik, akademik motivasyon ve akış yaşantıları değişkenleriyle açıklanmasının yapılmasını amaçlayan çalışmada korelasyon analizi

sonuçları, iyi oluş ile özerklik, yeterlik, ilişkili olma, akademik öz-yeterlik, akademik motivasyon ve akış yaşantıları arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki tespit edilmiştir (Çelik, 2021). Özel yetenekli öğrencilerin fen deneylerine yönelik öz yeterliklerinin planlama, uygulama ve değerlendirme açısından incelenmesi amaçlanan ve 197 BİLSEM öğrencisiyle çalışılan bir çalışmaya göre katılımcıların fen deneylerine yönelik öz yeterliklerinin orta düzeyde olduğu bulunmuştur (Nacaroğlu ve Güney, 2021). İşbirlikçi proje etkinliklerinin üstün yetenekli öğrencilerin öz yeterliklerine ve araştırma sorgulamaya yönelik algıları ve tutumlarına etkisini belirlemeyi amaçlayan çalışmaya göre işbirlikçi çalışma sonrası öz yeterlik düzeylerinde anlamlı bir fark olduğu görülmüştür (Kılıçkiran ve Korkmaz, 2021). Özel yeteneklilerde kullanılabilecek sosyal beceri psiko eğitim programıyla öğrencilerin bu özellikleri üzerinde etkisinin incelenmesini amaçlayan araştırmaya 24 özel yetenekli katılmıştır. Çalışmanın sonuçlarına göre; özel yeteneklilerin sosyal becerilerini artırmak için geliştirilen program 10 hafta uygulanmış, ön test, son test ve izleme testleri ve analizleri sonrasında programın özel yeteneklilerin sosyal becerilerini artırmada etkili olduğu belirlenmiştir (Karataş ve Tagay, 2021). Bir araştırmada, okul öncesinde öğretmenlik yapan öğretmenlere iletişim becerileri programı uygulanmıştır. Programın amacı; öğretmenlerin iletişim becerileri, 5 yaşındaki okul öncesi öğrencilerinin sosyal ve duygusal uyum düzeyleri bunun yanında prososyal davranışları üzerindeki etkisinin incelenmesidir. Çalışmanın sonuçlarına göre; uygulanan eğitim programı sayesinde deney grubunda sosyal duygusal uyum düzeylerinde ve sosyal yetkinlik alt boyutunda ilerleme kaydedilmiştir (Sarıkaya, 2021). Özel yetenekli öğrencilerin mükemmeliyetçilik ve öz yeterlik test puanlarına verdikleri yanıtların çeşitli değişkenler açısından karşılaştırıldığı bir çalışmaya göre cinsiyete göre farklılık bulunmazken sınıf düzeyleri ve BİLSEM de eğitim aldıkları süre açısından anlamlılık bulunmuştur (Akkaya ve ark., 2021). BİLSEM'e devam eden 200 öğrenciyle yapılan ve psikolojik kırılganlıklarının incelenmesini, duygusal tepkisellik, öz yeterlik ve psikolojik kırılganlık arasındaki yordayıcı ilişkilerin tespitini amaçlayan bir çalışma sonuçlarına göre erkeklerin kızlara kıyasla kendilerini duygusal öz yeterlik düzeyleri ve sosyal öz yeterlik düzeylerinde daha yeterli algıladıkları tespit edilmiştir (Bayrı ve Özdemir, 2022). Pandemi ve deprem sürecini yaşayan okul öncesindeki çocukların sosyal duygusal iyi oluş ve psikolojik

sağlamlıklarının incelenmesi amacıyla 73 öğrenciyle yapılan çalışmada çocukların depresyon sürecinde kendisi ve başkalarına dair olumsuz duygu ve olumsuz duygu nedenleri ifade ettikleri ve resmettikleri; pandemi sürecinde ise; olumsuz duyguları olumlu nedenlerle ifade ettikleri ve resmettikleri görülmüştür (Kalkuloğlu, 2022).

Araştırmaların tamamı incelendiğinde özel yeteneklilerde öz yeterlik, motivasyon, sosyal duygusal gelişimlerini içerdiği ancak bu araştırmaya konu olan bağımlı değişkenlerin birlikte ele alındığı az sayıda kaynağa ulaşılmıştır. Ayrıca fiziksel aktivite ve özel yetenek konusuyla ilgili yeterince çalışmaya rastlanılmadığı, bunun yanında araştırmaların çoğunluğunun betimsel ve ilişkisel tarama modelinde çalışıldığı ancak deneysel uygulamaların sınırlı olduğu görülmektedir. Yapılandırılmış psiko eğitim programı şeklinde ve çalışmaya konu olan bağımlı değişkenlerin bir arada çalışıldığı az sayıda çalışma görülmüş ya da ulaşılamıştır. Bu nedenle özel yetenekli öğrencilere yönelik yapılacak deneysel çalışmaların bir ihtiyacı karşılayacağı düşünülmektedir.

2. GEREÇ ve YÖNTEM

Çalışmanın bu bölümünde, araştırmada temel alınan model, çalışma grubu, veri toplama araçlarının yanısıra verilerin analizlerine dair bilgilerden de bahsedilmektedir.

2.1. Araştırmanın Modeli

Araştırmada nicel araştırma yöntemi kullanılmıştır. Araştırma, deney-kontrol gruplu, ön-test, son-test ve izleme ölçümlü yarı deneysel desende bir çalışmadır. Yarı deneysel desenler, hazır gruplar üzerinde ancak grup eşleştirmenin olduğu, seçkisiz atamanın olmadığı desenlerdir. Karasar (2020)'a göre; ön test son test karşılaştırma gruplu desen, katılımcıların deneysel araştırmanın öncesinde ve sonrasında, bağımlı değişken ile ilgili ölçüme tabi tutulmasıdır. Katılımcılar, deney ve kontrol grubu olarak iki ayrı gruba ayrılmaktadır. Çalışmamızın bağımsız değişkenini özel yetenekliler için hazırlanan fiziksel aktivite destekli psiko eğitim programıdır. Çalışmanın bağımlı değişkenleri ise özel yetenekli çocukların öz yeterlik, motivasyon, sosyal duygusal iyi oluş ve fiziksel aktivite ölçek puanlarıdır.

Ön test-son test kontrol gruplu yarı deneysel desen, Şekil 2.1'de sembolize edilmiştir.

		Ön test		Son test	İzleme Testi
GD	R	Q1	X	Q3	Q5
GK	R	Q2		Q4	

Şekil 2.1. Ön Test- Son Test Kontrol Gruplu Yarı Deneysel Desen.

Şekil 2.1'e göre; GD koduyla deney grubunu ifade edilmiş, GK koduyla kontrol grubu ifade edilmiş, R koduyla deneklerin gruplara rastgele atanması ifade edilmiş, Q1 ve Q3 kodlarıyla deney grubunun ön test ölçümleri ve son test ölçümleri ifade edilmiş, Q2 ve Q4 kodlarıyla kontrol grubunun ön test ölçümleri ve son test

ölçümleri ifade edilmiş, Q5 koduyla deney grubunun izleme testi ölçümleri ifade edilmiş ve son olarak X koduyla da deney grubuna uygulanan FİZPEP programı ifade edilmiştir.

2.2. Amaç

Özel yetenekli çocukların hem zihinsel de hem fiziksel olarak yüksek düzeyde enerjiye sahip olmaları zaman zaman sorunlarla karşılaşmalarına neden olmaktadır. Bu fazla enerji zaman zaman aşırı konuşma ve fiziksel huzursuzluk şeklinde gözlenebilir (Dabrowski,1972). Bu doğrultuda öğrencilerin bu ihtiyacını karşılamak amacıyla hazırlanan 10 oturumluk fiziksel aktivite destekli psiko eğitim programının özel yetenekli öğrencilerin öz yeterlik, motivasyon, sosyal duygusal iyi oluşları ve fiziksel aktivite düzeylerine etkisinin olup olmadığının incelenmesi amaçlanmaktadır. Fiziksel aktivite destekli hazırlanan bu psiko eğitim programının bu ihtiyaca cevap vermesi amaçlanmaktadır.

2.3. Önem

Fiziksel aktiviteyle ilgili çalışmaların çoğu, fiziksel aktivite davranışını değerlendirmek için anketler kullanan kesitsel anket tasarımlardan oluşmaktadır. Ayrıca kullanılan fiziksel aktivite müdahale araçları pahalı, ağır ve gerçek ortamlara kolayca uygulanması oldukça zor olabilmektedir. Türkçe ve İngilizce alan yazın incelendiğinde fiziksel aktivite destekli bazı programlarla karşılaşmış ancak sadece özel yetenekli öğrencilere yönelik az sayıda programla karşılaşmıştır. Özel yeteneklilere yönelik olarak fiziksel aktiviteyle desteklenen psiko eğitim çalışması da alan yazında yeterince rastlanmamış ya da ulaşılamamıştır. Özel yetenekli öğrencilerin öz yeterlik, motivasyon ve sosyal duygusal iyi oluşlarına yönelik az sayıda çalışmaya rastlanmıştır. Hazırlanan FİZPEP uygulaması BİLSEM'lerin yanı sıra özel yeteneklilerin devam ettikleri örgün eğitim kurumları olan ilkokul, ortaokul ve liselerde de rehber öğretmen koordinesinde kullanılabileceği düşünülmektedir. Bu

sayede BİLSEM’e ulaşımda zorlanan veya çeşitli gerekçelerle devamsızlık yapan özel yetenekli öğrencilerin de bu programdan faydalanabileceği umut edilmektedir. FİZPEP’e konu olan öz bağımlı değişkenlerle ilgili öğrenciler desteklenmiş olacaktır. Sonuç olarak bir bütün halinde bakıldığında çalışmanın konusunu doğrudan karşılayan yeterince çalışma olmadığı düşünülmektedir. Bu nedenle çalışmanın özgünlük ve bilimsellik açısından alan yazındaki bir açığı kapatacağı varsayılmaktadır.

2.4. Problem Durumu

10 oturum olarak tasarlanan Fiziksel Aktivite Destekli Psiko eğitim programının (FİZPEP) Özel yetenekli öğrencilerin öz yeterlik, motivasyon, sosyal duygusal iyi oluş ve fiziksel aktivite anketi test puanlarına etkisi var mıdır?

2.4.1. Alt Problemler

Fiziksel aktivite destekli psiko eğitim programı aracılığıyla aşağıdaki alt problemlere yanıt aranacaktır:

1. FİZPEP’in deney grubundaki özel yetenekli öğrencilerin öz yeterlik, motivasyon, sosyal duygusal iyi oluş ve fiziksel aktivite son test ve izleme testi sonuçlarına etkisi var mıdır?
2. Deney grubundaki öğrencilerin, cinsiyetlerine göre öz yeterlik, motivasyon, sosyal duygusal iyi oluş ve fiziksel aktivite test sonuçları değişmekte midir?
3. Deney grubundaki öğrencilerin, özel yetenek alanlarına göre öz yeterlik, motivasyon, sosyal duygusal iyi oluş ve fiziksel aktivite test sonuçları değişmekte midir?

4. Deney grubundaki öğrencilerin anne baba eğitim durumlarına göre öz yeterlik, motivasyon, sosyal duygusal iyi oluş ve fiziksel aktivite test sonuçları değişmekte midir?
5. Deney grubundaki öğrencilerin, anne baba mesleklerine göre öz yeterlik, motivasyon, sosyal duygusal iyi oluş ve fiziksel aktivite test sonuçları değişmekte midir?
6. Deney grubundaki öğrencilerin, aylık aile gelirlerine göre öz yeterlik, motivasyon, sosyal duygusal iyi oluş ve fiziksel aktivite test sonuçları değişmekte midir?

2.5. Çalışma Grubu

Çalışma özel yeteneklilerin eğitim aldığı, İç Anadolu'daki bir şehirdeki Bilim ve Sanat Merkezi'ndeki 6. Sınıf düzeyindeki öğrencilerle yapılmıştır. Kurum genelinde yapılan gözlem ve önceki araştırmalar BİLSEM öğrencilerinin en çok ilkokul düzeyinde devamının olduğu ortaokulda 7. ve 8. sınıfta lise düzeyinde de 11. Ve 12. sınıfta devamsızlığın arttığı görülmüştür. Bu nedenle çalışmanın sağlıklı yürümesi açısından devamın daha yoğun olduğu 6. Sınıflar çalışma grubu olarak belirlenmiştir. Programın içeriği de öğrencilerin gelişimsel özellikleri esas alınarak bu yönde tasarlanmıştır. Çalışmada 6. sınıf düzeyindeki özel yetenekli öğrencilerle ve aileleriyle ön görüşme yapılarak bilgi toplanmasının ardından 30 deney 20 kontrol grubu olacak şekilde öğrencilerin gruplanması planlanmıştır. Ancak program sonunda deney grubundaki 2 öğrenci tüm oturumlara katılmadığı için analizler 28 öğrenci üzerinden yapılmıştır. Süreçte öğrencilerin yoklaması alınarak kaydedilmiştir (Ek16). Deney ve kontrol grubu oluşturulurken yapılan ön görüşmede daha önce psiko eğitim programı deneyimlerine, fiziksel aktivite programı deneyimlerine, kız ve erkek sayılarının yakınlığına/eşitliğine dikkat edilmiştir. Öğrencilerin velilerinden veli onam formu istenmiş ayrıca öğrencilerden gönüllü katılım formu alınmıştır. Ailelere bu esnada çalışmayla ilgili detaylı bilgi aktarılmıştır. Oluşturulan deney grubunda üst üste iki toplamda üç oturum katılmayan öğrenciler program dışı bırakılmıştır.

Çizelge 2.1. Deney Grubu Betimsel Analiz Sonuçları.

Deney Grubu		Frekans	Yüzde	Yığılan Yüzde
Cinsiyet	Kadın	16	57,1	57,1
	Erkek	12	42,9	100,0
	Toplam	28	100,0	
Yetenek Alanı	Genel Zihinsel	25	89,2	89,2
	Görsel Sanatlar/Müzik	3	10,8	100,0
	Toplam	28	100,0	
Anne Mezuniyet	Lise	7	25,0	25,0
	Üniversite	19	67,9	92,9
	Yl.-Dok.	2	7,1	100,0
	Toplam	28	100,0	
Baba Mezuniyet	Lise	2	7,1	7,1
	Üniversite	24	85,7	92,9
	Yl.-Dok.	2	7,1	100,0
	Toplam	28	100,0	
Anne Meslek	Öğretmen	7	25,0	25,0
	Ev hanımı	11	39,3	64,3
	Memur	10	35,7	100,0
	Toplam	28	100,0	
Baba Meslek	Öğretmen	10	35,7	35,7
	Memur	12	42,8	78,5
	Esnaf	6	21,5	100,0
	Toplam	28	100,0	
Aylık Gelir	0-9999TL arası	6	21,4	21,4
	10000TL-14999TL arası	10	35,7	57,1
	15000TL ve üzeri	12	42,9	100,0
	Toplam	28	100,0	

Çizelgeye göre; deney grubundaki öğrencilerin demografik bilgileri yer almaktadır. Analiz sonuçlarına göre araştırmaya katılan 28 öğrenciden (16 kadın 12 erkek) büyük bölümünü (%89,2) genel zihinsel yetenek alanı öğrencilerinin oluşturduğu, anne (%67,9) ve babalarının (%85,7) çoğunluğunun üniversite mezunu olduğu, annelerin ev hanımı (%39,3) babaların da çoğunlukla memur (%42,8) ve aylık aile geliri ortalamalarının 15000tl (%42,9) ve üzeri olduğu görülmüştür.

Çizelge 2.2. Kontrol Grubu Betimsel Analiz Sonuçları.

Kontrol Grubu		Frekans	Yüzde	Yığılan Yüzde
Cinsiyet	Kadın	11	55,0	55,0
	Erkek	9	45,0	100,0
	Toplam	20	100,0	
Yetenek Alanı	Genel Zihinsel	16	80,0	80,0
	GZ/R	4	20,0	100,0
	Toplam	20	100,0	
Anne Mezuniyet	Lise	4	20,0	20,0
	Üniversite	16	80,0	100,0
	Toplam	20	100,0	
Baba Mezuniyet	Lise	1	5,0	5,0
	Üniversite	16	80,0	85,0
	Yl.-Dok.	3	15,0	100,0
	Toplam	20	100,0	
Anne Meslek	Öğretmen	13	65,0	65,0
	Ev hanımı	4	20,0	85,0
	Memur	3	15,0	100,0
	Toplam	20	100,0	
Baba Meslek	Öğretmen	9	45,0	45,0
	Memur	6	30,0	75,0
	Esnaf	5	25,0	100,0
	Toplam	20	100,0	
Aylık Gelir	0-9999TL arası	1	5,0	5,0
	10000TL-14999TL arası	4	20,0	25,0
	15000TL ve üzeri	15	75,0	100,0
	Toplam	20	100,0	

Çizelgeye göre; kontrol grubundaki öğrencilerin demografik bilgileri yer almaktadır. Analiz sonuçlarına göre araştırmaya katılan 20 öğrenciden (11 kadın 9 erkek) büyük bölümünü (%80) Genel zihinsel yetenek alanı öğrencilerinin oluşturduğu, anne ve babalarının çoğunluğunun (%80) üniversite mezunu olduğu, annelerin öğretmen (%65) babaların da çoğunlukla öğretmen (%45) ve aylık aile geliri ortalamalarının 15000tl (%75) ve üzeri olduğu görülmüştür.

2.6. Veri Toplama Araçları

Çalışmaya katılan deney ve kontrol gruplarındaki öğrencilere ön test ve son test esnasında aşağıdaki ölçme araçları ve formlar uygulanmıştır. Deney grubuna aynı ölçme araçları psiko eğitim programının tamamlanmasından dört hafta sonra izleme testi olarak kullanılmıştır.

2.6.1. Kişisel Bilgi Formu

Öğrencilerin ad soyadları, cinsiyetleri, özel yetenek alanları, aile eğitim durumları, anne baba meslekleri ve aylık gelir durumlarına yer verilmiştir.

2.6.2. Çocuklar İçin Öz Yeterlik Ölçeği

Çocuklar İçin Öz yeterlik Ölçeği Muris (2001) tarafından geliştirilmiştir. 2012 yılında Telef ve Karaca tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Ergenlerde sosyal, akademik ve duygusal öz yeterliği ölçmeyi amaçlamıştır. Ölçeğin birinci alt boyutu olan sosyal öz yeterlikte; ergenlerin akran ilişkilerini ve girişkenlik yeteneğini fark etme düzeylerini ölçmektedir. Ölçeğin ikinci alt boyutu olan akademik öz yeterlik boyutunda; ergenlerin akademik beklentilerini gerçekleştirme, başarma ve kişinin öğrenme davranışını yönetme yeteneğini algılamasıyla ilgili düzeyleri ölçülmektedir. Ölçeğin son alt boyutu olan duygusal öz yeterlikle ise ergenlerin olumsuz duygularıyla baş etme yeteneğini algılamayı ölçmektedir.

Çocuklar İçin Öz-yeterlik Ölçeği'nin cronbach alfa katsayıları ölçeğin geneli için ,86 olarak bulunmuştur. Alt ölçekler incelendiğinde ise akademik öz yeterlik için ,84 olarak bulunurken, sosyal öz yeterlik için ,64 ve son olarak duygusal öz yeterlik için ise ,78 olarak görülmüştür. Bu sonuçlara bakılarak ölçeğin genelinde olduğu gibi tüm alt boyutlarının da ait oldukları faktörleri ölçmede yeterli olduğu söylenebilir. Açımlayıcı faktör analizi sonucunda toplam açıklanan varyans %43,74 olduğu

bulunmuştur. Toplamda 21 maddeden oluşan ölçeğin her alt boyutunda yedişer madde bulunmaktadır. Çocuklar İçin Öz-yeterlik Ölçeği Beşli Likert Tipi (1= hiç ve 5= çok iyi) bir ölçektir. Toplam puan ise öz yeterlik alt faktörlere ilişkin ölçek maddeleri toplanarak hesaplanır. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 105 iken en düşük puan ise 21'dir. Ölçekten alınan yüksek puan ergenin ilgili öz yeterlik düzeyinin yüksek olduğuna ve ölçekten alınan düşük puan ise ergenin öz yeterlik düzeyinin düşük olduğunu ifade etmektedir. Bu değerlere bakılarak Çocuklar İçin Öz-yeterlik Ölçeği'nin yapı geçerliği sonuçlarına dayanarak çocukların toplam öz yeterlik düzeyleriyle akademik, sosyal ve duygusal öz yeterlik düzeylerini belirlemede kullanılabilecek bir ölçme aracı olduğu söylenebilir (Telef ve Karaca, 2013).

2.6.3. Harter İç-Dış Motivasyon Ölçeği

İlk kez Harter (1981) tarafından geliştirilen ölçek, Gökçe ve arkadaşları tarafından 2011 yılında Türkçe'ye uyarlanmıştır. Bu ölçeğin iki alt boyutu vardır. Bunlardan ilki içsel motivasyon ikincisi ise dışsal motivasyon boyutlarıdır. İçsel motivasyon boyutu alt ölçeklerde zorluklar karşındaki tercihler, meraka odaklanma, bağımsız ustalığı arzulamayı ölçmektedir. Dışsal motivasyon boyutu ise alt ölçeklerde rahat çalışma tercihi, öğretmeni memnun etmeye veya notlar almayı, öğretmen rehberliğine bağımlılığı ölçmektedir. Ölçekte toplam 33 madde bulunmaktadır. Her birinin kendine ait beşli Likert ölçeği vardır. İlk 17 madde içsel motivasyon, diğer 16 soru ise dışsal motivasyonla ilgilidir.

Ölçek DFA sonuçları, içsel motivasyon bileşeninin tek boyutlu yapısını ve dışsal motivasyon bileşeninin üç boyutlu yapısını doğrulamıştır. İçsel motivasyon bileşeninin iç tutarlılığı 0,91, dışsal motivasyon bileşeninin alt boyutlarının (kolay iş yapma isteği, öğretmeni memnun etme isteği, öğretmene bağımlılık) iç tutarlılıkları 0,78, 0,81 ve 0,78, sırasıyla. İçsel ve dışsal motivasyon bileşenlerinin her biri için birer madde dışında, ölçeklerin iç yapı geçerlilikleri iyi bulunmuştur.

2.6.4. Çocuklar İçin Duygusal ve Psikolojik İyi Oluş Ölçeği

Akın ve arkadaşları tarafından 2016 yılında Türkçe'ye uyarlanan ölçek ilk kez Liddle ve Carter (2015) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin tek boyutu vardır. 12 maddeden oluşan ölçek, 5'li likert tipi bir derecelendirmeye sahiptir. Puanların yüksek olması duygusal ve psikolojik iyi oluş düzeyinin yükseldiğini gösterir.

Ölçeğin yapı geçerliği için uygulanan doğrulayıcı yükleri ,60 ile ,78 arasında sıralanmıştır. iyi uyum verdiği görülmüştür. Ölçeğin düzeltilmiş madde toplam korelasyon katsayılarının. ,57 ile ,73 arasında sıralandığı bulunmuştur. Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlık güvenilirlik katsayısı ,90 olarak bulunmuş, tüm bunlar düşünüldüğünde Stirling Çocuklar için Duygusal ve Psikolojik İyi Oluş Ölçeği' nin yeterli bir ölçme aracı olduğu görülmüştür (Akın ve ark., 2016).

2.6.5. İlköğretim Öğrencileri İçin Fiziksel Aktivite Soru Formu

Fiziksel Aktivite Ölçeği (FAÖ) ilk kez Kowalski ve arkadaşları tarafından 1997 yılında geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçe uyarlaması 2014 yılında Sert ve Temel tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin soru formu dokuz maddeden oluşur. Öğrencinin son yedi gün içinde gerçekleştirdiği fiziksel aktiviteleri ve bu aktivitelerin gerçekleştirilme sıklığını inceler. Sorularda davranışın sıklığını belirtilmiş beşli likert şeklindedir. Birinci maddede 21 aktivite yer almaktadır. Bu aktivitelerin yapıldığı sıklık durumuna göre puanlanır ve 21'e bölünerek ortalama puan hesaplanmaktadır. Fiziksel aktivite soru formunun test-tekrar test güvenilirliği ile zamana göre değişmezliği test edilmiştir ($r = ,74, p \leq ,05$). İç tutarlılık analizlerinde, madde toplam puan korelasyonları incelenmiş ve uygun güvenilirlik düzeyinde olduğu bulunmuştur. Cronbach Alfa katsayısı ise ,74 olarak saptanmıştır (Sert ve Temel, 2014).

2.7. Fiziksel Aktivite Destekli Psiko Eğitim Programının Yapısı

Fiziksel aktivite destekli psiko eğitim programı 2 bölümden oluşmaktadır. Hazırlanan fiziksel aktivitelerin psiko eğitimde verilecek konuları desteklemesi planlanmıştır. Her oturumun ilk bölümü önleyici ve koruyucu rehberlik temelli rehberlik etkinliklerinden, ikinci bölümü ise destekleyici fiziksel aktivitelerden oluşturulmuştur. Toplamda on oturum ve her oturumun da 60 dakika olması hedeflenmiştir. Özel yetenekli çalışma grubunun haftada sınırlı gün ve saatte kuruma gelmesi nedeniyle zaman planlaması bu koşullar değerlendirilerek yapılmıştır. Çalışma kurum kütüphanesinde gerçekleştirilmiştir. 60 dakika süren her oturumda ilk 30 dakikalık bölüm önleyici ve koruyucu rehberlik temelli ve çalışmanın bağımlı değişkenleri olan öz yeterlik, motivasyon, sosyal duygusal iyi oluş konularına yönelik hazırlanmış etkinliklerden oluşturulmuştur. Çalışmada ilk oturum öğrencilere programla ilgili genel bilgilendirme ve ardından da ön test gerçekleştirilmiştir. İkinci ve üçüncü oturum etkinlikleri öz yeterlik, dördüncü ve beşinci oturum etkinlikleri motivasyon, altıncı ve yedinci oturum etkinlikleri ise sosyal iyi oluş, sekizinci ve dokuzuncu oturum etkinlikleri ise duygusal iyi oluş konulu olarak tasarlanmıştır. Onuncu oturum ise son test için ayrılmıştır.

Etkinlik yazımı konusunda deneyim sahibi olan araştırmacı 10 yıldır özel yetenekliler eğitim veren BİLSEM’de psikolojik danışman olarak görev yapmaktadır. Tez yazarı; MEB liseler düzeyi sınıf içi rehberlik etkinlikleri yazım komisyonu üyesi, BİLSEM rehberlik servisleri için rehberlik etkinlikleri yazım komisyon üyesi, MEB Özel yetenekli öğrencilerin velilerine yönelik aile eğitim programı komisyon üyesi, MEB Özel yetenekli Öğrencim var kitabı yazım komisyon üyesi, MEB özel yetenekli çocuğum var kitabı yazım komisyon üyesi, Özel yetenekli öğrenciler için kariyer planlama programı yazım komisyon üyesi ve alanına özgün bir çok sertifika ve katılım belgesine sahiptir. Araştırmacının lisans mezuniyeti psikolojik danışmanlık olduğundan hem lisans eğitimi hem de 21 yıllık mesleki deneyimi sürecinde psiko eğitim programı uygulama yetkinliği ve becerisine sahiptir. Ayrıca yüksek lisans mezuniyeti eğitimde program geliştirme alanıdır. Bu durum hazırlanacak programın güçlenmesine katkı sağlayacaktır.

Etkinlik yazım sürecinde bağımlı değişkeni oluşturan konu başlıkları doğrultusunda kazanımlar yazılarak bu kazanımlara uygun yeterlikler, hedefler ve amaçlar belirlenmesinin ardından etkinlikler hazırlanmıştır. Hazırlanan etkinlikler, program geliştirme ve özel yetenekliler alanında uzmanlarla paylaşılarak düzeltmeler sonrası son hali psiko eğitim programında kullanılmıştır. Psiko eğitim programının hazırlama sürecinde özel yeteneklilerle alanında uzman akademisyen ve özel yeteneklilerle çalışan psikolojik danışman ve öğretmenlerden uzman desteği alınmıştır. Süreçte kullanılacak olan oyun, bilgi verme, grup paylaşımı gibi yöntemler, öğrencilerin var olan potansiyellerini fark etmelerini, kullanmalarını ve geliştirmelerini sağlamaya yönelik bu programda rol oynama, grup çalışması ve drama da kullanılmıştır.

Her oturumun ikinci 30 dakikalık bölümünü ise yapılandırılmış fiziksel aktivite etkinliklerinden oluşturulmuştur. Bu kapsamda fiziksel aktivite etkinlikleriyle ilgili içerik hazırlamada, sporda alan uzmanı olan 37 yıllık mesleki deneyim ve akademik kariyere sahip olan tez danışmanından destek alınmıştır. Step aerobik istasyonu için step/aerobik antrenörlüğü yapan beden eğitimi öğretmenininden, hedef istasyonu için dart antrenörlüğü yapan beden eğitimi öğretmenininden destek alınmıştır. Programın fiziksel aktivite bölümündeki uygulama aşamasında ve ısınma soğuma hareketlerinin yaptırılmasında destek vermiş beden eğitim öğretmeni; on yedi yıldır alanda çalışan, uzman öğretmen ünvanına sahip, farklı kademelerde eğitim alan öğrencilerle çalışmış, farklı türdeki okullarda deneyimi olan, bu öğrenciler içerisinde özel yetenekli öğrencilerle tanışmış, aynı zamanda özel yetenekli çocuk babası, BİLSEM velisi olan ve halen ortaöğretim öğrencileriyle çalışan bir beden eğitimi öğretmeni olma özelliklerini taşımaktadır. Uygulamalar esnasında iki öğretmen işbirliği yapmıştır. Psiko eğitim programı uygulama sürecinde kurum psikolojik danışmanı da çalışmalara katılmış hem uygulama sürecinde destekleme hem de gözlemle açısından katkı sağlamıştır. Yaklaşık beş yıldır özel yeteneklilerle çalışan kurum psikolojik danışmanı aynı zamanda alanında yüksek lisansla sahip olma özelliği taşımaktadır. Çalışma için tasarlanan psiko eğitim programı uyum odaklı, bilgi verme modeli ve psiko eğitim grubu amaçlı bir tasarımda yapılandırılmıştır. Öğretimsel yapı içeriği açısından MEB ortaokullar

beden eğitimi dersi programından faydalanılmıştır. Yapılandırılmış fiziksel aktivite programı temel hareket faaliyetlerine ve o haftanın konusu olan öz yeterlik, motivasyon, sosyal duygusal iyi oluş konusu/becerisini destekleyen aktivitelerden oluşturulmuştur. Oturumlar her hafta belirlenen saatte kurum kütüphanesinde yapılmıştır. Kullanılan malzeme ve araç-gereçler; fiziksel aktivite destekli psiko eğitim programının yaygınlaştırılmasının kolaylığı için temin edilmesi kolay, her yerde bulunabilecek, ucuz ve ulaşılabilir olarak seçilmiştir. Ayrıca her öğrencinin fiziksel aktivitelere etkin ve eşit katılım için malzemelerin nicelik ve niteliksel planlaması yapılmıştır.



OTURUM	FİZPEP İçerik Özeti
1	- Katılımcılara programın genel tanıtımın yapılmasının ardından, programdan beklentiler alınmıştır. Devamında katılımcılara ön testler uygulanmıştır. - Katılımcıların öz yeterliliklerini bilmeleri için oturumun ilk yarısında yeterlik ve öz yeterlik kavramını bilmeleri ve kendi yeterlilik alanlarını söylemeleri için hazırlanan rehberlik etkinliği uygulanmıştır. İkinci yarısında ise öz yeterliliğini eğlenceli oyunlarla desteklemesi ve kapasitesine olan inancını fark edebilmesi için dört istasyondan oluşan fiziksel aktivite etkinlikleri yapılmıştır. Bu kapsamda ilk istasyon hız-dikkat temelli oyunlar istasyonunda hızlı/pratik bardaklar oyunu, ikinci istasyon hedef etkinlikleri istasyonunda dart oyunu, üçüncü istasyon aerobik aktivite etkinlikleri istasyonunda step, dördüncü istasyon denge-koordinasyon etkinlikleri istasyonunun pinpon ve kaşıkla hazırlanmış ve labirent düzeneğinden oluşan içerikler uygulanmıştır.
2	- Katılımcıların öz yeterliliklerini uygulayabilmesi için oturumun ilk yarısında kapasitelerini geliştirme yollarını ifade etmeleri ve kapasitesine olan inancını nasıl geliştireceklerini fark etmeleri için hazırlanan rehberlik etkinliği uygulanmıştır. İkinci yarısında ise öz yeterliliğini eğlenceli oyunlarla desteklemesi ve kapasitesine olan inancını fark edebilmesi için dört istasyondan oluşan fiziksel aktivite etkinlikleri yapılmıştır. Bu kapsamda ilk istasyon hız-dikkat temelli oyunlar istasyonunda hızlı/pratik bardaklar oyunu, ikinci istasyon hedef etkinlikleri istasyonunda dart oyunu, üçüncü istasyon aerobik aktivite etkinlikleri istasyonunda step, dördüncü istasyon denge-koordinasyon etkinlikleri istasyonunun pinpon ve kaşıkla hazırlanmış ve labirent düzeneğinden oluşan içerikler uygulanmıştır. - Katılımcıların motivasyonu bilmeleri için oturumun ilk yarısında Motivasyonu tanımlamaları, içsel motivasyonu ve içsel motivasyona etki eden faktörleri bilmeleri için hazırlanan rehberlik etkinliği uygulanmıştır. İkinci yarısında ise motivasyonu eğlenceli oyunlarla desteklemesi ve iş yapabilme isteğini geliştirme yollarını bilmesi için dört istasyondan oluşan fiziksel aktivite etkinlikleri yapılmıştır. Bu kapsamda ilk istasyon hız-dikkat temelli oyunlar istasyonunda hızlı/pratik bardaklar oyunu, ikinci istasyon hedef etkinlikleri istasyonunda dart oyunu, üçüncü istasyon aerobik aktivite etkinlikleri istasyonunda step, dördüncü istasyon denge-koordinasyon etkinlikleri istasyonunun balon ve kağıt bardak düzeneğinden oluşan içerikler uygulanmıştır.
3	- Katılımcıların motivasyonun yaşamdaki etkisini bilmeleri için oturumun ilk yarısında dışsal motivasyonu tanımlamaları, Dışsal motivasyona etki eden faktörleri bilmesi ve motivasyonun yaşamdaki önemini fark etmesi için hazırlanan rehberlik etkinliği uygulanmıştır. İkinci yarısında ise motivasyonu eğlenceli oyunlarla desteklemesi ve iş yapabilme isteğini geliştirme yollarını bilmesi için dört istasyondan oluşan fiziksel aktivite etkinlikleri yapılmıştır. Bu kapsamda ilk istasyon hız-dikkat temelli oyunlar istasyonunda hızlı/pratik bardaklar oyunu, ikinci istasyon hedef etkinlikleri istasyonunda dart oyunu, üçüncü istasyon aerobik aktivite etkinlikleri istasyonunda step, dördüncü istasyon denge-koordinasyon etkinlikleri istasyonunun balon ve kağıt bardak düzeneğinden oluşan içerikler uygulanmıştır. - Katılımcıların iyi oluşun önemini anlamaları için oturumun ilk yarısında iyi oluşu bilmeleri, sosyal iyi oluşa etki eden faktörleri bilmeleri ve sosyal iyi oluşun yaşamdaki önemini fark etmeleri için hazırlanan rehberlik etkinliği uygulanmıştır. İkinci yarısında ise sosyal iyi oluşla ilgili eğlenceli aktiviteler yapması ve pozitif sosyal davranış sergilemenin önemini bilmesi için dört istasyondan oluşan fiziksel aktivite etkinlikleri yapılmıştır. Bu kapsamda ilk istasyon hız-dikkat temelli oyunlar istasyonunda sihirli küpler oyunu, ikinci istasyon hedef etkinlikleri istasyonunda dart oyunu, üçüncü istasyon aerobik aktivite etkinlikleri istasyonunda step, dördüncü istasyon denge-koordinasyon etkinlikleri istasyonunun ahşap malzeme düzeneğinden oluşan içerikler uygulanmıştır.
4	- Katılımcıların sosyal iyi oluşunun bireye katkısını anlamaları için oturumun ilk yarısında sosyal iyi oluşla ilgili yaşamdan örnekler vermeleri, bireysel olarak sosyal iyi oluşun önemini kavramaları için hazırlanan rehberlik etkinliği uygulanmıştır. İkinci yarısında ise sosyal iyi oluşla ilgili eğlenceli aktiviteler yapması ve pozitif sosyal davranışın nasıl sergileneceğini fark etmesi için dört istasyondan oluşan fiziksel aktivite etkinlikleri yapılmıştır. Bu kapsamda ilk istasyon hız-dikkat temelli oyunlar istasyonunda sihirli küpler oyunu, ikinci istasyon hedef etkinlikleri istasyonunda dart oyunu, üçüncü istasyon aerobik aktivite etkinlikleri istasyonunda step, dördüncü istasyon denge-koordinasyon etkinlikleri istasyonunun denge kitabından oluşan içerikler uygulanmıştır. - Katılımcıların duygusal iyi oluşu bilmeleri, duygusal iyi oluşa etki eden faktörleri bilmeleri, duygusal iyi oluşun yaşamdaki önemini fark etmeleri için oturumun ilk yarısında hazırlanan rehberlik etkinliği uygulanmıştır. İkinci yarısında ise duygusal iyi oluşla ilgili eğlenceli aktiviteler yapması ve pozitif duygusal davranışın nasıl sergileneceğini fark etmesi için dört istasyondan oluşan fiziksel aktivite etkinlikleri yapılmıştır. Bu kapsamda ilk istasyon hız-dikkat temelli oyunlar istasyonunda sihirli küpler oyunu, ikinci istasyon hedef etkinlikleri istasyonunda dart oyunu, üçüncü istasyon aerobik aktivite etkinlikleri istasyonunda step, dördüncü istasyon denge-koordinasyon etkinlikleri istasyonunun denge kitabından oluşan içerikler uygulanmıştır.
5	- Katılımcıların duygusal iyi oluşla ilgili yaşamdan örnekler vermeleri ve duygusal iyi oluşun önemini fark etmeleri için oturumun ilk yarısında hazırlanan rehberlik etkinliği uygulanmıştır. İkinci yarısında ise duygusal iyi oluşla ilgili eğlenceli aktiviteler yapması ve pozitif duygusal davranışın nasıl sergileneceğini fark etmesi için dört istasyondan oluşan fiziksel aktivite etkinlikleri yapılmıştır. Bu kapsamda ilk istasyon hız-dikkat temelli oyunlar istasyonunda sihirli küpler oyunu, ikinci istasyon hedef etkinlikleri istasyonunda dart oyunu, üçüncü istasyon aerobik aktivite etkinlikleri istasyonunda step, dördüncü istasyon denge-koordinasyon etkinlikleri istasyonunda ip ve tek ayakta durmadan oluşan içerikler uygulanmıştır. - Katılımcılara programın genel değerlendirmesinin yapılmasının ardından, öğrenci görüşleri alınmıştır. Devamında katılımcılara son testler uygulanmıştır.

Şekil 2.2. Özel Yetenekli Öğrenciler İçin Hazırlanan FİZPEP İçerik Özeti.

2.8. Verilerin Toplanması

Deney ve kontrol grubundaki tüm öğrencilere yönelik olarak on oturumluk fiziksel aktivite destekli psiko eğitim programı öncesinde ön test yapılmıştır. Deney grubuna yönelik programın içeriği ve önemi hakkında hazırlanan detaylı yönergenin okunmasının ardından ilk oturumda ön test uygulaması gerçekleştirilmiştir. Ön test uygulaması kütüphanede gerçekleştirilmiş ve ölçekler zımbalanarak toplu halde öğrencilere dağıtılmıştır. Uygulama esnasında aralarda dolaşarak öğrencilerin sorularına yanıt verilmiştir. Kontrol grubu öğrencilerine ise yine kurum kütüphanesinde ön test uygulaması aynı yöntemle gerçekleştirilmiştir. Haftada bir gün ve 60 dakikalık iki etkinlik bir oturum olarak planlanmış rehberlik etkinliği ve fiziksel aktivite içerikli psiko eğitim programı on oturum şeklinde deney grubuna uygulanmıştır. Programın bitiminde deney ve kontrol gruplarına ayrı ayrı olmak üzere toplantı yapılmıştır. Süreçle ilgili değerlendirmenin yapılmasının ardından son testler toplu olarak deney grubuna uygulanmıştır. Uygulama esnasında aralarda dolaşarak öğrencilerin sorularına yanıt verilmiştir. Programın tamamlanmasından dört hafta sonra kalıcılığı belirlemek amacıyla aynı ölçme araçları izleme testi niteliğinde sadece deney grubuna uygulanmıştır. Program süresince; ev ödevleri, yaratıcı drama etkinlikleri, nefes ve beden egzersizleri, yaş grubunun gelişim özelliklerine uygun fiziksel aktivite ve oyunlar, içerikle ilgili materyal planlanmıştır. Bu çalışmada psiko eğitim grubu olarak belirlenen deney grubunda kapsamlı model çerçevesinde bireylerin yeni bilgi edinmesi, becerilerini güçlendirmesi ve grup üyeleri arası duygu paylaşımı hedeflenmiştir. Çalışmada kullanılacak ölçme araçlarının çalışma konusunda belirlenen kavramları ölçmek için yeterli olduğu varsayılmıştır. Psiko eğitim programından rastgele seçilen bir oturum asıl uygulamadan önce pilot uygulama şeklinde çalışma grubu dışında bir gruba uygulanmıştır. Tespit edilen noktalarla ilgili düzeltmeler yapılmıştır.

2.9. Uygulama

Araştırma sürecinin planlanması, psiko eğitim programının geliştirilmesi ve ilgili makamlardan gerekli izinlerin (EK1) alınmasından sonra uygulamaya başlanmıştır. Araştırmanın uygulaması 2021-2022 Eğitim Öğretim yılı ikinci yarıyıldan Mart, Nisan ve Mayıs aylarında ve sıralamada gerçekleştirilmiştir:

1. Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsünden etik izin alınmıştır.
2. Milli Eğitim Bakanlığı'ndan
<https://ayse.meb.gov.tr/basvurudev/uygulama> izni elektronik başvuru yapılmış ve Kırşehir İl Müdürlüğü'nden izin alınmıştır.
3. Uygulamanın yapılacağı Yusuf Demir Bilim ve Sanat Merkezi kurum müdürü ve öğretmenleri araştırmadan haberdar edilmiştir.
4. İzinlerin ardından 2021/2022 Eğitim öğretim yılı ikinci yarıyılında uygulamalar yapılmıştır.
5. Araştırmanın hedef kitlesi olan 6. Sınıf öğrencilerine ve ailelerine bilgi verilmiş ve gönüllü onam formlarıyla veli izin belgeleri alınmıştır.
6. 2021/2022 Eğitim öğretim yılı ikinci yarıyılında deney ve kontrol gruplarına ön testler uygulanmıştır. Ölçme araçlarının uygulanmasından önce, öğrencilere, gerekli bilgilendirme yapılmıştır.
7. Çalışmaya destek veren beden eğitimi öğretmenine araştırmayla ilgili bilgi verilmiştir.
8. Deney grubuna 5 hafta ve 10 oturum olmak üzere her hafta 2 etkinlik planlanmış ve uygulama yapılmıştır.
9. Kontrol grubuna ise ön testlerin ardından 5 haftalık süreçte herhangi bir uygulama yapılmamıştır.
10. Her oturum öncesinde uygulamada kullanılacak materyaller hazırlanmıştır. Uygulama ortamı hazır hale getirilmiştir.
11. Oturumların başında önceki oturumlara dair hatırlatmalar ve yapılacak oturuma dair bilgilendirmeler yapılmıştır.
12. Oturumlar esnasında destekleyici ifadeler ve bilgilere yer verilmiştir.

13. Oturumların tamamlanması ardında deney ve kontrol gruplarına son testler uygulanmıştır.
14. Oturumların bitiminden dört hafta sonra deney grubuna izleme testi uygulanmıştır.

2.10. Verilerin Analizi

Araştırmanın verilerinin değerlendirilmesi ve sonrasında tabloların oluşturulmasında SPSS (Statistical Package for Social Sciences) 22.0 kullanılmıştır.

Elde edilen nicel verilerin analizi için betimsel istatistiksel yöntemlerden yüzde, frekans analizi ve ortalamalar kullanılmıştır. Ölçme araçlarının sonuçlarının analizinde hangi testlerin kullanılması gerektiğini belirlemek için önce parametrik testlerin temel varsayımlarını karşılayıp karşılamadıkları incelenmiş ve ilk olarak normallik ve homojenlik testleri yapılmıştır. Çarpıklık ve basıklık katsayıları hesaplanmış sonrasında ise varyans homojenliği testi (Levene Testi) yapılmıştır. Puanların normal dağılım gösterdiği tespit edilmiştir. Deney grubundaki öğrencilerin ön test, son test ve izleme testi puanlarındaki farklılığı belirlemek için tekrarlı ölçümler için ANOVA yapılmıştır. Deney grubu öğrencilerinin ve kontrol grubu öğrencilerinin ön test puanlarının normal dağılım gösterip göstermediği normallik testleri ile analiz edilmiş ve sonrasında puanlarının normal dağıldığı ($p>,05$) görülmüştür. Deney grubunun son test ve izleme testi sonuçlarının ailenin aylık gelir durumu, anne-baba mesleği, anne-baba eğitim durumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla ilişkisiz örneklem için tek faktörlü ANOVA yapılmıştır. Deney ve kontrol gruplarının ön test sonuçlarının farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla bağımsız örneklem t-testi yapılmıştır. Deney grubunda yer alan öğrencilerin cinsiyet ve özel yetenek alanına göre son test ve izleme testi ölçek puanlarında anlamlı bir farklılık olup olmadığını bağımsız örneklem t testi yapılmıştır. Elde edilen sayısal veriler tablolar yardımı ile özetlenmiştir. İstatistiksel olarak anlamlılık düzeyi ise $p<,05$ olarak kabul edilmiştir.

2.11. Varsayımlar

Çalışmaya katılan özel yetenekli öğrencilerin veri toplama araçlarını gönüllü, yansız, samimi ve gerçek görüşlerini yansıtacak biçimde cevaplandırıdıkları varsayılmıştır. Psiko eğitim programının içeriğinin bağımlı değişkenlerle ilgili hazırlandığı varsayılmıştır.

2.12. Sınırlılıklar

2021-2022 eğitim öğretim yılında Yusuf Demir BİLSEM’de 6. Sınıfta eğitim alan 20 kontrol grubu 28 deney grubu üyesi olmak üzere toplam 48 öğrencinin veri toplama araçlarına verdikleri cevaplar ile sınırlıdır. Veri toplama araçlarının ölçtükleri konularla sınırlıdır. 5 haftalık ve 10 oturumluk planlanan FİZPEP uygulamasıyla sınırlıdır. Veri toplama araçlarının istatistiksel analiz sonuçlarıyla sınırlıdır.

3. BULGULAR

Çalışmanın bu bölümünde, elde edilen veriler kapsamında gerçekleştirilen analizlere yönelik bulgular ve yorumlara yer verilmiştir. Bu kapsamda FİZPEP'in uygulama sonrasındaki deney grubu öğrencileri üzerindeki etkileriyle ilgili tekrarlı ölçümler/ilişkili örneklemeler için Anova sonuçlarına dair bulgular, istatistikler ve değişkenlere yönelik tek yönlü varyans analizleri, bağımlı örneklemeler t testi betimsel istatistikleri ile bağımsız örneklemeler için t testi analizlerine yer verilmiştir.

Çizelge 3.1. FİZPEP Uygulamasının Deney Grubunda Öz Yeterlik, Motivasyon, Sosyal Duygusal İyi Oluş ve Fiziksel Aktivite Düzeylerinin Ön Test Son test ve İzleme Testi Sonuçları Betimsel İstatistik Sonuçları.

Uygulanan Testler		Ortalama	Standart Sapma	Standart Hata Ortalaması
Öz yeterlik	Ön test	42,3929	6,22027	1,17552
	Son test	42,8929	6,33824	1,19781
	İzleme Testi	44,2143	7,05196	1,33270
İç Motivasyon	Ön test	61,8929	12,81301	2,42143
	Son test	60,1786	11,54718	2,18221
	İzleme Testi	60,9643	13,60142	2,57043
Dış Motivasyon	Ön test	21,5357	8,09427	1,52967
	Son test	22,4643	7,59865	1,43601
	İzleme Testi	22,0357	8,54826	1,61547
Genel Motivasyon	Ön test	83,4286	9,08572	1,71704
	Son test	82,6429	9,94136	1,87874
	İzleme Testi	83,0000	13,85373	2,61811
Akademik İyi Oluş	Ön test	25,1786	6,11043	1,15476
	Son test	25,0714	7,00227	1,32330
	İzleme Testi	25,5000	6,81773	1,28843
Sosyal İyi Oluş	Ön test	26,5357	4,49265	,84903
	Son test	26,1786	4,17269	,78857
	İzleme Testi	26,7143	3,80893	,71982
Duygusal İyi Oluş	Ön test	20,2143	6,16656	1,16537
	Son test	22,2143	7,21807	1,36409
	İzleme Testi	23,9643	6,51200	1,23065
Genel Sosyal-Duygusal İyi Oluş	Ön test	71,9286	12,34363	2,33273
	Son test	73,4643	14,62996	2,76480
	İzleme Testi	76,1786	14,14228	2,67264
Fiziksel Aktivite	Ön test	26,0357	9,62436	1,81883
	Son test	28,0714	7,92525	1,49773
	İzleme Testi	27,7143	9,02612	1,70578

Çizelgede Deney grubuna uygulanan ölçme araçlarına ait betimsel istatistiklere yer verilmiştir. Buna göre deney grubunun öz yeterlik ölçeği son test ($\bar{x}$:42,89) ve izleme testi ($\bar{x}$:44,21) ortalamaları ön test ($\bar{x}$:42,39) ortalamasına göre

artış göstermiştir. Deney grubunun motivasyon ölçeği iç motivasyon alt boyutu son test ($\bar{x}$:60,17) ve izleme testi ($\bar{x}$:60,96) ortalamaları ön test ($\bar{x}$:61,89) ortalamasına göre artış göstermemiştir. Deney grubunun motivasyon ölçeği dış motivasyon alt boyutu son test ($\bar{x}$:22,46) ve izleme testi ($\bar{x}$:22,03) ortalamaları ön test ($\bar{x}$:21,53) ortalamasına göre artış göstermiştir. Deney grubunun motivasyon ölçeği genel puanı son test ($\bar{x}$:82,64) ve izleme testi ($\bar{x}$:83,00) ortalamaları ön test ($\bar{x}$:83,42) ortalamasına göre artış göstermemiştir. Deney grubunun sosyal duygusal iyi oluş ölçeği akademik iyi oluş alt boyutu son test ($\bar{x}$:25,07) ve izleme testi ($\bar{x}$:25,50) ortalamaları ön test ($\bar{x}$:25,17) ortalamasına göre artış göstermemiştir. Deney grubunun sosyal duygusal iyi oluş ölçeği sosyal iyi oluş alt boyutu son test ($\bar{x}$:26,17) ve izleme testi ($\bar{x}$:26,71) ortalamaları ön test ($\bar{x}$:26,53) ortalamasına göre artış göstermemiştir. Deney grubunun sosyal duygusal iyi oluş ölçeği duygusal iyi oluş alt boyutu son test ($\bar{x}$:22,21) ve izleme testi ($\bar{x}$:23,96) ortalamaları ön test ($\bar{x}$:20,21) ortalamasına göre artış göstermiştir. Deney grubunun sosyal duygusal iyi oluş ölçeği genel puanı son test ($\bar{x}$:73,46) ve izleme testi ($\bar{x}$:76,17) ortalamaları ön test ($\bar{x}$:71,92) ortalamasına göre artış göstermiştir. Deney grubunun fiziksel aktivite ölçeği genel puanı son test ($\bar{x}$:28,07) ve izleme testi ($\bar{x}$:27,71) ortalamaları ön test ($\bar{x}$:26,03) ortalamasına göre artış göstermiştir.

Çizelge 3.2. FİZPEP Uygulamasının Deney ve Kontrol Grubunun Öz Yeterlik, Motivasyon, Sosyal Duygusal İyi Oluş ve Fiziksel Aktivite Düzeylerinin Ön Test Sonuçları Karşılaştırılması İçin Yapılan Bağımsız Örneklem T Testi Sonuçları.

Değişken	Grup	N	Ortalama	Standart Sapma	t	p
Öz yeterlik	Deney	28	44,3929	7,22027	-2,213	,320
	Kontrol	20	47,1000	8,53414		
Motivasyon	Deney	28	83,4286	9,08572	-,744	,460
	Kontrol	20	85,3000	7,82775		
Sosyal Duygusal İyi Oluş	Deney	28	71,9286	12,34363	-,477	,636
	Kontrol	20	73,8000	14,77053		
Fiziksel Aktivite	Deney	28	26,0357	9,62436	,420	,676
	Kontrol	20	24,9500	7,54269		

*p<,05

Çizelgeye göre; Deney ve Kontrol gruplarının öz yeterlik, motivasyon, sosyal duygusal iyi oluş ve fiziksel aktivite düzeylerinin ön test sonuçları karşılaştırılması için yapılan bağımsız örneklem t testi analiz sonuçlarına göre gruplar arasında anlamlı fark bulunmamıştır ($p>,05$). Buna göre ön test sonuçları açısından gruplar farklılaşmamaktadır.

Çizelge 3.3. FİZPEP Uygulamasının Deney Grubunun Öz Yeterlik Ön Test, Son Test ve İzleme Testi Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması İçin Yapılan Tekrarlı Ölçümler İçin Anova Analiz Sonuçları.

	Kareler Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareler Ortalaması	p	Kısmi Eta Kare
Greenhouse-Geisser	49,595	1,624	30,540	,043*	,119
Öntest vs. Sontest	7,000	1	7,000	,451	,021
Sontest vs. İzleme Testi	48,893	1	48,893	,027*	,169

* $p<,05$

Çizelge incelendiğinde; analizler sonrasında Greenhouse-Geisser değerine bakılmıştır. Bu değer istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür ($p<,05$). Öz yeterlik değişkeni için hangi ölçümler arasında anlamlı fark olduğuna bakıldığında ise son test ile izleme testi arasında anlamlı fark olduğu görülmüştür ($p<,05$). Öz yeterlik değişkeni için bu farkın hangi test lehine olduğuna bakıldığında son test ortalamalarıyla ($\bar{x}$:42,89) izleme testi ortalamaları ($\bar{x}$:44,21) arasında anlamlı fark olduğu bulunmuştur ($p<,05$).

Çizelge 3.4. FİZPEP Uygulamasının Deney Grubunun Motivasyon Ön Test, Son Test ve İzleme Testi Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması İçin Yapılan Tekrarlı Ölçümler İçin Anova Analiz Sonuçları.

	Kareler Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareler Ortalaması	p	Kısmi Eta Kare
Greenhouse-Geisser	8,667	1,473	5,883	,845	,004
Öntest vs. Sontest	17,286	1	17,286	,507	,016
Sontest vs. İzleme Testi	3,571	1	3,571	,847	,001

* $p<,05$

Çizelge incelendiğinde; analizler sonrasında Greenhouse-Geisser değerine bakılmıştır. Bu değer istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmüştür ($p>,05$). Buna göre motivasyon değişkeni için öntest, sontest ve izleme testleri sonuçlarının birbirleri arasında anlamlı fark bulunamamıştır ($p>,05$).

Çizelge 3.5. FİZPEP Uygulamasının Deney Grubunun Sosyal Duygusal İyi Oluş Ön Test, Son Test ve İzleme Testi Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması İçin Yapılan Tekrarlı Ölçümler İçin Anova Analiz Sonuçları.

	Kareler Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareler Ortalaması	p	Kısmi Eta Kare
Greenhouse-Geisser	259,357	1,775	146,101	,012*	,161
Öntest vs. Sontest	66,036	1	66,036	,269	,045
Sontest vs. İzleme Testi	206,286	1	206,286	,020*	,184

* $p<,05$

Çizelge incelendiğinde; analizler sonrasında Greenhouse-Geisser değerine bakılmıştır. Bu değer istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür ($p<,05$). Sosyal duygusal iyi oluş değişkeni için hangi ölçümler arasında anlamlı fark olduğuna bakıldığında ise son test ile izleme testi arasında anlamlı fark olduğu görülmüştür ($p<,05$). Sosyal duygusal iyi oluş değişkeni için bu farkın hangi test lehine olduğuna bakıldığında ise son test ortalamalarıyla ($\bar{x}$:73,46) izleme testi ortalamaları ($\bar{x}$:76,17) arasında anlamlı fark olduğu bulunmuştur ($p<,05$).

Çizelge 3.6. FİZPEP Uygulamasının Deney Grubunun Fiziksel Aktivite Ön Test, Son Test ve İzleme Testi Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması İçin Yapılan Tekrarlı Ölçümler İçin Anova Analiz Sonuçları

	Kareler Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareler Ortalaması	p	Kısmi Eta Kare
Greenhouse-Geisser	66,167	1,445	45,791	,291	,044
Öntest vs. Sontest	116,036	1	116,036	,228	,053
Sontest vs. İzleme Testi	3,571	1	3,571	,685	,006

* $p<,05$

Çizelge incelendiğinde; analizler sonrasında Greenhouse-Geisser değerine bakılmıştır. Bu değer istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmüştür ($p>,05$). Buna göre fiziksel aktivite değişkeni için ön test, son test ve izleme testleri sonuçlarının birbirleri arasında anlamlı fark bulunamamıştır ($p>,05$).

Çizelge 3.7. FİZPEP Uygulamasının Deney Grubundaki Öğrencilerinin Öz Yeterlik, Motivasyon, Sosyal Duygusal iyi oluş ve Fiziksel Aktivite Son Test ve İzleme Testi Sonuçlarının Baba Eğitim Durumu Değişkenine Göre Karşılaştırılması İçin Yapılan Tek Yönlü Anova Analiz Sonuçları.

Bağımlı Değişken		Kareler	Serbestlik	Kareler	F	p.
		Toplamı	Derecesi	Ortalaması		
Özyeterlilik_Sontest	Grup içi	218,845	2	109,423	3,159	,060
	Gruplararası	865,833	25	34,633		
	Toplam	1084,679	27			
Özyeterlilik_İzleme	Grup içi	287,256	2	143,628	3,402	,049*
	Gruplararası	1055,458	25	42,218		
	Toplam	1342,714	27			
Motivasyon_Sontest	Grup içi	460,970	2	230,485	2,610	,093
	Gruplararası	2207,458	25	88,298		
	Toplam	2668,429	27			
Motivasyon_İzleme	Grup içi	888,542	2	444,271	2,587	,095
	Gruplararası	4293,458	25	171,738		
	Toplam	5182,000	27			
SDiyiOluş_Sontest	Grup içi	493,131	2	246,565	1,166	,328
	Gruplararası	5285,833	25	211,433		
	Toplam	5778,964	27			
SDiyiOluş_İzleme	Grup içi	184,274	2	92,137	,442	,648
	Gruplararası	5215,833	25	208,633		
	Toplam	5400,107	27			
FAA_Sontest	Grup içi	361,024	2	180,512	3,381	,049*
	Gruplararası	1334,833	25	53,393		
	Toplam	1695,857	27			
FAA_İzleme	Grup içi	362,881	2	181,440	2,469	,105
	Gruplararası	1836,833	25	73,473		
	Toplam	2199,714	27			

* $p<,05$

Çizelgeye göre; Deney grubundaki öğrencilerin FİZPEP uygulaması sonrası öz yeterlik ölçeği son test ve izleme testi puanlarının baba eğitim durumu değişkenine göre karşılaştırılması için tek yönlü ANOVA yapılmıştır. Buna göre baba eğitim durumuna göre izleme testi sonuçları arasında anlamlı fark bulunmuştur ($p<,05$). ANOVA sonrası bulunan anlamlı farklılığın hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek amacıyla tamamlayıcı post-hoc analizi yapılmıştır. Hangi grup lehine anlamlılık olduğuna bakıldığında babası lise mezunu olanların ortalamalarının ($\bar{x}:55,00$) üniversite mezunu olanların ortalamalarından ($\bar{x}:43,04$) yüksek olduğu ve bu durumda babaları lise mezunu olanların lehine bir anlamlılık olduğu bulunmuştur ($p<,05$). Buna göre FİZPEP uygulaması sonrasında yapılan öz yeterlik ölçeği izleme testi puanları deney grubundaki katılımcıların baba mezuniyetlerine göre anlamlılık göstermektedir. Çizelgeye göre; Deney grubundaki öğrencilerin FİZPEP uygulaması sonrası motivasyon ölçeği son test ve izleme testi puanlarının baba mezuniyet durumu değişkenine göre karşılaştırılması için tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Buna göre baba mezuniyet durumuna göre test sonuçları arasında anlamlı fark bulunamamıştır ($p>,05$). Çizelgeye göre; Deney grubundaki öğrencilerin FİZPEP uygulaması sonrası sosyal duygusal iyi oluş ölçeği son test ve izleme testi puanlarının baba mezuniyet durumu değişkenine göre karşılaştırılması için tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Buna göre baba mezuniyet durumuna göre test sonuçları arasında anlamlı fark bulunamamıştır ($p>,05$). Çizelgeye göre; Deney grubundaki öğrencilerin FİZPEP uygulaması sonrası fiziksel aktivite ölçeği son test ve izleme testi puanlarının baba mezuniyet durumu değişkenine göre karşılaştırılması için tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Buna göre baba mezuniyet durumuna göre son test sonuçları arasında anlamlı fark bulunmuştur ($p<,05$). ANOVA sonrası bulunan anlamlı farklılığın hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek üzere tamamlayıcı post-hoc analizine başvurulmuştur. Hangi grup lehine anlamlılık olduğuna bakıldığında ise babası yüksek lisans veya doktora mezunu olanların ortalamalarının ($\bar{x}:40,50$) lise mezunu olanların ortalamalarından ($\bar{x}:23,50$) yüksek olduğu ve bu durumda yüksek lisans veya doktora mezunu olanların lehine bir anlamlılık olduğu bulunmuştur ($p<,05$). Buna göre FİZPEP uygulaması sonrasında yapılan fiziksel aktivite ölçeği son test puanları

deney grubundaki katılımcıların baba mezuniyet durumlarına göre anlamlılık göstermektedir.

Çizelge 3.8. FİZPEP Uygulamasının Deney Grubundaki Öğrencilerinin Öz Yeterlik, Motivasyon, Sosyal Duygusal İyi oluş ve Fiziksel Aktivite Son Test ve İzleme Testi Sonuçlarının Anne Eğitim Durumu Değişkenine Göre Karşılaştırılması İçin Yapılan Tek Yönlü Anova Analiz Sonuçları.

Bağımlı Değişken		Kareler Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareler Ortalaması	F	p.
Özyeterlilik_Sontest	Grupiçi	34,359	2	17,180	,409	,669
	Gruplararası	1050,320	25	42,013		
	Toplam	1084,679	27			
Özyeterlilik_İzleme	Grupiçi	68,831	2	34,415	,675	,518
	Gruplararası	1273,883	25	50,955		
	Toplam	1342,714	27			
Motivasyon_Sontest	Grupiçi	362,714	2	181,357	1,966	,161
	Gruplararası	2305,714	25	92,229		
	Toplam	2668,429	27			
Motivasyon_İzleme	Grupiçi	617,549	2	308,774	1,691	,205
	Gruplararası	4564,451	25	182,578		
	Toplam	5182,000	27			
SDiyiOluş_Sontest	Grupiçi	1039,246	2	519,623	2,741	,084
	Gruplararası	4739,718	25	189,589		
	Toplam	5778,964	27			
SDiyiOluş_İzleme	Grupiçi	351,803	2	175,901	,871	,431
	Gruplararası	5048,305	25	201,932		
	Toplam	5400,107	27			
FAA_Sontest	Grupiçi	369,974	2	184,987	3,488	,046*
	Gruplararası	1325,883	25	53,035		
	Toplam	1695,857	27			
FAA_İzleme	Grupiçi	439,259	2	219,630	3,119	,062
	Gruplararası	1760,455	25	70,418		
	Toplam	2199,714	27			

*p<,05

Çizelgeye göre; Deney grubundaki öğrencilerin FİZPEP uygulaması sonrası öz yeterlik ölçeği son test ve izleme testi puanlarının anne eğitim durumu değişkenine göre karşılaştırılması için tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Buna göre anne eğitim durumuna göre test sonuçları arasında anlamlı fark bulunamamıştır ($p>,05$). Çizelgeye göre; Deney grubundaki öğrencilerin FİZPEP uygulaması sonrası motivasyon ölçeği son test ve izleme testi puanlarının anne mezuniyet durumu değişkenine göre karşılaştırılması için tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Buna göre anne mezuniyet durumuna göre test sonuçları arasında anlamlı fark bulunamamıştır ($p>,05$). Çizelgeye göre; Deney grubundaki öğrencilerin FİZPEP uygulaması sonrası sosyal duygusal iyi oluş ölçeği son test ve izleme testi puanlarının anne mezuniyet durumu değişkenine göre karşılaştırılması için tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Buna göre anne mezuniyet durumuna göre test sonuçları arasında anlamlı fark bulunamamıştır ($p>,05$). Çizelgeye göre; Deney grubundaki öğrencilerin FİZPEP uygulaması sonrası fiziksel aktivite ölçeği son test ve izleme testi puanlarının anne mezuniyet durumu değişkenine göre karşılaştırılması için tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Buna göre anne mezuniyet durumuna göre son test sonuçları arasında anlamlı fark bulunmuştur ($p<,05$). ANOVA sonrası bulunan anlamlı farklılığın hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek üzere tamamlayıcı post-hoc analizine başvurulmuştur. Hangi grup lehine anlamlılık olduğuna bakıldığında ise annesi yüksek lisans veya doktora mezunu olanların ortalamalarının ($\bar{x}$:40,50) lise mezunu olanların ortalamalarından ($\bar{x}$:25,14) yüksek olduğu ve bu durumda yüksek lisans veya doktora mezunu olanların lehine bir anlamlılık olduğu bulunmuştur ($p<,05$). Buna göre FİZPEP uygulaması sonrasında yapılan fiziksel aktivite ölçeği son test puanları deney grubundaki katılımcıların anne mezuniyet durumlarına göre anlamlılık göstermektedir.

Çizelge 3.9. FİZPEP Uygulamasının Deney Grubundaki Öğrencilerinin Öz Yeterlik, Motivasyon, Sosyal Duygusal İyi oluş ve Fiziksel Aktivite Son Test ve İzleme Testi Sonuçlarının Anne Meslek Durumu Değişkenine Göre Karşılaştırılması İçin Yapılan Tek Yönlü Anova Analiz Sonuçları.

Bağımlı Değişken		Serbestli			F	p.
		Kareler Toplamı	k Derecesi	Kareler Ortalaması		
Özyeterlilik_Sontest	Grupiçi	47,285	2	23,643	,570	,573
	Gruplararası	1037,394	25	41,496		
	Toplam	1084,679	27			
Özyeterlilik_İzleme	Grupiçi	42,749	2	21,375	,411	,667
	Gruplararası	1299,965	25	51,999		
	Toplam	1342,714	27			
Motivasyon_Sontest	Grupiçi	604,932	2	302,466	3,664	,040*
	Gruplararası	2063,496	25	82,540		
	Toplam	2668,429	27			
Motivasyon_İzleme	Grupiçi	934,691	2	467,345	2,751	,083
	Gruplararası	4247,309	25	169,892		
	Toplam	5182,000	27			
SDiyiOluş_Sontest	Grupiçi	621,214	2	310,607	1,506	,241
	Gruplararası	5157,751	25	206,310		
	Toplam	5778,964	27			
SDiyiOluş_İzleme	Grupiçi	207,068	2	103,534	,498	,613
	Gruplararası	5193,039	25	207,722		
	Toplam	5400,107	27			
FAA_Sontest	Grupiçi	324,834	2	162,417	2,962	,070
	Gruplararası	1371,023	25	54,841		
	Toplam	1695,857	27			
FAA_İzleme	Grupiçi	457,749	2	228,875	3,285	,054
	Gruplararası	1741,965	25	69,679		
	Toplam	2199,714	27			

*p<,05

Çizelgeye göre; Deney grubundaki öğrencilerin FİZPEP uygulaması sonrası öz yeterlik ölçeği son test ve izleme testi puanlarının anne meslek durumu değişkenine göre karşılaştırılması için tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Buna

göre anne meslek durumuna göre test sonuçları arasında anlamlı fark bulunamamıştır ($p>,05$). Çizelgeye göre; Deney grubundaki öğrencilerin FİZPEP uygulaması sonrası motivasyon ölçeği son test ve izleme testi puanlarının anne meslek durumu değişkenine göre karşılaştırılması için tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Buna göre anne meslek durumuna göre son test sonuçları arasında anlamlı fark bulunmuştur ($p<,05$). ANOVA sonrası bulunan anlamlı farklılığın hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek üzere tamamlayıcı post-hoc analizine başvurulmuştur. Hangi grup lehine anlamlılık olduğuna bakıldığında ise annesi öğretmen olanların ortalamalarının ($\bar{x}$:88,42) memur olanların ortalamalarından ($\bar{x}$:76,80) yüksek olduğu ve bu durumda annesi öğretmen olanların lehine bir anlamlılık olduğu bulunmuştur ($p<,05$). Buna göre FİZPEP uygulaması sonrasında yapılan motivasyon ölçeği son test puanları deney grubundaki katılımcıların anne mesleklerine göre anlamlılık göstermektedir. Çizelgeye göre; Deney grubundaki öğrencilerin FİZPEP uygulaması sonrası sosyal duygusal iyi oluş ölçeği son test ve izleme testi puanlarının anne meslek durumu değişkenine göre karşılaştırılması için tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Buna göre anne meslek durumuna göre test sonuçları arasında anlamlı fark bulunamamıştır ($p>,05$). Çizelgeye göre; Deney grubundaki öğrencilerin FİZPEP uygulaması sonrası fiziksel aktivite ölçeği son test ve izleme testi puanlarının anne meslek değişkenine göre karşılaştırılması için tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Buna göre anne meslek durumuna göre test sonuçları arasında anlamlı fark bulunamamıştır ($p>,05$).

Çizelge 3.10. FİZPEP Uygulamasının Deney Grubundaki Öğrencilerinin Öz Yeterlik, Motivasyon, Sosyal Duygusal İyi oluş ve Fiziksel Aktivite Son Test ve İzleme Testi Sonuçlarının Baba Meslek Durumu Değişkenine Göre Karşılaştırılması İçin Yapılan Tek Yönlü Anova Analiz Sonuçları.

Bağımlı Değişken		Kareler Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareler Ortalaması	F	p.
Özyeterlilik_Sontest	Grup içi	4,829	2	2,414	,056	,946
	Gruplararası	1079,850	25	43,194		
	Toplam	1084,679	27			
Özyeterlilik_İzleme	Grup içi	33,381	2	16,690	,319	,730
	Gruplararası	1309,333	25	52,373		
	Toplam	1342,714	27			
Motivasyon_Sontest	Grup içi	303,079	2	151,539	1,602	,222
	Gruplararası	2365,350	25	94,614		
	Toplam	2668,429	27			
Motivasyon_İzleme	Grup içi	1279,400	2	639,700	4,098	,029*
	Gruplararası	3902,600	25	156,104		
	Toplam	5182,000	27			
SDiyiOluş_Sontest	Grup içi	692,981	2	346,490	1,703	,203
	Gruplararası	5085,983	25	203,439		
	Toplam	5778,964	27			
SDiyiOluş_İzleme	Grup içi	438,124	2	219,062	1,104	,347
	Gruplararası	4961,983	25	198,479		
	Toplam	5400,107	27			
FAA_Sontest	Grup içi	93,524	2	46,762	,730	,492
	Gruplararası	1602,333	25	64,093		
	Toplam	1695,857	27			
FAA_İzleme	Grup içi	165,898	2	82,949	1,020	,375
	Gruplararası	2033,817	25	81,353		
	Toplam	2199,714	27			

*p<,05

Çizelgeye göre; Deney grubundaki öğrencilerin FİZPEP uygulaması sonrası öz yeterlik ölçeği son test ve izleme testi puanlarının baba meslek durumu değişkenine göre karşılaştırılması için tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Buna göre baba meslek durumuna göre test sonuçları arasında anlamlı fark bulunamamıştır ($p>,05$). Çizelgeye göre; Deney grubundaki öğrencilerin FİZPEP uygulaması sonrası

motivasyon ölçeği son test ve izleme testi puanlarının anne meslek durumu değişkenine göre karşılaştırılması için tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Buna göre anne meslek durumuna göre izleme testi sonuçları arasında anlamlı fark bulunmuştur ($p<,05$). ANOVA sonrası bulunan anlamlı farklılığın hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek üzere tamamlayıcı post-hoc analizine bakılmıştır. Hangi grup lehine anlamlılık olduğuna bakıldığında ise babası öğretmen olanların ortalamalarının ($\bar{x}$:89,80) esnaf olanların ortalamalarından ($\bar{x}$:73,33) yüksek olduğu ve bu durumda babası öğretmen olanların lehine bir anlamlılık olduğu bulunmuştur ($p<,05$). Buna göre FİZPEP uygulaması sonrasında yapılan motivasyon ölçeği izleme testi puanları deney grubundaki katılımcıların baba mesleklerine göre anlamlılık göstermektedir. Çizelgeye göre; Deney grubundaki öğrencilerin FİZPEP uygulaması sonrası sosyal duygusal iyi oluş ölçeği son test ve izleme testi puanlarının baba meslek durumu değişkenine göre karşılaştırılması için tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Buna göre baba meslek durumuna göre test sonuçları arasında anlamlı fark bulunamamıştır ($p>,05$). Çizelgeye göre; Deney grubundaki öğrencilerin FİZPEP uygulaması sonrası fiziksel aktivite ölçeği son test ve izleme testi puanlarının baba meslek değişkenine göre karşılaştırılması için tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Buna göre baba meslek durumuna göre test sonuçları arasında anlamlı fark bulunamamıştır ($p>,05$).

Çizelge 3.11. FİZPEP Uygulamasının Deney Grubundaki Öğrencilerinin Öz Yeterlik, Motivasyon, Sosyal Duygusal İyi Oluş ve Fiziksel Aktivite Son Test ve İzleme Testi Sonuçlarının Ailenin Aylık Gelir Durumu Değişkenine Göre Karşılaştırılması İçin Yapılan Tek Yönlü Anova Analiz Sonuçları.

Bağımlı Değişken		Kareler	Serbestlik	Kareler	F	p.
		Toplamı	Derecesi	Ortalaması		
Özyeterlilik_Sontest	Grup içi	1,912	2	,956	,022	,978
	Gruplararası	1082,767	25	43,311		
	Toplam	1084,679	27			
Özyeterlilik_İzleme	Grup içi	6,964	2	3,482	,065	,937
	Gruplararası	1335,750	25	53,430		
	Toplam	1342,714	27			
Motivasyon_Sontest	Grup içi	31,429	2	15,714	,149	,862
	Gruplararası	2637,000	25	105,480		
	Toplam	2668,429	27			
Motivasyon_İzleme	Grup içi	260,000	2	130,000	,660	,525
	Gruplararası	4922,000	25	196,880		
	Toplam	5182,000	27			
SDiyiOluş_Sontest	Grup içi	84,864	2	42,432	,186	,831
	Gruplararası	5694,100	25	227,764		
	Toplam	5778,964	27			
SDiyiOluş_İzleme	Grup içi	36,257	2	18,129	,084	,919
	Gruplararası	5363,850	25	214,554		
	Toplam	5400,107	27			
FAA_Sontest	Grup içi	27,840	2	13,920	,209	,813
	Gruplararası	1668,017	25	66,721		
	Toplam	1695,857	27			
FAA_İzleme	Grup içi	66,314	2	33,157	,389	,682
	Gruplararası	2133,400	25	85,336		
	Toplam	2199,714	27			

*p<,05

Çizelgeye göre; Deney grubundaki öğrencilerin FİZPEP uygulaması sonrası öz yeterlik ölçeği son test ve izleme testi puanlarının ailenin aylık gelir durumu değişkenine göre karşılaştırılması için tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Buna göre ailenin aylık gelir durumuna göre test sonuçları arasında anlamlı fark bulunamamıştır ($p>,05$). Çizelgeye göre; Deney grubundaki öğrencilerin FİZPEP

uygulaması sonrası motivasyon ölçeği son test ve izleme testi puanlarının ailenin aylık gelir durumu değişkenine göre karşılaştırılması için tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Buna göre ailenin aylık gelir durumuna göre test sonuçları arasında anlamlı fark bulunamamıştır ($p>,05$). Çizelgeye göre; Deney grubundaki öğrencilerin FİZPEP uygulaması sonrası sosyal duygusal iyi oluş ölçeği son test ve izleme testi puanlarının ailenin aylık gelir durumu değişkenine göre karşılaştırılması için tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Buna göre ailenin aylık gelir durumuna göre test sonuçları arasında anlamlı fark bulunamamıştır ($p>,05$). Çizelgeye göre; Deney grubundaki öğrencilerin FİZPEP uygulaması sonrası fiziksel aktivite ölçeği son test ve izleme testi puanlarının ailenin aylık gelir durumu değişkenine göre karşılaştırılması için tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Buna göre ailenin aylık gelir durumuna göre test sonuçları arasında anlamlı fark bulunamamıştır ($p>,05$).

Çizelge 3.12. FİZPEP Uygulamasının Deney Grubundaki Öğrencilerinin Öz Yeterlilik, Motivasyon, Sosyal Duygusal İyi Oluş ve Fiziksel Aktivite Son Test ve İzleme Testi Sonuçlarının Cinsiyet Değişkenine Göre Karşılaştırılması İçin Yapılan Bağımsız Örneklem T Testi Analiz Sonuçları.

Bağımlı Değişken	Grup	N	Ortalama	Standart Sapma	t	p
Öz yeterlik-Son test	Kadın	16	40,3125	5,86195	-2.780	,010*
	Erkek	12	46,3333	5,39921		
Öz yeterlik-İzleme testi	Kadın	16	41,3750	6,09781	-2.741	,011*
	Erkek	12	48,0000	6,63325		
Motivasyon-Son test	Kadın	16	80,3125	11,33560	-1,462	,156
	Erkek	12	85,7500	6,99513		
Motivasyon-İzleme testi	Kadın	16	80,3125	11,45262	-1,195	,443
	Erkek	12	86,5833	16,36214		
SD İyi Oluş-Son test	Kadın	16	68,8750	10,54435	-1,889	,076
	Erkek	12	79,5833	17,38577		
SD İyi Oluş-İzleme testi	Kadın	16	72,2500	10,84743	-1,659	,115
	Erkek	12	81,4167	16,67583		
FAA-Son test	Kadın	16	27,9375	7,73278	-,101	,920
	Erkek	12	28,2500	8,51870		
FAA-İzleme testi	Kadın	16	26,5000	7,47440	-,774	,449
	Erkek	12	29,3333	10,89899		

* $p<,05$

Çizelgeye göre; Deney grubundaki öğrencilerin özyeterlik son test ve izleme testi sonuçları incelendiğinde cinsiyet değişkenine göre karşılaştırılması için bağımsız örneklem t testi analizi yapılmıştır. Buna cinsiyete göre öz yeterlik son test puanları arasında anlamlı bir fark görülmüştür ($p<,05$). Hangi grup lehine anlamlılık olduğuna bakıldığında erkeklerin ortalamalarının ($\bar{x}:46,33$) kızların ortalamalarından ($\bar{x}:40,31$) yüksek olduğu ve bu durumda erkeklerin lehine bir anlamlılık olduğu bulunmuştur ($p<,05$). Ayrıca cinsiyete göre öz yeterlik izleme testi puanları arasında anlamlı bir fark görülmüştür ($p<,05$). Hangi grup lehine anlamlılık olduğuna bakıldığında erkeklerin ortalamalarının ($\bar{x}:48,00$) kızların ortalamalarından ($\bar{x}:41,37$) yüksek olduğu ve bu durumda erkeklerin lehine bir anlamlılık olduğu bulunmuştur ($p<,05$). Buna göre FİZPEP uygulaması sonrasında yapılan öz yeterlik ölçeği son test puanları ve izleme testi puanları deney grubundaki katılımcıların cinsiyetlerine göre anlamlılık göstermektedir. Çizelgeye göre; Deney grubundaki öğrencilerin motivasyon son test ve izleme testi sonuçları incelendiğinde cinsiyet değişkenine göre karşılaştırılması için bağımsız örneklem t testi analizi yapılmıştır. Buna motivasyon son test ve izleme testi puanlarında cinsiyete göre anlamlı bir fark görülmemiştir ($p>,05$). Buna göre FİZPEP uygulaması sonrasında yapılan motivasyon ölçeği son test puanları ve izleme testi puanları deney grubundaki katılımcıların cinsiyete göre farklılaşmamaktadır. Çizelgeye göre; deney grubundaki öğrencilerin sosyal duygusal iyi oluş son test ve izleme testi sonuçları incelendiğinde cinsiyet değişkenine göre karşılaştırılması için bağımsız örneklem t testi analizi yapılmıştır. Buna göre sosyal duygusal iyi oluş son test ve izleme testi puanlarında cinsiyetlerine göre anlamlı bir fark görülmemiştir ($p>,05$). Buna göre FİZPEP uygulaması sonrasında yapılan sosyal duygusal iyi oluş ölçeği son test puanları ve izleme testi puanları deney grubundaki katılımcıların cinsiyetlerine göre farklılaşmamaktadır. Çizelgeye göre; Deney grubundaki öğrencilerin fiziksel aktivite son test ve izleme testi sonuçları incelendiğinde cinsiyet değişkenine göre karşılaştırılması için bağımsız örneklem t testi analizi yapılmıştır. Buna göre fiziksel aktivite son test ve izleme testi puanlarında cinsiyetlerine göre anlamlı bir fark görülmemiştir ($p>,05$). Buna göre FİZPEP uygulaması sonrasında yapılan fiziksel aktivite ölçeği son test puanları ve izleme testi puanları deney grubundaki katılımcıların cinsiyetlerine göre farklılaşmamaktadır.

Çizelge 3.13. FİZPEP Uygulamasının Deney Grubundaki Öğrencilerinin Öz Yeterlilik, Motivasyon, Sosyal Duygusal İyi Oluş ve Fiziksel Aktivite Son Test ve İzleme Testi Sonuçlarının Yetenek Alanı Değişkenine Göre Karşılaştırılması İçin Yapılan Bağımsız Örneklem T Testi Analiz Sonuçları.

Bağımlı Değişken	Grup	N	Ortalama	Standart Sapma	t	p
Öz yeterlik-Son test	GZY	25	42,4800	6,45575	-,995	,329
	GS/M	3	46,3333	4,72582		
Öz yeterlik-İzleme testi	GZY	25	43,9600	7,20810	-,554	,591
	GS/M	3	46,3333	6,35085		
Motivasyon-Son test	GZY	25	82,3200	10,33086	-,489	,629
	GS/M	3	85,3333	6,42910		
Motivasyon-İzleme testi	GZY	25	83,5200	14,43988	,566	,576
	GS/M	3	78,6667	7,57188		
SD İyi Oluş-Son test	GZY	25	72,7600	14,89206	-,729	,473
	GS/M	3	79,3333	13,05118		
SD İyi Oluş-İzleme testi	GZY	25	75,7200	14,31351	-,488	,629
	GS/M	3	80,0000	14,73092		
FAA-Son test	GZY	25	27,9600	8,25873	-,211	,835
	GS/M	3	29,0000	5,29150		
FAA-İzleme testi	GZY	25	27,9600	9,37852	,409	,686
	GS/M	3	25,6667	6,11010		

*p<,05

Çizelgeye göre; Deney grubundaki öğrencilerin öz yeterlik son test ve izleme testi sonuçları incelendiğinde yetenek alanı değişkenine göre karşılaştırılması için bağımsız örneklem t testi analizi yapılmıştır. Buna öz yeterlik son test ve izleme testi puanlarında özel yetenek alanına göre anlamlı bir fark görülmemiştir ($p>,05$). Buna göre FİZPEP uygulaması sonrasında yapılan öz yeterlik ölçeği son test puanları ve izleme testi puanları deney grubundaki katılımcıların özel yetenek alanlarına göre farklılaşmamaktadır. Çizelgeye göre; Deney grubundaki öğrencilerin motivasyon son test ve izleme testi sonuçları incelendiğinde yetenek alanı değişkenine göre karşılaştırılması için bağımsız örneklem t testi analizi yapılmıştır. Buna motivasyon son test ve izleme testi puanlarında özel yetenek alanına göre anlamlı bir fark görülmemiştir ($p>,05$). Buna göre FİZPEP uygulaması sonrasında yapılan motivasyon ölçeği son test puanları ve izleme testi puanları deney

grubundaki katılımcıların özel yetenek alanlarına göre farklılaşmamaktadır. Çizelgeye göre; Deney grubundaki öğrencilerin sosyal duygusal iyi oluş son test ve izleme testi sonuçları incelendiğinde yetenek alanı değişkenine göre karşılaştırılması için bağımsız örneklem t testi analizi yapılmıştır. Buna göre sosyal duygusal iyi oluş son test ve izleme testi puanlarında yetenek alanına göre anlamlı bir fark görülmemiştir ($p>,05$). Buna göre FİZPEP uygulaması sonrasında yapılan sosyal duygusal iyi oluş ölçeği son test puanları ve izleme testi puanları deney grubundaki katılımcıların yetenek alanlarına göre farklılaşmamaktadır. Çizelgeye göre; deney grubundaki öğrencilerin fiziksel aktivite son test ve izleme testi sonuçları incelendiğinde yetenek alanı değişkenine göre karşılaştırılması için bağımsız örneklem t testi analizi yapılmıştır. Buna göre fiziksel aktivite son test ve izleme testi puanlarında yetenek alanına göre anlamlı bir fark görülmemiştir ($p>,05$). Buna göre FİZPEP uygulaması sonrasında yapılan fiziksel aktivite ölçeği son test puanları ve izleme testi puanları deney grubundaki katılımcıların yetenek alanlarına göre farklılaşmamaktadır.

4. TARTIŞMA

FİZPEP uygulamasının özel yetenekli öğrencilerin öz yeterlilik, motivasyon, sosyal duygusal iyi oluş ve fiziksel aktivite düzeyleri üzerindeki etkisinin incelendiği çalışmanın bulguları bu bölümde ilgili literatürle ilişkilendirilerek sunulmuştur. Tartışma bölümünde araştırma sorularına ilişkin sonuçlar incelenmiştir.

Analizler sonucunda, araştırmaya katılan deney grubundaki öğrencilerin son test ve izleme testi puan ortalamalarının FİZPEP uygulaması sonrası istatistiksel olarak anlamlı düzeyde arttığı görülmektedir. Deney grubunda yer alan öğrencilerin son test ve izleme testi puan ortalamalarına bakıldığında tüm bağımlı değişkenlere ait ölçme araçları puan ortalamalarında artış bulunmuştur. Bu sonuçlar değerlendirildiğinde FİZPEP uygulamasının özel yetenekli öğrencilerin öz yeterlik ve sosyal duygusal iyi oluş düzeylerini pozitif yönde etkilediği sonucuna varılabilir. Buna karşın motivasyon ve fiziksel aktivite son test ve izleme testi puan ortalamalarında artış olsa da bu artış istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. Motivasyon ölçeğinin alt boyutları olan içsel ve dışsal motivasyon kategorileri incelendiğinde dışsal motivasyon puan ortalamalarının yükseldiği ancak bu artışın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı bulunmuştur. Ayrıca içsel motivasyon ve genel motivasyon son testle izleme testi puan ortalamalarında bir artış görülmemiştir. Sosyal duygusal iyi oluş değişkeninin alt boyutları olan akademik iyi oluş, sosyal iyi oluş ve duygusal iyi oluş son test ve izleme testi puan ortalamalarının yükseldiği ve bu artışın sadece genel sosyal duygusal iyi oluş puanı açısından istatistiksel olarak anlamlı olduğu bulunmuştur. Fiziksel aktivite ölçeği son test ve izleme testi puan ortalamaları FİZPEP uygulaması sonrasında artış göstermiş ancak istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. Bu bölümde, araştırma problemi esas alınarak her bir alt probleme ait bulgular ayrı ayrı tartışılacaktır. Her bir alt problemle ilgili önce bulgular ardından araştırma konusuyla en fazla benzerlik gösteren alan yazın çalışmasından başlamak kaydıyla araştırma konusunun bağımlı değişkenini içeren bazı çalışmalara ait sonuçlar verilerek ve son olarak araştırmacı tarafından sonuçlara ait benzerlik ve farklılık gerekçeleri tartışılmaya çalışılacaktır.

Araştırmanın birinci alt problemine göre FİZPEP'in deney grubundaki özel yetenekli öğrencilerin öz yeterlik, motivasyon, sosyal duygusal iyi oluş ve fiziksel aktivite son test ve izleme testi sonuçlarına etkisi var mıdır? Sorusunun yanıtı aranmış ve ilgili analizlerden sonra 5 hafta ve 10 oturum şeklinde planlanan FİZPEP uygulaması özel yetenekli öğrencilerin öz yeterlik son test ve uygulama bitiminden dört hafta sonra yapılan izleme testi puan ortalamalarında artışa neden olduğu görülmüştür. Bunun yanı sıra sosyal duygusal iyi oluş son test ve izleme testi puan ortalamalarında artışa neden olduğu görülmüştür. Bu sonucun bazı çalışma sonuçlarıyla benzer ve yakınlık gösterdiği görülmektedir. İlişkilendirilen çalışmalarda psiko eğitim programlarının etkisi, özel yeteneklilerle çalışılması, öz yeterlik değişkeni, sosyal duygusal iyi oluş değişkeni, iyi oluş değişkeni ve diğer bazı değişkenlerle olan ilişkisi esas alınmıştır. Özel yetenekli olan ve tipik gelişim gösteren öğrencilerin öz yeterlik düzeylerinin bazı değişkenler açısından karşılaştırıldığı ve 25 çalışmanın incelendiği meta analiz çalışmasına göre özel yetenekli olan öğrencilerin lehine öz yeterliklerin yüksek olduğu bulunmuştur. Ayrıca cinsiyet değişkenine göre kızlara göre erkeklerin öz yeterlik düzeyleri yüksek bulunmuştur (Alabbasi ve ark., 2022). Bir diğer çalışma incelendiğinde; üstün yetenekli öğrenciler, tipik gelişim gösteren öğrencilere göre önemli ölçüde daha yüksek sözel yeterlilik, matematiksel yeterlilik sergilediklerini ifade edilmiştir (Zimmerman, 1990). Ortopedik engeli olan 36 bireyle ortopedik engeli olmayan 36 birey altı haftalık hedef belirleme oyununa tabii tutulmuştur. Sonuç olarak engelli gruptakilerin algıladıkları öz yeterlik ile performanslarının pozitif ilişkili olduğu, hedef belirlemenin öz yeterlik üzerinde etkisi olduğu bulunmuştur (Gürsel ve Koruç, 2007). Sekiz oturum olarak uygulanan başka bir psiko eğitim programı sonrasında programın katılımcılarda özgüven düzeylerini ve psikolojik dayanıklılıklarını artırdığı ve ayrıca stresle başa çıkma stratejileri geliştirmelerinde de etkililiği olduğu görülmüştür (Mandırallı, 2019). Katılımcıların fiziksel aktivite düzeyleri ile genel öz yeterlik inancı ölçeği (GÖYİÖ) toplam puanlarının karşılaştırıldığı bir çalışmada iki kavram arasında anlamlı bir ilişki görülmemiştir fakat alt bileşenlerinde fiziksel aktivite düzeyleri arasında zayıf düzeyde ilişki olduğu bulunmuştur (Sandıkçı, 2017). Araştırmada, ortaokul öğrencilerinin genel öz yeterlik düzeyleri bazı değişkenler açısından yordanmıştır. Araştırmaya 571 öğrenci katılmıştır. Araştırma

bulguları genel öz yeterliğin öz saygı ve sosyal beceriden etkilendiği, ailenin aylık ortalama geliri, annenin eğitim durumu ve yaş değişkenlerinin de etkili olduğu bulunmuştur (Vardarlı, 2005). Deney kontrol gruplu yarı deneysel bir çalışmada 16 deney 16 kontrol grubundaki özel yetenekli bireylere 8 haftalık sosyal duygusal gelişim psiko eğitim programı uygulanmıştır. Analiz sonuçlarına göre psiko eğitim programının deney grubundakilerin sosyal duygusal gelişimlerini desteklediği bulunmuştur (Sevgili Koçak, 2020). 50 özel yetenekli 50 de özel yetenekli olmayan ilkokul öğrencisinden oluşan bir çalışma sonucuna göre özel yeteneklilerin daha iyi sosyal becerilere ve akademik yeterliliğe sahip olmaları ve yaşlarına göre daha az problemli davranış sergiledikleri bulunmuştur (Çitil ve Özkubat, 2020). Amacı üstün zekalı okul öncesi çocuklarının sosyal duygusal öğrenme temelli psiko eğitim programı sonrasındaki gelişimlerini incelemek olan çalışmaya 5-6 yaşlarında 60 deney 60 da kontrol grubu üyesi özel yetenekli öğrenci katılmıştır. Sonuç olarak programın özel yeteneklilerde sosyal duygusal gelişim açısından desteklediği ve çocukların benlik saygısını artırabileceği bulunmuştur. Kadınlara göre erkeklerin daha yüksek puan ortalamaları bulunmuştur (Papadopoulos, 2020). Amacı ergenlerin algıladıkları öz yeterlilik düzeylerini ve bu öz yeterlilik düzeyini etkileyen faktörleri belirlemek olan çalışmaya 450 öğrenci katılmıştır. Çalışmanın sonuçları incelendiğinde alt ölçeklerden kişiler arası ilişki boyutunda en düşük puan, alt ölçeklerden madde bağımlılığı boyutunda ise en yüksek puan almışlardır, demografik değişken farkı bulunmamıştır (Aktürk ve Aylaz, 2013). Fiziksel aktivite programının psikolojik iyi oluş üzerindeki etkilerinin incelendiği bir çalışmada çalışma sonucunda katılımcıların psikolojik iyi oluş düzeylerinde artış olduğu, psikolojik güç ve kaynaklarının yükseldiği görülmüştür (Kusan, 2017). Zihinsel engelli 66 öğrencinin ailelerine yönelik olarak yapılan sekiz haftalık psiko eğitim programının, öznel iyi oluş ve öz şefkat düzeylerine anlamlı etkisi olduğu tespit edilmiştir (Duran ve Barlas, 2016). Amacı televizyon bağımlısı olan çocuklara psiko eğitim çalışması yoluyla, televizyon bağımlılığını önleme psiko eğitim programının etkililiğini araştırmak olan çalışmaya 16'şar kişilik deney ve kontrol grubu katılmıştır. Çalışmanın sonuçlarına göre, deney grubunun puanlarının anlamlı düzeyde farklılaştığı bulunmuştur (Dicle, 2019). Amacı öz bilinç psiko eğitim programının üniversite öğrencilerine etkisini incelemek olan çalışmaya 10'ar kişilik deney ve kontrol grubu öğrencisi katılmıştır.

Çalışmanın sonuçlarına göre, psiko eğitim programının özel öz bilinç ve genel öz bilinç düzeylerini artırmada etkili olduğu, ayrıca izleme testleri sonrasında bu etkinin devam ettiği bulunmuştur (Alkal ve ark., 2019). Amacı, empati becerisi programının özel yetenekli ergenler üzerindeki etkisini incelemek olan çalışmaya 60 öğrenci katılmıştır. Çalışmanın sonuçlarına göre, deney grubundakilerin empatik beceri düzeylerinin anlamlı düzeyde arttığı görülmüştür (Bal ve Bilge, 2016). Amacı, bireylerin öz-anlayış düzeylerini yükseltmeye yönelik hazırlanan programın üniversite öğrencileri üzerinde etkisini belirlemek olan bir çalışmaya 13 deney ve 15 kontrol grubu öğrencisi katılmıştır. Çalışmanın sonuçlarına göre, deney grubundaki katılımcıların öz-anlayış puanlarının anlamlı olarak yüksek olduğu görülmüştür (Sarıcaoğlu ve Arslan, 2019). Amacı, bireylerin azim ve motivasyonel kararlılık düzeylerini artırmaya yönelik geliştirilmiş programın etkisini incelemek olan çalışmaya, 12'şer deney ve kontrol grubu öğrencisi katılmıştır. Çalışmanın sonuçlarına göre, programın deney grubundaki öğrencilerin motivasyonel kararlılık düzeyleri, azim üzerinde anlamlı bir yükselmeye neden olduğu ve izleme testleri arasında anlamlı bir farkın olmadığı bulunmuştur (Ekinci ve Hamarta, 2020). Amacı, yapılandırılmış stres yönetimi programının aile hekimi asistanlarına uygulanmasını amaçlayan ve tükenmişlik düzeyleri, sağlık davranışları, algılanan stres ve sorun çözme becerilerine etkisini incelemek olan çalışmaya uzmanlık eğitimi alan 26 aile hekimliği asistanı katılmıştır. Çalışmanın sonuçlarına göre, programın katılımcıların sosyal sorun çözme becerilerini, tükenmişlik düzeylerini, sağlık davranışlarını olumlu etkilediği ve bu etkinin altı ay devamında da sürdüğü görülmüştür (Bölükbaşı ve Özcan, 2019). Amacı hazırlanan psiko eğitim programının öğrencilerin iyi oluş düzeylerine etkisini araştırmak olan çalışmaya 9'ar deney ve kontrol grubu öğrencisi katılmıştır. Çalışmanın sonucuna göre, deney grubundaki öğrencilerin ön test ve son test sonuçlarında anlamlı bir farklılık görülmüştür (Ümmet ve Yalın, 2020). Amacı, özel yeteneklilerin sosyal duygusal gelişimlerini desteklemeye yönelik geliştirilen programının yalnızlığa, sosyal duygusal becerilere ve arkadaşlık niteliklerine etkisini incelemek olan çalışmaya 16'şar kişilik deney ve kontrol grubu öğrencisi katılmıştır. Çalışmanın sonucuna göre, programının sosyal duygusal beceri algılarına ve arkadaşlık niteliklerinde farklılaştığı; ancak yalnızlık düzeyinde farklılaşma yaratmadığı görülmüştür (Sevgili Koçak ve Kan, 2021). Amacı, öğrencilerin ölüm

kaygılarına ve psikolojik iyi olma düzeylerini iyileştirmek amacıyla hazırlanan psiko eğitim programına 37 deney ve kontrol grubu öğrencisi katılmıştır. Çalışmanın sonuçlarına göre, programdaki katılımcıların ölüm kaygısı puanları eğitim öncesinden sonrasına ve izleme testinde istatistiksel olarak anlamlı düzeyde azaldığı görülmüştür (Tanhan, 2013). Amacı, ergenlerde öz şefkat ve bilişsel esnekliğin genel iyi oluş durumu ve mutluluğu yordama gücünü incelemek olan çalışmaya 1013 ergen katılmıştır. Çalışmanın sonuçlarına göre, bilişsel esneklik puanı yüksek olanların iyi oluş ve alt boyut puanlarıyla mutluluk düzeyleri puanları da yüksek bulunmuştur. Öz şefkat düzeyleri yüksek olan katılımcıların iyi oluş puanları ve mutluluk puanları da yüksek bulunmuştur. Ayrıca erkeklerin kızlardan genel iyi oluş, iyimserlik, bağlılık ve mutluluk puan ortalamalarının anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir (Topkaya ve ark., 2022). Amacı, öğretmenlerin iletişim becerileri ile genel öz yeterlilik düzeyleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi ve beden eğitimi ve diğer branş öğretmenlerinin değişkenlere yönelik görüşlerinin farklılaşma durumlarının belirlenmesi olan çalışmaya 306 öğretmen katılmıştır. Çalışmanın sonuçlarına göre, öğretmenlerin temel beceriler ve etkin dinleme, kendini ifade etme, sözel olmayan iletişim ve iletişim ilkelerine uyma becerileri arttıkça genel öz yeterlilik algılarının artabileceği bulunmuştur (Durmuşoğlu ve Yamak, 2022). Amacı, koronavirüs salgınının öykülerin metaforik olarak aktarıldığı grup çalışmasıyla okul öncesindeki çocukların sosyal duygusal iyi oluş düzeylerine ve psikolojik sağlamlık düzeylerine olan etkisini incelemek olan çalışmaya 14 okulöncesi öğrencisi katılmıştır. Çalışmanın sonuçlarına göre, grup çalışması programının çocuklarının sosyal duygusal iyi oluş düzeylerini artırmada ve psikolojik sağlamlıklarını geliştirmede etkili bir araç olduğu tespit edilmiştir (Çalık, 2022). Amacı, okul öncesindeki çocuklarında değer davranışları ve öz düzenleme becerilerinin çocukların sosyal duygusal iyi oluş ve psikolojik sağlamlıklarını yordama düzeylerini belirlemek olan çalışmaya anaokullarına devam eden 315 çocuk katılmıştır. Çalışmanın sonuçlarına göre, iyi oluş düzeylerinin ve psikolojik sağlamlık düzeylerinin yüksek olduğu görülmüştür. Ayrıca öz düzenleme ve değer davranışları puan ortalamaları ile iyi oluş ve psikolojik sağlamlık düzeylerine ait puan ortalamaları arasında pozitif yönde ilişki olduğu bunun yanında değer davranışlarının ve öz-düzenleme becerilerinin ise iyi oluş ve psikolojik sağlamlık

düzeylerine anlamlı etkisi olduğu söylenebilir (Özbey ve ark., 2022). Amacı, diabetes mellituslu bireylerin egzersiz davranışlarını, iyilik durumlarını ve bunları etkileyen faktörleri belirlemek olan çalışmaya 117 diabetes mellitusu olan birey katılmıştır. Çalışmanın sonuçlarına göre, katılımcı grubun fiziksel aktivite davranışlarının yetersiz düzeyde olduğu, iyilik halleri ve egzersize yönelik motivasyon durumlarının düzeylerinin ise orta düzeyde olduğu bulunmuştur. İyilik hali ile egzersiz motivasyon durumu arasında ise ilişki bulunmamıştır (Erol ve ark., 2022). Amacı, diyabetle yaşayanların sosyal ve duygusal iyi oluşa odaklanan, müdahalelerin yaygınlığı, etkisi, moderatörleri ve etkililiği dahil olmak üzere kanıtların bir sentezini değerlendirmek olan çalışmaya uygun araştırmalar dahil edilmiştir. Çalışma sonuçlarına göre, diyabetle yaşayanların sosyal ve duygusal iyi oluşları için tasarlanmış müdahale programlarının etkili olduğu belirlenmiştir (Speight ve ark., 2022). Amacı, okul öğrencileri ve öğretmenleri arasındaki sosyal ve duygusal iyi oluşun rolünü anlamak ve aynı zamanda okulların onlar arasındaki iyi oluşu beslemedeki sorumluluğunu ortaya koymak olan çalışmaya öğrenci ve öğretmenler dâhil olmuştur. Çalışma sonuçlarına göre, olumlu bir insan yaşamı için iyi oluşun öneminin, mutlu, sosyal olarak bağlantılı, amaçlı hissetmek için tartışılmaz olduğunu ortaya koymuştur (Kundu, 2022). Alan yazında bulunan çalışmalar değerlendirildiğinde; öz yeterlikle ve sosyal duygusal iyi oluşla birlikte araştırılan faktörler, cinsiyet, dersler, özel yetenekli olmak veya olmamak, hedef belirleme, fiziksel aktivite, akademik yeterlilik, sosyal beceri, psikolojik sağlamlık, öz şefkat, bağımlılıkla mücadele, öz bilinç, empati, azim, kararlılık, stres yönetimi, yalnızlık, arkadaş ilişkileri, kaygıyla baş etme, bilişsel esneklik, değerler, öz düzenleme, egzersiz davranışları gibi kavramlarla karşılaşılmıştır. Çalışmalarda karşılaşılan psiko eğitim programlarının kapsamı incelendiğinde; masal terapi, yaratıcı drama, sosyal duygusal gelişim, yas, stresle baş etme gibi temalarla karşılaşılmıştır. İncelenen çalışmalarda doğrudan çalışmanın konusuyla örtüşen bir yayınlara karşılaşılmamıştır. Öz yeterliğin bireyin kendine olan inancı olduğu bir kez daha hatırlandığında uygulanan FİZPEP çalışmasını özel yeteneklilerde lehte bir değişim sağladığı görülmektedir. Alan yazında da görülen diğer çalışmalardaki gibi öğrencilerin öz yeterliklerini doğrudan etkileyen faktörlerin yanında dolaylı etkileyenler de vardır. Özel yeteneklilerin gelişimsel özellikleri dikkate alındığında

etiketlenme endişesi nedeniyle zaman zaman öz yeterlik düzeylerinde değişimler görölse de çalışmamızdaki FİZPEP uygulaması gibi çeşitli programın bu öğrenciler için hem destekleyici hem de geliştirici bir faaliyet olduğu öz görölmektedir. Okul öncesi ve ilkökul evresinde kendini ifade konusunda rahatlıkları özel yetenekli tanısı aldıkları dönemden itibaren zaman zaman zorluklarla karşılaşmalarına neden olmaya başlayabilir. Öncelikle ailelerinin ardından öğretmen arkadaş ve diğer çevre bireylerinin yüksek beklentileri özle yeteneklilerin öz yeterlik farkındalığını engelleyici rol oynayabilir. Tanılı olmanın yükünü ortaokuldan itibaren iyiden iyiye daha fazla hissetmeye başlayan özel yetenekli bireylerde akademik başarısızlıklarla karşılaşma oranı da gün geçtikçe artış gösterebilir. Bu rekabet ve mücadele içerisinde hem öz yeterlik becerisi hem de sosyal duygusal iyi oluş becerisi bir kat daha değerli olmaya başlamaktadır. Ortaokul döneminin ikinci evresi olan 7. ve 8. sınıf özel yetenekliler için akademik rekabet ve mücadelenin çaresizce daha fazla belirginleştiği evredir. Bu evrede sosyal ilişkilerinde mevcut akademik başarı teması daha da öne çıkmaya başlamakta ve bu durum hem arkadaş hem de aile ilişkilerinde zorlu yaşamlara neden olabilmektedir. Bu süreci kendini iyi tanıma konusunda daha bilinçli olma çabası sergileyen özel yetenekli bireyler daha az duygusal yıpranmayla atlatabilir. Tüm bu süreçler değerlendirildiğinde FİZPEP uygulamasının özel yeteneklilerin zorlu geçen bu dönemlerinde hem öz yeterlikleri hem de sosyal duygusal iyi oluşlarını desteklemek ve geliştirmekte katkı sağlayıcı bir araç olarak kullanılabileceği düşünülmektedir.

Araştırmanın ikinci alt problemine göre deney grubundaki öğrencilerin, cinsiyetlerine göre öz yeterlik, motivasyon, sosyal duygusal iyi oluş ve fiziksel aktivite test sonuçları değişmekte midir? Sorusunun yanıtını aranmış ve ilgili analizlerden sonra FİZPEP uygulaması sonrasında özel yetenekli öğrencilerin öz yeterlik puanlarının öğrenci cinsiyet durumlarına farklılaşıp farklılaşmadığına bakıldığında; cinsiyete göre öz yeterlik son test puan ortalamalarında ve izleme testi puan ortalamalarında anlamlı bir fark görölmüştür. Bu anlamlılığın ise kızlara göre erkekler lehine olduğu bulunmuştur. Bu sonucun bazı çalışma sonuçlarıyla benzer ve yakınlık gösterdiği görölmektedir. İlişkilendirilen çalışmalarda psiko eğitim programlarının etkisi, özel yeteneklilerle çalışılması, öz yeterlik değişkeni, cinsiyet

değişkeni ve diğer bazı değişkenlerle olan ilişkisi esas alınmıştır. Amacı öz yeterliğin yaşa, cinsiyete, ders başarısına göre anlamlılığını incelemek olan bir çalışmanın sonucuna göre duygusal, akademik, sosyal ve son olarak genel öz yeterlikleri ile anksiyete, depresyon, somatizasyon ve hostilite, olumsuz benlik algısı arasında negatif yönde ilişki bulunmuştur (Telef ve Karaca, 2013). Özel yetenekli ve tipik gelişim gösteren öğrencilerin öz yeterlik düzeylerinin bazı değişkenler açısından karşılaştırıldığı ve 25 çalışmanın incelendiği meta analiz çalışmasına göre özel yetenekli olan öğrencilerin lehine öz yeterliklerin yüksek olduğu bulunmuştur. Ayrıca cinsiyet değişkenine göre kızlara göre erkeklerin öz yeterlik düzeyleri yüksek bulunmuştur (Alabbasi ve ark., 2022). Farklı değişkenler açısından ilişki bulunan bir çalışmada ise; özel yetenekli öğrencilerin mükemmeliyetçilik ve öz yeterlik test puanlarına verdikleri yanıtların çeşitli değişkenler açısından karşılaştırıldığı bir çalışmaya göre cinsiyete göre farklılık bulunmazken sınıf düzeyleri ve BİLSEM de eğitim aldıkları süre açısından anlamlılık bulunmuştur (Akkaya ve ark., 2021). Öz yeterlikle ilgili başka bir psiko eğitim çalışmasında ise öğrencilerinin matematik kaygısı, matematik tutumları ve öz yeterlikleri üzerindeki etkisi araştırılmıştır. Deney grubunun ön test puan ortalamaları ve son test puan ortalamaları kıyası sonucunda, bilinçli farkındalık düzeylerinin artış gösterdiği bilinçli farkındalık temelli öz yeterlik düzeylerinin ise arttığı görülmüştür (Atalay, 2017). Amacı, kısa süreli çözüm odaklı yaklaşıma dayalı olarak geliştirilen psiko eğitim programıyla otizmlili çocuğu olan annelerin ebeveyn öz yeterliğinin geliştirilmesi olan çalışmaya otizmlili çocuğu eğitim gören 4 anne katılmıştır. Çalışmanın sonuçlarına göre, psiko eğitim programının annelerin ebeveyn öz yeterliklerini arttırdığı söylenebilir (Demirören ve Yılmaz, 2022). Özel yeteneklilerle ilgili 187 çalışmaya bakılan meta analizde kadınların dil alanından, erkeklerden daha yüksek öz yeterliği sahip oldukları, erkeklerin ise matematik, bilişim ve sosyal bilimler alanlarında yüksek öz yeterlik sergiledikleri, akademik öz yeterlikteki cinsiyet farklılıklarının da yaşla birlikte değiştiği görülmüştür (Huang, 2013). Amacı, mutluluk, psikolojik sağlamlık ile öz yeterlik düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi olan çalışmaya 323 öğrencisi katılmıştır. Çalışmanın sonuçlarına göre, öz yeterlik, mutluluk ve psikolojik sağlamlık düzeyleri arasında orta düzeyde anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların Cinsiyet değişkeni, sınıf düzeyleri değişkeni ve yaşanan yer değişkenine göre ise mutluluk

düzeyleri karşılaştırıldığında ise anlamlı bir fark bulunmamıştır (Can ve Cantez, 2018). Amacı, farklı branştaki öğretmenlerinin öz yeterlik inançlarını çeşitli değişkenler açısından incelenmesi, oyunu nasıl algıladıkları, oyun ve çocuk arasındaki ilişkiyi incelemek olan çalışmanın bulgularına göre; katılımcıların demografik değişkenleri ile oyun algısı ölçeğinin alt boyutları arasında herhangi bir fark bulunmamıştır. Alt boyutlardan oyunun özgünlüğü ile oyunun amacı boyutlarında ise okul öncesi öğretmenleri lehine anlamlı fark olduğu bulunmuştur (Arıkan, 2020). Amacı, özel yetenekli olan ve tipik gelişim gösteren öğrencilerin matematik dersi öz yeterliklerini karşılaştırmak olan çalışmaya liselerde öğrenim gören 106 üstün zekâlı ve 118 üstün yetenekli olmayan öğrenci katılmıştır. Çalışmanın sonuçlarına göre matematik başarısını kontrol ettikten sonra üstün zekâlı olup olmamanın matematik öz yeterliliğin dolaylı deneyim boyutları üzerinde etkisi vardır. Matematik notu üstün zekâlılar grubunda matematik öz yeterliliğini olumlu, üstün yetenekli olmayan grubu ise olumsuz etkilemektedir (Özcan ve ark., 2021). Amacı, özel yetenekli ve tipik gelişim gösteren öğrencilerde akademik başarının yordayıcıları olarak öz yeterlik, kontrol odağı ve akademik ertelemeyi araştırmak olan çalışmaya BİLSEM’de üstün zekâlı tanısı almış ve üstün zekâlı tanısı almamış devlet okulu öğrencilerinden oluşan öğrenciler katılmıştır. Çalışmanın sonuçlarına göre, özel yeteneklilerle ve tipik gelişim gösteren öğrencilerin öz yeterlik, kontrol odağı ve akademik erteleme puanları karşılaştırıldığında, özel yeteneklilerin öz yeterlik puanlarının tipik gelişim gösterenlere göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur (Korkmaz ve ark., 2017). Amacı, özel yetenekli öğrencilerin gelecekteki çalışma becerilerini ve girişimci öz yeterliliği geliştirmede zenginleştirilmiş bir programının etkisini ölçmeyi amaçlayan çalışmaya üstün yetenekliler 4. sınıf öğrencisi olan 16’şar deney ve kontrol grubu öğrencisi katılmıştır. Çalışmanın sonuçlarına göre, ön test ve son testteki puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunmuştur (Elfiyal, 2019). Amacı, üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluşları üzerinde etkili olan faktörleri ve her bir faktör arasındaki ilişkiyi derinlemesine analiz etmek olan çalışmaya iki üniversiteden 826 öğrenci katılmıştır. Çalışma sonuçlarına göre,öz yeterlik, fiziksel egzersiz, duygusal zeka ve öznel iyi oluş ile önemli ölçüde pozitif korelasyon göstermiştir. Öz yeterlik, duygusal zekâ ve öznel iyi oluş ile önemli ölçüde pozitif korelasyona sahipken; duygusal zeka, öznel

iyi oluş ile önemli ölçüde pozitif bir şekilde ilişki bulunmuştur. Ayrıca fiziksel egzersizin öznel iyi oluş üzerinde doğrudan olumlu bir etkisi vardır. Öz yeterlik ve duygusal zeka ise sırasıyla fiziksel egzersiz ve öznel iyi oluş arasındaki arabuluculukta rol oynar. Sonuçta fiziksel egzersize aktif olarak katılmak, üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeylerini doğrudan iyileştirmekle kalmaz, aynı zamanda öz yeterliklerini, duygusal yönetim ve duygu düzenleme yeteneklerini geliştirerek dolaylı olarak öznel iyi oluşlarını da etkilemektedir (Wang ve ark., 2022). Amacı, ergen annelerin annelik ve ebeveynlik sorumluluklarına fiziksel veya psikolojik olarak hazırlıksız gelmelerine neden olan tamamlanmamış bir gelişim süreci nedeniyle, düşük annelik öz yeterliği ve yüksek düzeyde kaygı, depresyon ve stres düzeyini incelemek olan çalışmaya 15 ila 21 yaş arası düşük gelirli Şilili ergen anneler ve onların 10 ila 24 aylık çocukları içeren 79 ikiliden oluşan bir örneklem grubu katılmıştır. Çalışma sonuçlarına göre, anne öz yeterliliğinin annenin kaygısı, depresyonu ve stresi ile negatif ilişkili olduğunu göstermiştir. Ayrıca, anne öz yeterliliği ile anne stresi ve çocukların öz düzenleme ve sosyal duygusal gelişimi arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Anne kaygısı, depresyon ve stres puanlarının aracılık ettiği anne öz yeterliği, çocukların öz düzenlemelerinin gelişimi üzerinde önemli bir etkiye sahiptir (Léniz-Maturana ve ark., 2022). Amacı, ritim eğitimi ve dans dersi alan yüksekokul öğrencilerinin bazı değişkenler açısından dans öz yeterlik ile sağlıklı yaşam biçimi davranışları arasındaki durumun incelenmesi olan bir çalışmaya, 334 öğrenci katılmıştır. Çalışma sonuçlarına göre, öğrencilerin cinsiyetlerine, bölümlerine ve sınıf düzeyine göre öz yeterlik puanlarında anlamlı farklılıklar vardır. Ayrıca sağlıklı yaşam biçimi davranışları bakımından yalnızca alt boyutlardan fiziksel aktivite boyutunda cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık bulunmuş, diğer alt boyutlarda, eğitim alınan bölüm ve sınıf düzeyi değişkenlerinde anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Dans öz yeterlikleri ile sağlıklı yaşam biçimi davranışları arasında ise pozitif yönde orta düzeyde ilişki vardır (Aksu ve Tortop, 2022). Alan yazında bulunan çalışmalar değerlendirildiğinde; öz yeterlik ve cinsiyetle birlikte araştırılan faktörler, depresyon, anksiyete, benlik aldığı, genel iyi oluş, özel yetenekli olma veya olmama, ebeveyn olma, mükemmeliyetçilik, BİLSEM eğitim süresi, dil gelişimi, akademik gelişim, mutluluk, psikolojik sağlamlık, oyun algısı, akademik erteleme, duygusal zeka, stres, öz düzenleme, egzersiz davranışları

gibi kavramlarla karşılaşılmıştır. Çalışmalarda karşılaşılan psiko eğitim programlarının kapsamı incelendiğinde; çalışma becerisi programı, kısa süreli çözüm odaklı terapi ve farkındalık temelli temalarla karşılaşılmıştır. İncelenen çalışmalarda erkeklerin öz yeterlilik düzeyi açısından kadınlara oranla daha iyi oldukları yönünde çeşitli çalışmalar bulunmaktadır. Öz yeterliliğin bireyin kendine olan inancı olduğu bir kez daha hatırlandığında uygulanan FİZPEP çalışmasını özel yetenekli erkek öğrencilerde lehte bir değişim sağladığı görülmektedir. Alan yazında da görülen diğer çalışmalardaki gibi öğrencilerin öz yeterliklerini doğrudan etkileyen faktörler gibi dolaylı olarak etkileyen de birçok faktör vardır. Bu kapsamda cinsiyet değişkeni özelinde düşünüldüğünde erken çocukluktan itibaren ataerkil anlayışın da etkisiyle erkek ve kadın cinsiyetlerine yüklenen bir takım cinsiyetçi rol ve sorumluluklar olduğu görülmektedir. İncelenen araştırmalarda da özellikle dil gelişimi açısından kadınların akademik gelişim açısından ise erkeklerin yetkinliğini destekleyen çeşitli çalışmalarla karşılaşılmıştır. Özel yetenekliler açısından bakıldığında birçoğunda asenkron seyreden sosyal duygusal gelişim özellikleri toplumsal destek ve cinsiyetçi yaklaşımla erkeler lehine evrilebilmektedir. Çalışmamızdaki FİZPEP uygulamasının deney grubundaki hem erkek hem de kadınlar için son test ve izleme testi ortalamalarında artış sağladığı görülmektedir. Bu durum özel yetenekli bu öğrenciler için bu uygulamanın hem destekleyici hem de geliştirici bir faaliyet olduğunu düşündürmektedir. Her ne kadar dil gelişimi konusunda kadınların liderliği bilinmekteyse de özel yetenekli öğrencilerin sözel dilsel gelişim açısından sosyal ve girişken oldukları böylelikle özelliklerini tanıma ve fark etme açısından avantajları olduğu da unutulmamalıdır. FİZPEP uygulaması süresinde tüm oturumlarda öğrencilerin aktif katılımı desteklenmiş ve engelleyici yaklaşımlardan kaçınılmıştır. Çalışmamızın sınırlılıklarından olan uygulamanın yapıldığı saat ve süre de göze alındığında öğrencilerin okul çıkışı gelişleri burada olumsuz bir etken olarak değerlendirilebilir. Ayrıca çalışma grubunda yer alan özel yeteneklilerin 6. Sınıfta ve ergenlik dönemi başında olmaları da erkeklerin bu dönemi kadınlara göre kendini daha olumlu veya iyi algılamalarında etkili olabileceği kanaatinden etken bir diğer faktör olarak varsayılabilir. Tüm bunlar düşünüldüğünde FİZPEP uygulamasının kadınların da öz yeterlik açısından desteklenebilmesi konusunda yeniden gözden

geçirilmesi veya etkisini azaltan faktörlerin yeniden gözden geçirilmesi değerlendirilmektedir.

Araştırmanın üçüncü alt problemine göre deney grubundaki öğrencilerin, özel yetenek alanlarına göre öz yeterlik, motivasyon, sosyal duygusal iyi oluş ve fiziksel aktivite test sonuçları değişmekte midir? Sorusunun yanıtını aramış ve ilgili analizlerden sonra 5 hafta ve 10 oturum şeklinde planlanan FİZPEP uygulaması özel yetenekli öğrencilerin son test ve izleme testi puan ortalamaları özel yetenek alanına göre farklılaşmadığı görülmüştür. Bu sonucun bazı çalışma sonuçlarıyla benzer ve yakınlık gösterdiği görülmektedir. İlişkilendirilen çalışmalarda psiko eğitim programlarının etkisi, özel yeteneklilerle çalışılması, çalışmamızda kullanılan değişkenler, tanılandıkları özel yetenek alanı ve diğer bazı değişkenlerle olan ilişkisi esas alınmıştır. Özel yetenekli olan ve tipik gelişim gösterenlerin öz yeterlik düzeylerinin bazı değişkenler açısından karşılaştırıldığı ve 25 çalışmanın incelendiği meta analiz çalışmasına göre özel yeteneklilerin lehine öz yeterliklerin yüksek olduğu bulunmuştur. Ayrıca cinsiyet değişkenine göre kızlara göre erkeklerin öz yeterlik düzeyleri yüksek bulunmuştur (Alabbasi ve ark., 2022). Alan yazında bulunan çalışmalar değerlendirildiğinde; çalışmanın değişkenleriyle özel yeteneklilerin tanılandıkları özel yetenek alanlarının çalışıldığı araştırmalardan çok özel yetenekli olmak ya da özel yetenekli tanısı olmamak genellikle karşılaştırma kriteri olarak görülmüştür. Bu çerçevede değerlendirildiğinde çalışmaya konu olan değişkenlerin tanımlı olan öğrencilerin özel yetenek alanları açısından etken bir faktör olmadığı ve bu nedenle FİZPEP uygulamasının özel yetenek alanlarına ayrılan öğrenciler için destekleyici bir nitelik taşımadığı değerlendirilmektedir.

Araştırmanın dördüncü alt problemine göre deney grubundaki öğrencilerin anne baba eğitim durumlarına göre öz yeterlik, motivasyon, sosyal duygusal iyi oluş ve fiziksel aktivite test sonuçları değişmekte midir? Sorusunun yanıtını aramış ve ilgili analizlerden sonra FİZPEP uygulaması sonrasında özel yetenekli öğrencilerin öz yeterlik puanlarının baba eğitim durumlarına göre lise mezunu olanların son test puan ortalamaları ve izleme testi puan ortalamalarının üniversite mezunu olanların ortalamalarından daha yüksek olduğu bulunmuştur. Anne mezuniyet değişkeni

açısından ise istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır. Ayrıca fiziksel aktivite son test ve izleme testi puan ortalamaları açısından annesi veya babası yüksek lisans ya da doktora mezunu olanların anne veya babası lise mezunu olanlara kıyasla daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bu sonuçların bazı çalışma sonuçlarıyla benzer ve yakınlık gösterdiği görülmektedir. İlişkilendirilen çalışmalarda psiko eğitim programlarının etkisi, özel yeteneklilerle çalışılması, çalışmamızda kullanılan değişkenler, anne baba eğitim durumları ve diğer bazı değişkenlerle olan ilişkisi esas alınmıştır. İstatistiksel olarak anlamlı olarak bulunmasa bile anne ve babanın ağırlıklı olarak annenin eğitim düzeyindeki artış, öğrencilerin matematik karne notlarını da arttığı görülmüştür. Yapılan bir çalışmanın sonuçlarına bakıldığında; ortaokul mezunu babaların çocuklarının matematik başarısının en yüksek değerde olduğu görülmüştür (Ural ve Çınar, 2013). Bir diğer çalışma sonucunda; üniversite mezunu annenin çocuğun başarısında en büyük pozitif anlamlı etkiyi yarattığı görülmüştür (Öksüzler ve Sürekçi, 2010). 12-14 yaş arasındaki katılımcılar incelendiğinde spor yapanların aktif olmayanlara göre öz yeterlilik düzeyinin daha yüksek olduğunu görülmüştür (Eyüboğlu, 2012). Bingöl (2015) çalışmasında; grup rehberliği programı'nın katılımcıların öz yeterlik düzeylerini artırdığını ve izleme testlerinde anlamlılığın devam ettiğini belirtmiştir. Amacı, otizm spektrum bozukluğu gösteren çocuklarda fiziksel aktivitenin sosyal etkilerini belirlemek olan çalışmaya benzer gelişimsel düzeyde olan ve ölçeği cevaplamaya gönüllü 100 otizmlili çocuğun ebeveyni katılmıştır. Çalışmanın sonuçlarına göre; fiziksel aktivitelerin sosyalleşme, temel iletişim becerisi, temel sosyal beceri, kendini kontrol edebilme becerileri, grupta iş yapma becerisi açısından olumlu yönde etkisi olduğu bulunmuştur (Aksoy, 2020). Amacı, spor okullarında eğitim alan 9-13 yaş arasındaki 143 öğrenci ve spor yapmayan 82 öğrencinin sosyal öz yeterlik düzeylerini karşılaştırmak olan çalışma sonuçlarına göre takım sporlarında yer alan ve spor yapmayan öğrencilerin sosyal öz yeterlik puanlarında anlamlı bir farklılık bulunurken, cinsiyet değişkeni açısından takım sporu yapan gruptaki kadınların puanları erkeklere kıyasla daha yüksek bulunmuştur. Spor yapmayan katılımcıların yaş seviyesiyle sosyal öz yeterlik puan ortalamaları arasında yüksek düzeyde negatif bir ilişki bulunmuştur (Öztürk ve Şahin, 2007). Özel yetenekli 140 öğrenciyle yapılan bir yaz programında ergenler arasında sosyal benlik kavramındaki değişim araştırılmıştır. Sosyal benlik kavramı,

aynı cinsiyetten akran ilişkileri kullanılarak yaz kampının başında ve sonunda ölçülmüştür. Sonuç olarak yaz programı kursu sonrasında erkek ve kadınlarda algılanan aynı cinsiyetten akran ilişkilerinde ve algılanan karşı cinsten akran ilişkilerinde bir artış yaşamışlardır (Rinn, 2006). Amacı, öğrencilerin fiziksel aktivite düzeyleri ile psikolojik iyi oluş düzeylerini incelemek olan çalışmaya 417 öğrenci katılmıştır. Çalışmanın sonuçlarına göre, fiziksel aktivite seviyeleriyle psikolojik iyi oluş düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Fiziksel aktivite düzeyinin psikolojik iyi oluş düzeyi üzerinde anlamlı bir etkisi olduğu bulunmuştur (Elmas ve ark., 2021). Amacı, COVID-19 kapsamında alınan önlemlerin fiziksel aktivite davranışlarına etkisini incelemek ve fiziksel aktivitenin duygu durumları üzerindeki etkisini bulmak olan çalışmaya 408 öğrenci katılmıştır. Çalışmanın sonuçlarına göre, fiziksel aktivite düzeylerinin duygu durumları üzerinde farklılık oluşturduğu, cinsiyetin ise pozitif duygular üzerinde etkili olduğu bulunmuştur. Buna karşın negatif duygular ve toplam fiziksel aktivite düzeyleri üzerinde ise etkili olmadığı tespit edilmiştir (Şahin, 2022). Amacı İlköğretim çağındaki çocuklarda fiziksel aktivite müdahaleleri ve akademik ilişkili araştırmaları incelemek olan meta analiz çalışmasına 16 makale dâhil edilmiştir. Çalışma sonuçlarına göre sınıf temelli fiziksel aktivitenin akademik gelişimle ilgili olumlu bir etkiye sahip olabileceğini göstermektedir (Watson ve ark., 2017). Amacı, COVID-19 döneminde fiziksel aktivite düzeyleri ile mental iyi oluş arasındaki ilişkiyi incelemek olan çalışmaya 310 kişi katılmıştır. Çalışmanın sonuçlarına göre, fiziksel aktivite düzeyi yüksek bireylerin, düşük bireylere göre mental iyi oluşlarının daha yüksek olduğu görülmüştür (Arslandoğan ve ark., 2021). Amacı, düzenli egzersiz durumunun mutluluk, psikolojik iyi oluş, depresyon üzerine etkisini incelemek olan çalışmaya düzenli egzersiz yaptığını beyan eden 120 kişi ve düzenli egzersiz yapmayan 119 kişi katılmıştır. Çalışmanın sonuçlarına göre, düzenli egzersiz yapanların diğerlerine göre anlamlı olarak yüksek depresyon/mutluluk, mutluluk puanlarına ve psikolojik iyi oluş puanlarına sahip olduğu bulunmuştur (Başar ve Sarı, 2018). Amacı, fiziksel aktivitelere katılımın, fiziksel aktiviteye yönelik tutumlara etkisini belirlemek olan çalışmaya ortaokul öğrencileri katılmıştır. Çalışma sonuçlarına göre, fiziksel aktiviteye katılımın fiziksel aktivite tutumlarında pozitif yönde katkısı olduğu görülmüştür (Öztürk, 2021). Amacı, üniversitelilerde fiziksel aktivite düzeyinin

akademik öz yeterlik, stres ve anksiyete üzerine olan etkisini incelemek olan çalışmaya 18 ile 30 yaş arasında 132 öğrenci katılmıştır. Çalışma sonuçlarına göre, fiziksel aktivite düzeyleri yeterince aktif olanların akademik öz yeterlikleri daha yüksek ve anksiyeteleri ise daha düşük bulunmuştur (Yarar ve ark., 2021). Amacı, fiziksel aktiviteye katılıma göre mutluluk ve duygusal düzenlemede öz yeterlik düzeylerinin incelenmesi olan çalışmaya 390 kişi katılmıştır. Çalışma sonuçlarına göre, mutluluk ve duygusal düzenlemede öz yeterlik alt boyutlarında pozitif bir ilişki görülmüş, bireyin öz yeterliliği arttıkça mutluluk düzeyinin de artış gösterdiği görülmüştür (Ayyıldız ve Sunay, 2021). Amacı, fiziksel aktivite düzeyinin cinsiyet özelliği açısından incelenmesi olan çalışma sonuçlarına göre, fiziksel aktivite düzeyinin etki büyüklüğü erkekler lehine bulunmuştur. Erkek katılımcıların fiziksel aktiviteye katılım oranının kadın katılımcılara göre daha yüksek olduğu bulunmuştur (Kayantaş ve ark., 2022). Bir ilkokulun 4. ve 5. Sınıfındaki üstün zekâlılar programındaki öğrencilerde aerobik aktivite, stres ve hafıza becerileri arasındaki ilişki incelenmiştir. Müfredata eklenen 12 hafta süren ve her hafta 20 şer dk. dan oluşan aerobik aktivite sonrasında, hafızada saklanan öğelerin 24 saate kadar daha fazla uzadığı ve stresi azaltmada etkili olduğu görülmüştür (Ford, 2011). Çalışmada egzersiz, spor, boş zaman etkinlikleri veya hobiler gibi faaliyetler dışında kalan bir hafta içindeki normal faaliyetlerle ilgili olmayan işler, görevler, ev işleri ve günlük işe gidip gelmeler incelenmiştir. Araştırmaya 384 kişi katılmıştır. Çalışma sonuçlarına göre yaş ve cinsiyet fiziksel aktiviteyle ilişkili, cinsiyetse öz yeterlik ile anlamlı bir şekilde ilişkili bulunmuş ancak yaşla ilişkilendirilmemiştir (Irom ve ark., 2016). Alan yazında bulunan çalışmalar değerlendirildiğinde; öz yeterlik ve fiziksel aktiviteyle anne baba eğitim durumu ilişkisi çok fazla ortaya konulmamıştır. Ancak fiziksel aktivite ve öz yeterlikle birlikte ele alınan konular incelendiğinde; karne notları, başarı, cinsiyet, dersler, özel yetenekli olmak veya olmamak, hedef belirleme, akademik yeterlilik, sosyal beceri, psikolojik sağlamlık, stres yönetimi, arkadaş ilişkileri, kaygıyla baş etme, bilişsel esneklik gibi kavramlarla karşılaşılmıştır. FİZPEP uygulaması sonrasında öz yeterlik değişkeninde lise mezunu babaların çocuklarının üniversite mezunu babaların çocuklarına göre daha fazla ilerleme kaydetmeleri baba çocuk ve anne çocuk ilişkisinin de incelenmesi gerektiği kanaati oluşturmuştur. Özellikle babaların etkililiği ve öğrenim düzeyi açısından lise

mezunu olanların yaklaşımları değerlendirme konusu olmalıdır. FİZPEP uygulaması gibi çeşitli programın bu öğrenciler için hem destekleyici hem de geliştirici bir faaliyet olduğu ön görülmektedir. İncelenen çalışmalarda eğitim düzeyi yüksek olan annelerin güncel gelişmeleri yakından takip ettikleri, ailelerine yönelik destekleyici çabalar konusunda girişimci oldukları bilinmektedir. Bahsi geçen fiziksel aktivite uygulamalarındaki gelişmeler de şüphesiz eğitim düzeyi yüksek annelerin çocuklarını desteklemek konusunda tereddüt etmedikleri konulardandır. Bunun yanı sıra okulda yapılan alternatif merak uyandıran eğitimsel çeşitlilik içeren faaliyetlerin de özellikle eğitim düzeyi yüksek velilerin desteğini alacağı unutulmamalıdır. Bu bulgu sonrasında ülkemizde babaların çocuklarının eğitimini destekleme konusunda kendi yaşamlarında karşılaştıkları eğitim zorluklarının çocukları için gerçekleşmemesi açısından onları daha fazla destekleme eğilimden kaynaklandığı şekilde değerlendirilebilir. Yapılan çalışmalarda özellikle anne eğitim düzeyinin babaninkine nazaran öğrencilerin gelişiminde önemine vurgu yapılmıştır. Ancak günümüzde babaların da en az anneler kadar çocuklarının eğitiminde giderek artan bir rol alması bu sonucu destekleyen bir diğer faktör olabilir. FİZPEP uygulaması sonrasında özel yetenekli öğrencilerin fiziksel aktivite puanlarının anne mezuniyet durumlarına göre bakıldığında annesi yüksek lisans veya doktora mezunu olanların ortalamalarının lise mezunu olanların ortalamalarından yüksek olduğu bulunmuştur. Yine çalışmamızda FİZPEP uygulaması sonrasında özel yetenekli öğrencilerin fiziksel aktivite puanlarının baba mezuniyet durumlarına göre bakıldığında babası yüksek lisans veya doktora mezunu olanların ortalamalarının lise mezunu olanların ortalamalarından yüksek olduğu bulunmuştur. Tüm bu süreçler değerlendirildiğinde FİZPEP uygulamasının özel yeteneklilerdeki demografik aile faktörleri için öz yeterlikleri ve fiziksel aktivite becerilerini desteklemek ve geliştirmekte katkı sağlayıcı bir araç olarak kullanılabileceği düşünülmektedir.

Araştırmanın beşinci alt problemine göre deney grubundaki öğrencilerin, anne baba mesleklerine göre öz yeterlik, motivasyon, sosyal duygusal iyi oluş ve fiziksel aktivite test sonuçları değişmekte midir? Sorusunun yanıtını aranmış ve ilgili analizlerden sonra FİZPEP uygulaması sonrasında özel yetenekli öğrencilerin genel motivasyon puanlarının anne meslek durumlarına göre bakıldığında annesi öğretmen

olanların son test puan ortalamaları ve izleme testi puan ortalamalarının ev hanımı olanların ortalamalarından yüksek olduğu bulunmuştur. Babası öğretmen olanların genel motivasyon son test puan ortalamaları ve izleme testi puan ortalamalarının esnaf olanlara kıyasla daha yüksek olduğu ve durumun istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür. Bu sonucun bazı çalışma sonuçlarıyla benzer ve yakınlık gösterdiği görülmektedir. İlişkilendirilen çalışmalarda psiko eğitim programlarının etkisi, özel yeteneklilerle çalışılması, çalışmamızda kullanılan değişkenler, anne baba meslekleri ve diğer bazı değişkenlerle olan ilişkisi esas alınmıştır. Özel yeteneklilerin iç motivasyonlarının sınıf seviyeleri yükseldikçe azaldığı; dış motivasyon düzeylerininse sınıf seviyeleri yükseldikçe arttığı görülmüştür (Topçu ve Leana-Taşcılar, 2016). Özel yetenekli 306 öğrenci ve onların eğitimlerinden sorumlu 26 öğretmenin öğretim sürecindeki beş motivasyonel bileşene ilgili algıları incelenmiştir. İki grup arasında, anlamlılık ve algıları, meydan okuma, akademik öz-yeterlik ve seçim ile anlamlı bir şekilde önemli negatif ancak zayıf korelasyonlar bulunmuştur (Seward, 2017). Amacı, içsel motivasyon ve dışsal motivasyon araçlarının etkisini ve bu motivasyon araçlarının farklılık gösterip göstermediğini ortaya koymak olan çalışma sonuçlarına göre, hem içsel hem de dışsal motivasyon araçlarının çalışanların motivasyonu üzerinde etkili olduğu görülmüştür. İçsel motivasyon araçlarının çalışanların motivasyonu üzerindeki etkisinin dışsal motivasyon araçlarına göre daha yüksek olduğu, içsel ve dışsal motivasyon araçlarının çalışanların motivasyonu üzerindeki etkisinin cinsiyete, çalışılan departmana, yaşa ve çalışma süresine göre farklılık göstermediği bulunmuştur (Dündar ve ark., 2007). Amacı, okuma becerileri üzerindeki doğrudan etkilerin yanı sıra içsel ve dışsal motivasyon kaynaklarının dolaylı etkilerini ortaya koymak olan çalışmaya katılan öğrencilerin veri analiz sonuçlarına göre okumadan zevk alma ve öğretmenin okumaya teşviki en belirgin motivasyon kaynakları olarak tespit edilmiştir (Altıntaş ve Arıcı, 2021). Amacı, 205 kadın futbolcunun içsel ve dışsal motivasyon tutumlarını bazı değişkenler açısından incelemek olan çalışma sonuçlarına göre, Portekiz’de futbol oynayanların güdülenme düzeyleri Türkiye’deki lardan anlamlı derecede yüksek olduğu bulunmuştur. İçsel güdülenme alt boyutunda, profesyonellerin amatörlere oranla güdülenme düzeylerinin anlamlı olarak daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır (Şahin ve Kaya, 2021). Amacı, muhasebecilerin

motivasyon düzeylerini incelemek ve bu faktörlerin demografik değişkenlerle ilişkisini görmek olan çalışmada katılımcıların motivasyonlarında içsel faktörlerin etki derecesinin daha yüksek olduğu görülmüştür. Cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, unvan ve mesleki deneyim faktörlerinin bu durumda herhangi bir farklılık yaratmadığı fakat gelir düzeyi yüksek ve işyeri sahibi olanların dışsal faktörlerden daha fazla güdülendikleri görülmüştür (İbicioğlu ve ark., 2014). Amacı, çalışanların motivasyon düzeylerinin iş tatminlerine etkisini incelemek olan çalışmaya 410 üniversite öğrencisi katılmıştır. Çalışma sonuçlarına göre, öğrencilerin içsel motivasyon ve dışsal motivasyon düzeyleri ile iş tatminleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmüştür (Bakan ve Yılmaz, 2021). Amacı öğrencilerin derse katılımları ile motivasyon düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemek olan çalışmaya 322 lise öğrencisi katılmıştır. Çalışma sonuçlarına göre, motivasyon düzeyinin derse katılımı ile ilişkili olduğu, meslek lisesindeki öğrencilerin motivasyonel faktörlerden daha çok etkilendiği ve sınıf seviyesi arttıkça motivasyon düzeyinde azalma olduğu görülmüştür (Nayır, 2017). Amacı, öğretmenlerinin pandemi sürecinde çevrimiçi canlı derslere yönelik motivasyon düzeylerinin incelenmesi olan çalışmaya 106 sınıf öğretmeni katılmıştır. Çalışma sonuçlarına göre, öğretmenlerin içsel motivasyonlarının, dışsal motivasyonlarından yüksek olduğu, genel motivasyon düzeylerinin ise orta düzeyde olduğu bulunmuştur. Öğretmenlerin motivasyon düzeylerinin yaş, mesleki kıdem bakımından farklılaştığı diğer değişkenlere göre farklılaşmadığı bulunmuştur (Akan ve ark., 2022). Amacı, üstün yetenekli öğrencilerin bilgi teknolojileri öz-yeterlik algıları ile e-öğrenme ortamlarına yönelik motivasyonları arasındaki ilişkiyi incelemek ve bazı değişkenlerin etkililiğini incelemek olan çalışmaya BİLSEM’de eğitim alan 104 öğrenci katılmıştır. Çalışmanın sonuçlarına göre, öğrencilerin e-öğrenme ortamlarına yönelik motivasyonlarının internet bağlantılarında karşılaştıkları kota ve hız problemlerinden olumsuz etkilendiği ve sınıf düzeyine, SAC grubuna ve bilgisayar kullanım becerilerini nasıl tanımladıklarına göre farklılık gösterdiği belirlenmiştir. Ayrıca bilgisayar kullanım süresi ve bilgisayar kullanım becerilerinin nasıl tanımlandığına göre SAC grubunun bilgi teknolojileri öz-yeterlik algılarının farklılaştığı görülmüştür (Sarıtış ve Olpak, 2022). Alan yazında bulunan çalışmalar değerlendirildiğinde; içsel dışsal motivasyon ve genel motivasyon ile anne baba

meslekleriyle ilişkisi çok fazla ortaya konulmamıştır. Ancak içsel dışsal motivasyon ve genel motivasyonla birlikte ele alınan konular incelendiğinde; sınıf düzeyi, cinsiyet, yaş, profesyonel veya amatör olma, gelir düzeyi, iş tatmini, maddi durum gibi kavramlarla karşılaşılmıştır. FİZPEP uygulaması sonrasında motivasyon değişkeninde öğretmen anne ve babaları olan çocukların ev hanımı anne ve esnaf babaların çocuklarına göre daha fazla ilerleme kaydettikleri düşünüldüğünde; birçok benzer çalışmada anne eğitim durumunun baba eğitim durumuna göre çocukların akademik gelişiminde önemli olduğu bilinmektedir. Üniversite mezunu annelerin en az dört yıllık lisans programlarından mezun oldukları, memur olarak çalışan annelerin ise çoğunlukla ortaöğretim mezunu oldukları bilinmektedir. FİZPEP uygulaması sonrasında özel yetenekli öğrencilerin motivasyon puanlarının baba meslek durumlarına göre bakıldığında babası öğretmen olanların ortalamalarının esnaf olanların ortalamalarından yüksek olduğu bulunmuştur. Anne eğitim düzeylerinin çocukların gelişimlerdeki etkisi kadar baba eğitim düzeyleri de önemlidir. Motivasyonun dışsal kaynaklı olması, eğitilmiş babaların etkili iletişim kurma becerisine sahip olmalarından, sözel olan ve olmayan iletişim tekniklerini kendi pedagojik formasyonlarından da destek olarak etkili kullanmalarından kaynaklı olabilir. Bunun yanı sıra öğrenci üzerinde içsel motivasyonel etkisinin babaların günümüzde çocuklarıyla daha fazla ilgilenen, sevinçlerini ve hüznlerini paylaşan bireyler haline gelmelerinden kaynaklı olduğu söylenebilir. Bu sayede yüksek eğitim seviyesinin ve çalışılan mesleğin insan eğitimiyle ilişkilendirilebilecek en temel meslek olan öğretmenlikte empatik becerileri de yanında getirebileceği ve öğrenci motivasyonuna doğrudan katkı sağlayacağı düşünülebilir. Bir diğer faktör birlikte geçirilen zaman olabilir. Esnafın uzun çalışma süreleri, tatil dönemleri vb. faktörler çocukla geçirilen zamanı olumsuz etkileyebilir. Bu durum bireylerin birbirini anlamalarında önemli bir faktör olan zamanın yeterince verimli kullanılmamasına sebep olabilir. Aynı durum ev hanımı annelerin çocukları üzerindeki etkililiği konusunda da söylenebilir. Özel yetenekli bireyler için en yakın dışsal motivasyon kaynakları olan anne ve babalar rol model olmaları açısından da çalışmanın ilgili konusunda etkili olabileceği düşünülebilir. Tüm bu süreçler değerlendirildiğinde FİZPEP uygulamasının özellikle profesyonel mesleklerde

alışan ebeveynlerin özel yetenekli çocukları için motivasyonlarını desteklemek ve geliştirmekte katkı sağlayıcı bir araç olarak kullanılabileceği düşünülmektedir.

Araştırmanın altıncı alt problemine göre deney grubundaki öğrencilerin, aylık aile gelirlerine göre öz yeterlik, motivasyon, sosyal duygusal iyi oluş ve fiziksel aktivite test sonuçları değişmekte midir? Sorusunun yanıtını aranmış ve ilgili analizlerden sonra FİZPEP uygulaması sonrasında oluşan son test ve izleme testi puan ortalamalarının ailelerin gelirine göre farklılaşmadığı bulunmuştur. Bu sonucun bazı çalışma sonuçlarıyla benzer ve yakınlık gösterdiği grlmektedir. İlişkilendirilen çalışmalarda psiko eğitim programlarının etkisi, özel yeteneklilerle çalışılması, çalışmamızda kullanılan değişkenler, ailenin gelir durumu ve diğer bazı değişkenlerle olan ilişkisi esas alınmıştır. Amacı BİLSEM’de ortaokula devam edenlerin öz yeterlik düzeylerini, psikolojik sağlamlıklarını, anne-baba, arkadaş ve öğretmenlerinden algıladıkları sosyal destek düzeylerini incelemek ve öz yeterlikle algılanan sosyal desteğin psikolojik sağlamlığı yordama gücünü belirlemek olan çalışmaya 232 BİLSEM ğrencisi katılmıştır. Çalışmanın sonuçlarına göre, sportif faaliyetlere katılanların psikolojik sağlamlık düzeyleri ve öz yeterlik düzeyleri daha yüksek bulunmuştur. Aylık ortalama gelir ve not ortalaması yüksek olanların öz yeterlik puanları daha yüksek, baba mesleği serbest olanların ise akademik öz yeterlik puanları daha düşük bulunmuştur. Özel yeteneklilerin öz yeterlik ve algılanan sosyal destek düzeyleri arttı psikolojik sağlamlıklarının da arttığı, öz yeterlik ve algılanan sosyal destek düzeyleri azaldık psikolojik sağlamlıklarının da azaldığı bulunmuştur (Yıldırım ve elikkol, 2019). Alan yazında bulunan çalışmalar değerlendirildiğinde; çalışmanın bağımlı değişkenleriyle ailenin gelir durumu durumu ilişkisi çok fazla ortaya konulmamıştır. Tüm bu süreçler değerlendirildiğinde FİZPEP uygulamasının özel yeteneklilerin ailelerindeki aylık gelir durumuna göre herhangi bir farklılaşmaya neden olmadığı ve hangi gelir düzeyindeki birey olursa olsun etkisinin ayrışmayacağı ve kullanılabileceği düşünülmektedir.

5. SONUÇ ve ÖNERİLER

5.1. Sonuçlar

Temel amacının; Fiziksel Aktivite Destekli Psiko Eğitim Programının Özel Yeteneklilerde öz yeterlik, motivasyon, sosyal duygusal iyi oluş ve fiziksel aktivite düzeyini incelemek ve değişkenler kapsamında deney ve kontrol grubu verilerini karşılaştırmak olduğu bu tez çalışmasında elde edilen sonuçlar ve bu sonuçlara ilişkin öneriler farklı başlıklar altında sunulmuştur. Bu kapsamda istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunanlar ve anlamlı ilişki bulunmayanlar olarak iki ayrı başlık altında verilmiştir.

5.1.1. İstatistiksel Olarak Anlamlı Fark Bulunanlar

- Analizler sonucunda, deney grubundaki özel yetenekli öğrencilerin FİZPEP Uygulaması sonrasındaki öz yeterlik ölçeği puanlarının sonucuna bakıldığında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunduğu görülmektedir. FİZPEP Uygulamasının öğrencilerin öz yeterlik düzeylerini artırdığı görülmüştür.
- FİZPEP uygulaması sonrasında özel yetenekli öğrencilerin öz yeterlik puanlarının öğrenci cinsiyet durumlarına farklılaşıp farklılaşmadığına bakıldığında; cinsiyete göre öz yeterlik son test puanları arasında anlamlı bir fark görülmüştür. Hangi grup lehine anlamlılık olduğuna bakıldığında erkeklerin ortalamalarının kızların ortalamalarından yüksek olduğu ve bu durumda erkeklerin lehine bir anlamlılık olduğu bulunmuştur. Ayrıca cinsiyete göre öz yeterlik izleme testi puanları arasında anlamlı bir fark görülmüştür. Hangi grup lehine anlamlılık olduğuna bakıldığında erkeklerin ortalamalarının kızların ortalamalarından yüksek olduğu ve bu durumda erkeklerin lehine bir anlamlılık olduğu bulunmuştur.

- Analizler sonucunda, deney grubundaki özel yetenekli öğrencilerin FİZPEP Uygulaması sonrasındaki sosyal duygusal iyi oluş ölçeği son test ve izleme testi puanlarının ortalamalarına bakıldığında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunduğu görülmektedir. FİZPEP Uygulamasının özel yetenekli öğrencilerin sosyal duygusal iyi oluş düzeylerini artırdığı görülmüştür.
- FİZPEP uygulaması sonrasında özel yetenekli öğrencilerin öz yeterlik, sosyal duygusal iyi oluş, motivasyon, fiziksel aktivite ölçeklerinin izleme testi puanlarının bu ölçme araçlarının ön test puan ortalamalarına oranla artış gösterdiği bulunmuştur. Sonuçlar tek tek incelendiğinde öz yeterlik ön test ortalaması $\bar{x}$:42,39 iken $\bar{x}$:44,21'e çıkmıştır. Dış motivasyon alt boyut ön test ortalaması $\bar{x}$:21,53 iken $\bar{x}$:22,03'e çıkmıştır. Akademik iyi oluş alt boyut ön test ortalaması $\bar{x}$:25,17 iken $\bar{x}$:25,50'ye çıkmıştır. Sosyal iyi oluş alt boyut ön test ortalaması $\bar{x}$:26,53 iken $\bar{x}$:26,71'e çıkmıştır. Duygusal iyi oluş alt boyut ön test ortalaması $\bar{x}$:20,21 iken $\bar{x}$:23,96'ya çıkmıştır. Sosyal duygusal iyi oluş genel puanı ön test ortalaması $\bar{x}$:71,92 iken $\bar{x}$:76,17'ye çıkmıştır. Fiziksel aktivite genel puanı ön test ortalaması $\bar{x}$:26,03 iken $\bar{x}$:27,71'e çıkmıştır.
- FİZPEP uygulaması sonrasında özel yetenekli öğrencilerin öz yeterlik puanlarının baba eğitim durumlarına göre lise mezunu olanların ortalamalarının üniversite mezunu olanların ortalamalarından yüksek olduğu ve bu artışın da istatistiksel olarak anlamlı olduğu bulunmuştur.
- FİZPEP uygulaması sonrasında özel yetenekli öğrencilerin genel motivasyon puanlarının anne meslek durumlarına göre bakıldığında annesi öğretmen olanların ortalamalarının memur olanların ortalamalarından yüksek olduğu bu artışın da istatistiksel olarak anlamlı olduğu bulunmuştur.

- FİZPEP uygulaması sonrasında özel yetenekli öğrencilerin genel motivasyon puanlarının baba meslek durumlarına göre bakıldığında babası öğretmen olanların ortalamalarının esnaf olanların ortalamalarından yüksek olduğu bu artışın da istatistiksel olarak anlamlı olduğu bulunmuştur.
- FİZPEP uygulaması sonrasında anne mezuniyet durumlarına göre özel yetenekli öğrencilerin fiziksel aktivite puanlarına bakıldığında annesi yüksek lisans veya doktora mezunu olanların ortalamalarının lise mezunu olanların ortalamalarından yüksek olduğu bu artışın da istatistiksel olarak anlamlı olduğu bulunmuştur.
- FİZPEP uygulaması sonrasında baba mezuniyet durumlarına göre özel yetenekli öğrencilerin fiziksel aktivite puanlarının bakıldığında babası yüksek lisans veya doktora mezunu olanların ortalamalarının lise mezunu olanların ortalamalarından yüksek olduğu bu artışın da istatistiksel olarak anlamlı olduğu bulunmuştur.

5.1.2. İstatistiksel Olarak Anlamlı Fark Bulunmayanlar

- Analizler sonucunda, FİZPEP uygulamasının deney grubundaki özel yetenekli öğrencilerin motivasyon puanları ortalamalarında artışa neden olduğu ancak bu artışın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı bulunmuştur.
- Analizler sonucunda, FİZPEP uygulamasının tüm ölçme araçlarının izleme testi puan ortalamaları incelendiğinde sadece; genel motivasyon ve iç motivasyon alt boyutu son test ve izleme testi puan ortalamalarının artmadığı bulunmuştur.
- Analizler sonucunda, FİZPEP uygulamasının deney grubundaki özel yetenekli öğrencilerin fiziksel aktivite puanları ortalamalarında artışa neden olduğu ancak bu artışın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı bulunmuştur.

- Çalışmanın analizleri sonucunda, araştırmaya katılan deney ve kontrol gruplarının ön test puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmadığı görülmektedir. Buna göre deney ve kontrol gruplarının FİZPEP uygulaması öncesinde öz yeterlik, motivasyon, sosyal duygusal iyi oluş ve fiziksel aktivite düzeylerinin benzer durumda olduğu varsayılmıştır.
- Analizler sonucunda, deney grubundaki öğrencilerin cinsiyet değişkeninin FİZPEP uygulaması sonrasındaki ölçme araçları puanlarının sonucuna bakıldığında sosyal duygusal iyi oluş, motivasyon ve fiziksel aktivite değişkenleri için istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmadığı görülmektedir.
- Analizler sonucunda, deney grubundaki öğrencilerin özel yetenek alanı değişkeninin FİZPEP uygulaması sonrasındaki ölçme araçları puanlarına etkisinin incelenmesi sonucuna bakıldığında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmadığı görülmektedir.
- Analizler sonucunda, deney grubundaki öğrencilerin baba eğitim durumu değişkeninin FİZPEP uygulaması sonrasındaki ölçme araçları puanlarına etkisinin sonucuna bakıldığında öz yeterlik değişkeni dışındaki değişkenlerde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.
- Analizler sonucunda, deney grubundaki öğrencilerin ailedeki aylık gelir durumu değişkeninin FİZPEP uygulaması sonrasındaki ölçme araçları puanlarına etkisinin sonucuna bakıldığında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.
- Analizler sonucunda, deney grubundaki öğrencilerin annelerinin mesleği değişkeninin FİZPEP uygulaması sonrasındaki ölçme araçları puanlarına etkisinin sonucuna bakıldığında genel motivasyon değişkeni dışındaki değişkenlerde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

- Analizler sonucunda, deney grubundaki öğrencilerin babaların mesleği değişkeninin FİZPEP uygulaması sonrasındaki ölçme araçları puanlarına etkisinin sonucuna bakıldığında genel motivasyon değişkeni dışındaki değişkenler için istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.
- Analizler sonucunda, deney grubundaki öğrencilerin anne baba eğitim durumları değişkeninin FİZPEP uygulaması sonrasındaki ölçme araçları puanlarına etkisinin sonucuna bakıldığında fiziksel aktivite değişkeni dışındaki değişkenler için istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Sonuç olarak 5 hafta ve 10 oturum olarak planlanan FİZPEP uygulamasının özel yetenekli öğrencilerden oluşan deney grubunun öz yeterlik ve sosyal duygusal iyi oluşlarını geliştirdiği bulunmuştur. FİZPEP uygulamasının erkeklerin öz yeterlik gelişimini kadınlara kıyasla daha fazla geliştirdiği bulunmuştur. Deney grubundaki özel yetenekli öğrencilerin öz yeterlik puan artışlarında baba eğitim düzeyi açısından lise mezunu olanların üniversite mezunlarına kıyasla daha fazla arttığı bulunmuştur. Anne ve baba eğitim düzeylerinin deney grubundaki özel yeteneklilerin fiziksel aktivite puan ortamlarındaki artışta etkili olduğu, yüksek lisans veya doktora mezunu olmanın lise mezunu olmaya kıyasla daha fazla artış gösterdiği bulunmuştur. Anne ve baba eğitim mesleklerinin deney grubundaki özel yeteneklilerin motivasyon puan ortalamalarındaki artışta etkili olduğu, öğretmen annelerin memur annelere, öğretmen babaların ise esnaf babalara kıyasla daha fazla artış gösterdiği bulunmuştur. Uygulanan programın diğer değişkenler üzerinde etkisinin bulunamaması açısından değerlendirildiğinde; programın uygulama süresi, programa katılan öğrencilerin okul sonrasında geç saatte BİLSEM'e gelmelerinin zihnen ve bedenen yorgun olmaları, özellikle ikinci bölüm olan fiziksel aktivite istasyonlarının süresi ve istasyon sayısının sonuçları etkilediği düşünülmektedir.

5.2. Öneriler

- FİZPEP uygulaması özel yeteneklilerde öz yeterlilik becerisini geliştirmede kullanılan mevcut rehberlik etkinliklerinin yanında farklı bir yöntem olarak kullanılabilir.
- FİZPEP uygulaması özel yeteneklilerde sosyal duygusal iyi oluşu geliştirmede kullanılan mevcut rehberlik etkinliklerinin yanında farklı bir yöntem olarak kullanılabilir.
- FİZPEP uygulamasının deney grubundaki öğrencilerden farklı yaş gruplarında da etkililiği araştırılabilir.
- FİZPEP uygulamasında yer verilen fiziksel aktiviteler hem süre hem de içerik açısından çeşitlendirilerek farklılaştırılabilir. Etkinlikler uygulanması planlanan yaş grubunun tüm gelişim alanlarına uygun ve desteklenmesine ihtiyaç duyulan alana yönelik olarak hazırlanabilir.
- FİZPEP uygulamasının tipik gelişim gösteren öğrenciler için de etkililiği araştırılabilir.
- 5 hafta ve 10 oturum şeklinde planlanan FİZPEP uygulaması haftada bir oturum ve 10 hafta şeklinde yeniden uygulanarak etki düzeyine tekrar bakılabilir.
- Özel yetenekli öğrencilerin devam ettiği ve uygulamanın yapıldığı BİLSEM'lerde öğrencilerin FİZPEP uygulamasına akşam saatlerinde katıldığı düşünüldüğünde gündüz saatlerinde yeniden uygulanarak etki düzeyine tekrar bakılabilir.
- FİZPEP uygulamasından yararlanan öğrencilerle şu anki durumları hakkında görüşmeler yapılabilir.

- FİZPEP uygulamasında kullanılan fiziksel aktivite istasyonlarının sayısı azaltılarak istasyonlardaki faaliyet süresi artırılarak yeniden değerlendirme yapılabilir.
- Hazırlanan psiko eğitim programının yerine rehberlik kuramlarıyla yapılandırılmış kısa süreli çözüm odaklı terapi, masal terapi temelli gibi farklı çeşitleriyle de çalışmalar yapılabilir.
- FİZPEP uygulamasının etkisiyle ilgili öğretmen görüşlerine başvurulabilir.
- FİZPEP uygulamasının etkisiyle ilgili aile görüşlerine başvurulabilir.
- Özel yeteneklilerin sosyal duygusal özellikleri arasında yer alan temel özellikleri arasında yer alan mükemmeliyetçilik, aşırı merak, aşırı duyarlılık, farklı ilgi alanları, liderlik vb. alanlar da dikkate alınarak FİZPEP uygulaması benzer programlar hazırlanarak bu ve benzeri değişkenler üzerindeki etkisi araştırılabilir.
- Farklı yöntemlerin kullanıldığı FİZPEP uygulamaları ile (akran öğretimi, işbirlikçi yaklaşım gibi.) öğrencilerin fiziksel aktivite düzeyleri ve motivasyonları arttırılabilir.
- Bu çalışmadaki FA uygulamalarında öğrencilerin bireysel gelişimini destekleyen bazı uygulamalara yer verilmiştir (hedef oyunları, aerobik-step etkinlikleri, akıllı bardaklar gibi..). Farklı uygulamaları içeren FİZPEP programları ile (web destekli etkinlikler, akıllı tahta veya benzeri etkileşimli teknolojik donanımlarla yapılan destekler, interaktif spor ve oyunlar.vb) öğrencilerin bu çalışmada araştırılan bağımlı değişkenler üzerindeki etkisi incelenebilir.

ÖZET

Fiziksel Aktivite Destekli Psiko Eğitim Programının Özel Yetenekli Öğrencilerin Öz yeterlik, Motivasyon, Sosyal Duygusal İyi Oluş ve Fiziksel Aktivite Düzeylerine Etkisinin İncelenmesi

Özellikle 2020 yılının başından bu yana tüm dünyadaki yaşamı etkileyen salgın nedeniyle daha önce bilinen ancak önemi giderek artan konulardan biri de fiziksel aktivite olmuştur. En temel anlamıyla organizmanın tüm hareketlerini içeren fiziksel aktivite; kişinin sosyal, duygusal, fizyolojik, ruhsal açıdan gelişimi ve değişimine katkı sağlamaktadır. Özellikle akranlarından asenkron olarak gelişim gösteren özel yetenekli bireylerin özel yetenek alanlarının bu süreçte yeterince desteklenememesi bu bireylerde yaşanan sorunların da artışına neden olabilmektedir. Özel yetenekli bireyler akranlarından akademik, spor, sanat, müzik, genel kültür vb. alanlarda yüksek düzey performans sergiler. Bu kapsamda zenginleştirilmiş, hızlandırılmış ve farklılaştırılmış eğitim programlarına ihtiyaç duydukları bilinmektedir.

Bu çalışmada fiziksel aktivite destekli psiko eğitim programı hazırlanarak özel yetenekli öğrencilerin öz yeterlilik, motivasyon ve sosyal duygusal iyi oluşları ve fiziksel aktivite düzeylerine etkisi incelenmiştir. İki bölümden oluşan psiko eğitim programı haftada bir gün ve 60 dakika olarak planlanmış ve toplam 10 oturum-5 hafta olarak uygulanmıştır. Her oturum için programın ilk bölümü 30 dakika, ilgili bağımlı değişkene uygun önleyici/koruyucu grup rehberlik etkinliği, ikinci bölüm 30 dakika ise ilgili bağımlı değişkene uygun fiziksel aktivite etkinliklerinden oluşturulmuştur. Fiziksel aktivite destekli psiko eğitim programı 6. Sınıfa devam eden özel yetenekli 28 öğrenciden oluşan deney grubuyla yürütülmüş, program etkililiğinin karşılaştırılması için 20 kişilik kontrol grubu oluşturulmuştur. Yarı deneysel desen çerçevesinde gruplara ön test ve son test uygulanmış, ayrıca FİZPEP uygulamasının bitiminden 4 hafta sonra deney grubuna izleme testi uygulanmıştır. Çalışmada; Çocuklar için öz-yeterlik ölçeği, Harter iç-dış motivasyon ölçeği, Çocuklar İçin Duygusal ve Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve İlköğretim Öğrencileri İçin Fiziksel Aktivite Soru Formu ölçeği araçları uygulanmıştır.

Araştırmanın bulgularına bakıldığında; FİZPEP uygulaması sonrasında deney grubunun öz yeterlik ve sosyal duygusal iyi oluş düzeyleri anlamlı biçimde farklılaşmıştır ($p<.05$). Motivasyon puan ortalamaları yükselirken bu artış istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. FİZPEP uygulaması sonrasında fiziksel aktivite puan ortalamalarında anne ve babaların eğitim durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Fiziksel aktivite, iç-dış motivasyon sosyal duygusal iyi oluş, öz yeterlik, özel yetenek, psiko eğitim.

SUMMARY

Investigation of the Effect of Physical Activity Supported Psycho Education Program on Self-Efficacy, Motivation, Social Emotional Well-Being and Physical Activity Levels of Gifted Students

Especially since the beginning of 2020, physical activity has been one of the previously known but increasingly important issues due to the epidemic that has affected life all over the world. In its most basic sense, physical activity, which includes all movements of the organism; It contributes to the social, emotional, physiological and spiritual development and change of the person. In particular, the inability to support the special talent areas of special talented individuals who develop asynchronously from their peers in this process may cause an increase in the problems experienced in these individuals. Special talented individuals can learn from their peers in academic, sports, art, music, general culture, etc. exhibits high performance in the fields. In this context, it is known that they need enriched, accelerated and differentiated education programs.

In this study, a physical activity-supported psycho-education program was prepared and the effects of gifted students on self-efficacy, motivation and social-emotional well-being and physical activity levels were examined. The psycho-education program, which consists of two parts, was planned as one day a week and 60 minutes, and was implemented in a total of 10 sessions-5 weeks. For each session, the first part of the program consisted of 30 minutes of preventive/protective group guidance activity appropriate for the relevant dependent variable, and the second part of the program consisted of 30 minutes of physical activity activities appropriate for the relevant dependent variable. Physical activity supported psychoeducation program was carried out with an experimental group consisting of 28 gifted students attending the 6th grade, and a control group of 20 people was formed to compare the effectiveness of the program. Pre-test and post-test were applied to the groups within the framework of the quasi-experimental design, and the follow-up test was applied to the experimental group 4 weeks after the end of the FİZPEP application. In the study; Self-efficacy scale for children, Harter internal-external motivation scale, Emotional and Psychological Well-Being Scale for Children and Physical Activity Questionnaire for Primary School Students were applied.

Considering the findings of the research; after the FİZPEP application, the self-efficacy and social emotional well-being levels of the experimental group differed significantly ($p < .05$). While the motivation score averages increased, this increase was not found to be statistically significant. After the FİZPEP application, a statistically significant difference was found in the mean physical activity scores according to the educational status of the parents.

Keywords: Internal-external motivation, physical activity, psychoeducation, self-efficacy, social emotional well-being, special ability.

KAYNAKLAR

- AMERICAN COLLAGE OF SPORTS MEDICINE (ACSM) (2015). *Benefits and Risks Associated with Physical Activity*. Chapter 1 Guidelines for Exercise Testing.
- AKAN TS, BİRSİN HF, AYDOĞAN MO (2022). Sınıf Öğretmenlerinin Pandemi Döneminde Çevrimiçi Canlı Derslere Yönelik Motivasyon Düzeylerinin İncelenmesi. *21. Yüzyılda Eğitim Ve Toplum Eğitim Bilimleri Ve Sosyal Araştırmalar Dergisi* , **11**: 431-453 .
- AKAN Y (2018). Şiddeti Azaltma Psiko-Eğitim Programı'nın (Şapp) Eşine Şiddet Uygulayan Erkeklerin Saldırganlık, Duygu Yönetimi Ve İlişki Öz yeterlik Düzeylerine Etkisinin İncelenmesi. Doktora Tezi. Mersin Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- AKARSU Ö, MUTLU B (2017). Üstün Yetenekli Çocukları Anlamak: Çocukların Sosyal ve Duygusal Sorunları. Düzce Üniversitesi. *Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, **2**:112-116.
- AKGÜL S (2019). Üstün Yetenekli Öğrencilerin Matematik Öz-Yeterliklerinin Matematik Başarılarını Yordama Gücü. *Ekev Akademi Dergisi*, **7**: 481 - 496.
- AKIN A, YILMAZ S, ÖZEN Y, RABA S, ÖZHAN Y (2016). Stirling Çocuklar İçin Duygusal ve Psikolojik İyi Oluş Ölçeği'nin Türkçe Formu'nun Geçerlik ve Güvenirliği. V. Sakarya'da Eğitim Araştırmaları Kongresi.
- AKKAYA S, DOĞAN A, TOSİK H (2021). Investigation of the relationship between the perfectionism and self-efficacy of gifted children, *International Online Journal of Educational Sciences*, **13**:1503-1524.
- AKSOY Y (2020). Rekreasyonel Faaliyet Olarak Fiziksel Aktivitelerin Otizmli Çocuklarda Sosyal İncelenmesi. İletişime Yönelik Etkileri. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, **5**: 1-9.
- AKSU Aİ, TORTOP Y (2022). Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Dans Öz yeterliği ve Sağlıklı Yaşam Biçimleri Arasındaki İlişki. *Türkiye Spor Bilimleri Dergisi*, **6** :61-72. DOI: 10.32706/tusbid.1091697.
- AKTÜRK Ü, AYLAZ R (2013). Bir İlköğretim Okulundaki Öğrencilerin Öz Yeterlilik Düzeyleri. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Elektronik Dergisi*, **4**:177,183.
- ALABBASİ AMA, SULTAN ZM, KARWOWSKİ M, CROSS TL, AYOUB AEA (2022). *Self-Efficacy in Gifted and Non-Gifted Students: A Multilevel Meta-Analysis*. <https://doi.org/10.31234/osf.io/zgujt>.
- ALEMDAĞ S (2018). Spor Bilimleri Alanıyla İlgili Bilimsel Dergilerde Yayınlanan Makalelerin İncelenmesi . *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi* , **20**: 24-31 .

- ALKAL A, AKÇA MŞ, KORKMAZ O (2019). Öz Bilinç Psiko-Eğitim Programının Üniversite Öğrencilerinin Öz Bilinç Düzeylerine Etkisi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*. **18**:569-582. ISSN:1304-0278.
- ALTINTAŞ Ö, ARICI Ö (2021). Gelişen Zihin Yapısının Okuma Becerilerine İçsel ve Dışsal Motivasyon Kaynakları Bağlamında Etkisinin Aracılık Modelleriyle İncelenmesi: PISA 2018 Türkiye Örneği . *Ulusal Eğitim Akademisi Dergisi* , **5**:299-317 . DOI: 10.32960/uead.982133.
- ALTUN F, YAZICI H (2012). Üstün yetenekli öğrencilerin benlik kavramları ve akademik öz-yeterlik inançları: Karşılaştırmalı bir çalışma. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, **2**:319 - 334.
- ARIKAN G (2020). Beden Eğitimi ve Spor, Sınıf, Okul Öncesi Öğretmenlerinin Oyun Algısı ve Öz Yeterlik Düzeylerinin İncelenmesi. *Spor ve Rekreasyon Araştırmaları Dergisi*, **2**:1-13.
- ARSLANDOĞAN A, TÜRKMEN M, TÖRE E, DEMİR B, HAZAR S (2021). Covid-19 Sürecinde Fiziksel Aktivite Düzeyi İle Mental İyi Oluş Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, **2**: 67-75.
- ASICI E, İKİZ FE (2019). The prediction of subjective well being in school in terms of school climate and self-efficacy. *Hacettepe University Journal of Education*, **34**:621-638. doi: 10.16986/HUJE.2018038523.
- ATALAY Z (2017). Bilinçli-farkındalık (mindfulness) temelli psiko-eğitim programının öğrencilerin matematik kaygısı, tutumları ve öz yeterlikleri üzerindeki etkisi. TÜBİTAK projesi.
- AYYILDIZ E, SUNAY H (2021). Bireylerin Fiziksel Aktiviteye Katılım Durumlarına Göre Mutluluk Ve Duygusal Düzenlemede Öz-Yeterlik Düzeylerinin İncelenmesi. *Spormetre The Journal of Physical Education and Sport Sciences*, **19**:2021, 230-240.
- BAĞATARHAN T, NAZLI S (2013). Ebeveyn eğitim programının annelerin ebeveynlik öz-yeterliklerine etkisi. *Sosyal Politika Çalışmaları*, **13**:66-88.
- BAKAN İ, YILMAZ S (2021). İçsel ve Dışsal Motivasyonun İş Tatminine Etkisi: Bir Alan Araştırması . *Artvin Çoruh Üniversitesi Uluslararası Sosyal Bilimler Dergisi* , **7**:1-14 . DOI: 10.22466/acusbd.963133.
- BAKER GA (2018). Gifted Adolescent Wellbeing: An Australian Case Study .Queensland University of Technology. Doctor of Philosophy Thesis.
- BAL NP, BİLGE Y (2016). Empati Becerisi Psiko Eğitim Programının Üstün Zekâlı Ergenler Üzerindeki Etkisi. *Hasan Ali Yücel Eğitim Fakültesi Dergisi*. **13**:23-36.
- BANDURA A (1997). *Self-Efficacy: The exercise of control*. New York: Freeman.
- BAŞAR S, SARI İ (2018). Düzenli Egzersizin Depresyon, Mutluluk Ve Psikolojik İyi Oluş Üzerine Etkisi. *İnönü Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi (İÜBESBD)*, **5**:25-34. e-ISSN: 2148-6786.

- BAYRI H, ÖZDEMİR HP (2022). Özel Yetenekli Öğrencilerin Duygusal Tepkisellik, Öz-Yeterlik Ve Psikolojik Kırılganlık Düzeylerinin İncelenmesi: Bir Karma Yöntem Çalışması. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi* ;**21**:1-22.
- BİNGÖL YT (2015). Çözüm Odaklı Kısa Süreli Yaklaşım Dayalı Grup Rehberliği Programının Öz-Yeterlik İnancına Etkisi. Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Doktora Tezi.
- BORE SK, HENDRICKS L, WOMACK A (2013). Psycho-educational groups in schools: The intervention of choice. *National Forum Journal of Counseling and Addiction*, **2**:1–9.
- BÖLÜKBAŞI H, ÖZCAN S (2019). Aile Hekimliği Asistanlarının Stres Algıları, Tükenmişlik Düzeyleri ve Sağlık Davranışları: *Bir Psiko eğitim Programının Etkisi*.**13**:437-447. DOI: 10.21763/tjfmpe.648991.
- CAN M, CANTEZ EK (2018). Üniversite Öğrencilerinin Mutluluk, Psikolojik Sağlamlık ve Öz Yeterlik Düzeyleri Arasındaki İlişki. *Aydın Toplum ve İnsan Dergisi*, **4**:61-76.
- CAN S, ARSLAN E, ERSÖZ G (2017). Güncel Bakış Açısı İle Fiziksel Aktivite. *Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*. **12**:1-10.
- CANADIAN PHYSICAL ACTIVITY GUIDELINES (2017). *Canadian Society for Exercise Physiology*. Centers for Disease Control and Prevention. Atlanta, US Dept of Health and Human Services.
- CENTERS FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION (2018). *Strategies for Classroom Physical Activity in Schools*. Atlanta, GA: US Dept of Health and Human Services.
- CENTERS FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION (2018). *Integrate Classroom Physical Activity in Schools: A Guide for Putting Strategies Into Practice*.
- ÇALIK M (2022). Korona Günlerinde Masal Terapinin Çocukların Sosyal Duygusal İyi Oluş ve Psikolojik Sağlamlıkları Üzerine Etkisi. *Türkiye Bütüncül Psikoterapi Dergisi*, **5**:9-12.
- ÇELİK KA (2021). Psikolojik İhtiyaç Doyumu İle İyi Oluş Arasında Akademik Öz-Yeterlik Akademik Motivasyon Ve Akış Yaşantılarının Aracı Rolü. Doktora Tezi. Ondokuz Mayıs Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- ÇETİN M, DEMİR CG, İLHAN EL (2020). Bilim ve Sanat Merkezi Eğitim Programına Beden Eğitimi ve Spor Etkinliklerinin Dâhil Edilmesine Yönelik Ebeveyn Görüşleri. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, **25**:365-386.
- ÇİTİL M, ATAMAN A (2018). İlköğretim Çağındaki Üstün Yetenekli Öğrencilerin Davranışsal Özelliklerinin Eğitim Ortamlarına Yansıması ve Ortaya Çıkabilecek Sorunlar. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, **38**:185-231.
- ÇİTİL M, ÖZKUBAT U (2020). The Comparison of the Social Skills, Problem Behaviours and Academic Competence of Gifted Students and Their Non-gifted Peers. *International Journal of Progressive Education*, **16**:296-312. doi: 10.29329/ijpe.2020.280.18.

- CROSS JR, CROSS TL (2015). Clinical and Mental Health Issues in Counseling the Gifted Individual. *Journal of Counseling & Development*, **93**:163-172.
- DAĞLIOĞLU HE (2018). Özerklik Kuramı Bakış Açısından Üstün Yetenekli Çocuklarda Motivasyon. *Millî Eğitim*. Sayı 1.
- DABROWSKI K (1972). *Psychoneurosis Is Not An Illness*. Neuroses And Psychoneuroses From The Perspective Of Positive Disintegration. Gryf Publications Ltd.
- DEMİRÖREN D, YILMAZ BT (2022). Kısa süreli çözüm odaklı yaklaşıma dayalı ebeveyn öz-yeterliği geliştirme psiko-eğitim programının otizmli çocuğu olan annelerin ebeveyn öz-yeterliğine etkisi. *Journal of Sustainable Educational Studies (JSES)*, **1**: 62-69.
- DEPARTMENT OF HEALTH (2009). *Departmental Report The Health and Personal Social Services Programmes*. London: The Stationery Office.
- DİCLE NA (2019). Televizyon Bağımlısı İlkokul Öğrencilerinin Bağımlılık Düzeylerine Motivasyonel Görüşme Psiko Eğitim Programının Etkisi. *Millî Eğitim*. **48**:665-684.
- DOĞAN İA (2018). Alzheimer Hastaları Bakım Veren İyi Oluş Psikoeğitim Programının Bakım Verenlerin Tükenmişlik Sendromu Üzerine Etkisi. Yüksek Lisans Tezi. Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- DURAN S, BARLAS GÜ (2016). Effectiveness of psychoeducation intervention on subjective well being and self compassion of individuals with mental disabilities. **4**:181-188.
- DURMUŞOĞLU MV, YAMAK B (2022). Beden Eğitimi Öğretmenleri ile Diğer Branş Öğretmenlerinin İletişim Becerileri ve Öz yeterliliklerinin İncelenmesi. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, **13**:353-363.
- DÜNYA SAĞLIK ÖRGÜTÜ (DSÖ) (2019). Annual report. Cairo: WHO Regional Office for the Eastern Mediterranean. Licence: CC BYNC-SA 3.0 IGO.
- DÜNYA SAĞLIK ÖRGÜTÜ (DSÖ) (2010). Global Recommendations On Physical Activity For Health. WHO Press.
- DÜNDAR S, ÖZUTKU H, TAŞPINAR F (2007). İçsel ve Dışsal Motivasyon Araçlarının İşgörenlerin Motivasyonu Üzerindeki Etkisi: Ampirik Bir İnceleme. *Gazi Üniversitesi Ticaret ve Turizm Eğitim Fakültesi Dergisi*, **2**:105-119.
- EKİNCİ N, HAMARTA E (2020). Azim eğitim programının azim ve motivasyonel kararlılık düzeylerine etkisinin incelenmesi. *OPUS– Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, **16**:962-996. DOI: 10.26466/opus.691887.
- ELFİEL H (2019) A Proposed Enrichment Program for Developing Future Work Skills and its Effect on Entrepreneurial Self-Efficacy among a Sample of Gifted Students in the Faculty of Specific Education, Alexandria University. *International Journal of Learning Management Systems*, **1**:29-49.
- ELLIOTT C, MALLARD JF, KELLY J, KING W, MCGRATH B, PIKE T, ROSE V, TUCK T, TIBBO E, WHALEN S, NOSTRAND T (2013). *Handbook for Teachers*:

Gifted and Talented Students. Newfoundland and Labrador Department of Education.

- ELMAS L, YÜCEANT M, ÜNLÜ H, BAHADIR Z (2021). Üniversite Öğrencilerinin Fiziksel Aktivite Düzeyleri ile Psikolojik İyi Oluş Durumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *SPORTIVE*, **4**:1-17.
- EREN F, ÖMERELLİ ÇA, AVCIL S, BAYKARA B (2018). Üstün Yetenekli Çocuklarda ve Ailelerinde Duygusal ve Davranışsal Özellikler. *Arch Neuropsychiatry* ,**55**:105-112. <https://doi.org/10.5152/npa.2017.12731>
- EROL Ö, ÜNSAR S, YACAN L (2022). Diabetes mellituslu bireylerin fiziksel aktivite davranışları ve iyilik hallerinin belirlenmesi. *Turk J Diab Obes*,**1**:49-58.
- EYÜBOĞLU E (2012). Spor yapan ve yapmayan 12-14 yaş arası ergenlerin öz yeterlik düzeylerinin karşılaştırılması. Haliç Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Yüksek lisans tezi.
- FARRIS JW, TAYLOR L, WILLIAMSON M, ROBINSON C (2011). A 12-week Interdisciplinary Intervention Program for Children who are Obese. *Cardiopulmonary Physical Therapy Journal*, **22**:12–20.
- FORD DM (2011). An Action Research Inquiry into the Relationship Among Aerobic Activities, Memory, and Stress with Students Identified as Gifted. Media Education, University of Missouri. Doctor of Philosophy in Education.
- FORNIA GL, FRAME MW (2001). The social and emotional needs of gifted children: Implications for family counseling. *Family Journal: Counseling and The rapy for Couples and Families*, **9**:384-390.
- GARN CA, JOLLY JL (2014). High Ability Students' Voice on Learning Motivation. *Journal of Advanced Academics*. **25**:7 –24.
- GAGNE' F (2013). The DMGT: Changes within, beneath, and beyond. *Talent Development & Excellence*,**5**:5–19.
- GOTTFRIED AE, GOTTFRIED AW (2004). Toward the development of a coceptualization of gifted motivation. *Gifted Child Quarterly*, **48**:121-132.
- GOTTFRIED AE, GOTTFRIED AW (2009). *Development of gifted motivation from childhood through young adulthood: Longitudinal research and implications for gifted assessment and education*. In L. Shavinina (Ed.), *International handbook of giftedness and talent* (pp. 617–631). New York, NY: Springer Science.
- GÖKÇE E, ÖZTUNA D, ERTAN AH (2011). Harter'ın "sınıf ortamında içsel motivasyona karşı dışsal motivasyon ölçeğinin" Türkiye'deki ilköğretim okullarına adaptasyonu. *Eurasian Journal of Educational Research (EJER)*, **42**:79-94.
- GÜÇRAY SS, ÇEKİCİ F, ÇOLAKKADIOĞLU O (2009). Psiko-eğitim Gruplarının Yapılandırılması ve Genel İlkeleri. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, **5**: 134-153.
- GÜNDÜZ N, TAŞPINAR T (2017). Determination of what Game Means from Children's Point of View. *Occup Med Health Aff* **5**:258. doi: 10.4172/2329-6879.1000258.

- GÜRSEL F, KORUÇ Z (2007). Hedef Belirlenen Engelli olan ve Olmayan Öğrencilerde Antrenman Performans ve Duygusal Durumlar Üzerine Etkisi . *Spor Bilimleri Dergisi*, **15**:137–154.
- HAMMOURİ KA (2020). The Range of the physical Education Importance Perception from the Views of Gifted and Normal Students Views. *Journal for the Education of Gifted Young Scientists*, **8**:451-463.
- HUANG C (2013). Gender differences in academic self-efficacy: A meta-analysis. *European Journal of Psychology of Education*, **28**:1–35. doi:10.1007/s10212-011-0097-y.
- IROM M, ZAREI A, TOJARI F (2016). The relationship self-efficacy and some of demographic characteristics with leisure time physical activities of Iranian workers. *Turkish Journal of Sport and Exercise* **18**:116-121.
- İBİCİOĞLU H, ÖZDAŞLI K, YILMAZ T (2014). Muhasebe Meslek Mensuplarının İçsel Ve Dışsal Motivasyon Düzeylerinin Tespitine Yönelik Bir Araştırma. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* , **5** :93-105.
- JENKİNS D (2010). *Highly Able Students in Physical Education*: The learning experiences of a group of highly able PE students at the end of compulsory schooling.
- KAÇMAZ N, DEMİRTAŞ V (2020). Özel Yetenekli Çocuklarda Öz-Düzenlemeli Öğrenme, Öz-Yeterlik Ve Mükemmeliyetçilik. *Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, **22**:389 - 404. 10.26468/trakyasobed.664763.
- KAHRAMAN S, TANRIKULU T (2019). The effectiveness of a psychoeducational program on parents' communication with their gifted children. *Turkish Journal of Giftedness and Education*, **9**:32-46.
- KALKULOĞLU A (2022). Pandemi Ve Deprem Sürecini Yaşayan Okul Öncesi Çocuklarının Sosyal - Duygusal İyi Oluş Ve Psikolojik Sağlamlıklarının İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Hasan Kalyoncu Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- KARACA A (2008). Yetişkin Bireylerde Orta Ve Yüksek Şiddetli Fiziksel Aktivitenin Cinsiyete Göre İncelenmesi. *Spor Bilimleri Dergisi*, **19**:54-62.
- KARACA A, ÇAĞLAR E, DELİCEOĞLU G, BİLGİLİ N (2016). Physical Activity With Regard To Socio-Demographic Variables And Decisional Balance Perceptions For Exercise Among University Students. *Journal of Physical Education and Sport*, **16**:932 – 939.
- KARATAŞ Z, TAGAY Ö (2021). Exploring the Effects of Social Skills Psycho-Education Program Developed for Gifted Middle School Students on Students' Social Skills. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, **11**:177 - 198.
- KARASAR N (2020). *Bilimsel Araştırma Yöntemi - Kavramlar İlkeler Teknikler*. Nobel Akademik Yayıncılık. Ankara.
- KAYANTAŞ İ, ÖZDEMİR M, BUYRUKOĞLU E (2022). Fiziksel Aktivite Düzeyinin Cinsiyet Özelliği Açısından İncelenmesi (Bir Meta Analiz Çalışması). *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi* ,**5**:1.

- KENNEDY K, FARLEY J (2018). Counseling Gifted Students: School-Based Considerations and Strategies. *International Electronic Journal of Elementary Education*. January , **10**:3.
- KILIÇKIRAN H, KORKMAZ Ö (2021). The Effect Of Collaborative Project Activities On Self-Efficacy And Attitudes Towards Research And Inquiry Of Gifted Students. *International Online Journal of Primary Education*, **10**:415 - 431.
- KORKMAZ O, ILHAN T, BARDAKÇI S (2017). An Investigation Of Self-Efficacy, Locus Of Control, And Academic Procrastination As Predictors Of Academic Achievement In Students Diagnosed As Gifted And Non-Gifted. *European Journal of Education Studies*. **4**:173-192.
- KUNDU A (2022). A Discourse on Cultivating Socio-emotional Well-being of Students and Teachers in School. *Education@ETMA* ,**01**:02.
- KUSAN O (2017). 13-15 Yaş Obez Erkek Çocukların (12 Hafta) Fiziksel Aktivite Sonrası Beden İmajı Algısı Ve Psikolojik İyi Oluş Düzeylerinin İncelenmesi. Dumlupınar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Doktora Tezi.
- LÉNİZ-MATURANA L, VILASECA R, LEIVA D (2022). Maternal self-efficacy and emotional well-being in Chilean adolescent mothers: the relationship with their children's social-emotional development. *PeerJ* , **10**:1-62.
- LEE SY, OLSZEWSKI-KUBILIUS P, THOMSON DT (2012). Academically Gifted Students' Perceived Interpersonal Competence and Peer Relationships. *Gifted Child Quarterly* **56**:90–104.
- LINDT S, RUTHERFORD E, WAGNER H (2021). Social and emotional needs of gifted elementary students: understanding the development of self-concept identification. *Journal of Gifted Education and Creativity*, **8**:1-10.
- LUTOSTANSKI S (2018). *Sports that work for gifted children*. National Association for Gifted Children.
- MAKAMA JA, BISJI JS, UMAR J, OGBOLE AJ, BANJE YM, TAKYUM C, GIDEON ML, RAYMOND P (2019). The effectiveness of psychoeducation on psychological wellbeing of adolescents in Jos South. *LGA of Plateau State*. **10**:197–201.
- MANDIRALI S (2019). Farkındalık Temelli Yaratıcı Drama Programının Sporcuların Psikolojik Dayanıklılık, Özgüven Ve Stresle Başa Çıkma Stratejileri Üzerine Etkisi- Genç Basketbolcular Örneği. Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Yüksek Lisans Tezi.
- MARGARET MB, CLARKE AM, DOWLING K (2017) Promoting social and emotional well-being in schools. *Health Education*, **117**:434-451, <https://doi.org/10.1108/HE-11-2016-0057>.
- MCAULEY E, ELAVSKY SW, MOTL R, KONOPACK JF, HU L, MARQUEZ DX (2005). Physical Activity, Self-Efficacy, And Self-Esteem: Longitudinal Relationships In Older Adults. *Journal Of Gerontology: Psychological Sciences*.

- MCCRUDDEN M T, PERKİNS P G., PUTNEY LG (2005). Self-Efficacy And Interest In The Use Of Reading Strategies. *Journal Of Research In Childhood Education*, **20**:119-131.
- MEB (2013). *Özel Yetenekli Bireyler Strateji ve Uygulama Planı 2013 - 2017*. Ankara: MEB yayınları.
- MEB (2018a). *Özel Yetenekli Öğrencim Var*. Ankara: MEB yayınları.
- MEB (2018b). *Ortaokullar için Beden Eğitimi ve Spor Dersi Öğretim Programı*. Ankara: MEB yayınları.
- MEB (2022a). *Bilim ve Sanat Merkezleri Yönergesi*. Ankara:2747 sayılı Tebliğler Dergisi.
- MEB (2022b). *Özel Eğitim Hizmetleri Yönetmeliği*. Ankara: Milli Eğitim Bakanlığı.
- MİLLER EM (2009). The Effect of Training in Gifted Education on Elementary Classroom Teachers' TheoryBased Reasoning About the Concept of Giftedness. *Journal for the Education of the Gifted*, **33**: 65–105.
- MEMMERT D (2006). Self-Controlled Practice of Decision-Making Skills. *Perceptual and Motor Skills*, **103**: 879-882.
- MCDONALD FV (2014). Developing an Integrated Conceptual Framework of Pro-Environmental Behavior in the Workplace through Synthesis of the Current Literature. *Administrative Science*, **4**: 276–303. doi:10.3390/admsci4030276.
- MORRİS LR, SCHULZ L (1989). *Creative play activities for children with disabilities: a resource book for teachers and parents*. US: Champaign, IL 61825-5076.
- MURİS P (2001). A brief questionnaire for measuring self-efficacy in youths. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, **23**:145–149.
- NACAROĞLU O, GÜNEY H (2021). Özel Yetenekli Öğrencilerin Fen Deneylerine Yönelik Öz yeterliklerinin Planlama, Uygulama ve Değerlendirme Bağlamında İncelenmesi. *Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, **19**: 125 - 140. 10.18026/cbayarsos.631199.
- NAYIR F (2017). The Relationship between Student Motivation and Class Engagement Levels . *Eurasian Journal of Educational Research* , **17**: 59-78.
- NEİHART M, REİS SM, ROBİNSON NM, MOON S (2002). *The social and emotional development of gifted children: what do we know?* Waco, TX: PrufrockPress.
- OĞURLU Ü (2010). Üstün zekâlı ve yeteneklilerde sosyal uyum ve arkadaşlık ilişkileri: Literatür taraması. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, **3**: 90-99.
- OĞURLU Ü (2016). Üstün yetenekli çocuğa sahip ailelere yönelik eğitim programının ailelerin ebeveyn öz-yeterliliklerine ve farkındalıklarına etkisi. *Milli Eğitim Dergisi*, **45**: 144-159.
- OĞURLU Ü, YAMAN Y (2013). Guidance needs of gifted and talented children's parents. *Turkish Journal of Giftedness and Education*, **3**: 81-94.
- ÖKSÜZLER O, SÜREKÇİ D (2010). İlköğretimde Başarıyı Etkileyen Faktörler: Bir Sıralı Lojit Yaklaşımı. *Finans Politik & Ekonomik Yorumlar*, **47**:93-103.

- ÖZBEY S (2019). Okul öncesi çocuklar için sosyal duygusal iyi oluş ve psikolojik sağlamlık ölçeğinin (PERİK) geçerlik güvenirlik çalışması. *OPUS-Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, **10**:756-786. DOI: 10.26466/opus.51806.
- ÖZBEY S, ERATA F, YAVUZ K. (2022). Okul öncesi dönem çocuklarında iyi oluş ve psikolojik sağlamlık: değer davranışlarının ve öz düzenlenme becerilerinin yordayıcı etkisi. *Değerler Eğitimi Dergisi*, **20**:351-383. <https://doi.org/10.34234/ded.1113471>.
- ÖZCAN B, KONTAŞ H, ÜNİŞEN A (2021). Sources Of Mathematics Self-Efficacy Of Gifted And Non-Gifted Students In High School. *Research in Pedagogy*, **11**:85-97.
- ÖZDEMİR CB (2019). Lise Öğrencilerinin Fiziksel Aktivite Ve Öznel İyi Oluş Düzeylerinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Trabzon Üniversitesi. Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- ÖZTÜRK F, ŞAHİN SK (2007). Spor Yapan ve Yapmayan 9–13 Yaş Grubu Bireylerin Sosyal Yetkinlik Beklentisi Puanlarının Karşılaştırılması. *İlköğretim Online*, **6**:469–479.
- ÖZTÜRK H (2021). Ortaokul Öğrencilerinin Fiziksel Aktiviteye Yönelik Tutumları. *Avrasya Spor Bilimleri Araştırmaları*, **6**: 56-63. DOI: 10.29228/ERISS.5.
- PAPADOPOULOS D (2020). Effects of a social-emotional learning-based program on self-esteem and selfperception of gifted kindergarten students: A pilot study. *Journal for the Education of Gifted Young Scientists*, **8**: 1275-1290. DOI: <http://dx.doi.org/10.17478/jegys.779438>.
- PEHLİVAN H (2011). Bilişsel Davranışçı Yaklaşım Temelli Psikoeğitim Programının Kadın Danışma Merkezine Başvuran Annelerin İyi Oluş Düzeyi, Evlilik Doyumu, Problem Çözme Ve İletişim Becerilerine Etkisi. Doktora Tezi. Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Rehberlik Ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı.
- PFEİFFER SI, VALLER E, BURKO J, YARNELL J, BRANAGAN A, SMİTH S M, SAINTİL M (2016). Focusing on strengths of the heart in understanding success and psychological well-being of high-ability students. *Austin Child & Adolescent Psychiatry*, **1**:1002-1003.
- PHİLLİPS N, LİNDSEY G (2006) Motivation in gifted students, *High Ability Studies*, **17**:57-73, DOI: 10.1080/13598130600947119.
- PLUCKER JA, CALLAHAN MC (2014). Research on Giftedness and Gifted Education: Status of the Field and Considerations for the Future. *Exceptional Children*, **80**: 390–406.
- RENZULLİ JS (1999). What is this thing called giftedness, and how do we develop it? A twenty-five year perspective. *Journal for the Education of the Gifted*, **23**: 3-54.
- RİNN NA (2006). Effects of a Summer Program on the Social Self-Concepts of Gifted Adolescents. *The Journal of Secondary Gifted Education*.
- RUSH E (2012). *Motivation of Academically Gifted Students*. Booklet.
- SAK U (2020). *Üstün Yeteneklilerin Eğitiminde Modeller ve Stratejiler*. Pegem Yayıncılık. Ankara.

- SAK U, AYAS MB, SEZEREL BB, ÖPENGİN E, ÖZDEMİR N N, GÜRBÜZ SD (2015). Gifted and Talented Education in Turkey: Critics and Prospects/Türkiye'de Üstün Yeteneklilerin Eğitiminin Eleştirel Bir Değerlendirmesi. *Türk Üstün Zekâ ve Eğitim Dergisi*, **5**: 110.
- SANDIKÇI MB (2017). Sportif Rekreasyon Etkinliklerine Katılımın Fiziksel Aktivite Düzeyi Ve Genel Öz Yeterlilik İnancı İle İlişkisinin İncelenmesi Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Doktora Tezi. Elazığ.
- SARAÇOĞLU S, YILDIRIM K, BEKTAŞ O (2019). Üstün Yetenekli Öğrenciler İle Normal Gelişim Gösteren Öğrencilerin Fen Öz-Yeterliliklerinin Sınıf Düzeyine Göre İncelenmesi. *Manas Journal of Social Studies*, **8**:1625-1640. 10.33206/mjss.498886.
- SARANLI GA, METİN N (2012). Social-emotional problems observed in gifted children *Ankara University, Journal of Faculty of Educational Sciences*, **45**:139-163.
- SARICAOĞLU H, ARSLAN C (2019). Bilinçli Öz-Anlayış Programının Üniversite Öğrencilerinin Öz-Anlayışına Etkisi. *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi*, **8**: 2381-2399.
- SARIKAYA HE (2021). Okul Öncesi Öğretmenleri İletişim Becerileri Psikoeğitim Programının Öğretmenlerin İletişim Becerileri İle 5 Yaş Çocuklarının Sosyal-Duygusal Uyum Düzeyleri Ve Prososyal Davranışları Üzerindeki Etkisi. Doktora Tezi. Pamukkale Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- SARITAŞ MT, OLPAK T (2022). Examining the Relationship Between Gifted Students' Self-Efficacy Perceptions of Information Technology and Their Motivation Towards E-Learning Environments. *European Journal of Education and Pedagogy*. DOI: <http://dx.doi.org/10.24018/ejedu.2022.3.5.449>.
- SATMAN CM (2018). Fiziksel Aktivite: Bilinenin Çok Ötesi. *Spormetre*, **16**:158-178. DOI: 10.1501.
- SERT EZ, TEMEL AB (2014). İlköğretim Öğrencileri İçin Fiziksel Aktivite Soru Formunun Türk Toplumuna Uyarlanması: Geçerlilik Ve Güvenilirlik Çalışması. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Elektronik Dergisi*.
- SELİGMAN MEP, CSİKSZENTMIHALYI M (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, **55**:5–14. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.5>.
- SEVGİLİ KOÇAK S, KAN A (2021).Üstün yetenekli çocukların sosyal duygusal gelişimlerine yönelik geliştirilen psiko-eğitim programının etkisi. *OPUS–Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, **18**:8054-8091. DOI: 10.26466/opus.931746.
- SEVGİLİ KOÇAK, S (2020). Ustun yetenekli çocukların sosyal duygusal gelişimlerine yönelik geliştirilen psiko-egitim programının etkisi. Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi, Ankara. Ulusal Tez Merkezi.
- SEWARD KK (2017). Using Gifted Student Perceptions of Motivational Techniques to Inform Teacher Reflection. *Open Access Dissertations*, 1632.

- SIEGLE D, MCCOACH DB (2005). Making difference: motivating gifted students who are not achieving. *Teaching Exceptional Children*, **38**: 7-22.
- SOLOW R (1995). Parents' reasoning about the social and emotional development of their intellectually gifted children. *Roeper Rev.* **18**: 142-146.
- SPEİGH T, BAPTİSTA S, LEE C, SHER L, SKİNNER TC, BROWN A (2022) The Social and Emotional Well-being of Indigenous Peoples Living With Diabetes: A Systematic Review Protocol. *Front. Clin. Diabetes Healthc.* 3:902395. doi: 10.3389/fcdhc.2022.902395.
- ŞAHİN MM (2022). Üniversite Öğrencilerinin Fiziksel Aktivite ve Duygu Durumlarının İncelenmesi. *Uluslararası Spor, Egzersiz ve Antrenman bilimi Dergisi - USEABD*, **8**:13-23. DOI: 10.18826/useabd.1093887.
- ŞAHİN Y, KAYA E (2021). Türkiye ve Portekiz Kadın Futbol Liglerinde Mücadele Eden Sporcuların İçsel ve Dışsal Motivasyon Tutumlarının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi . *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi* , **4**:145-154 . DOI: 10.38021/asbid.907722.
- T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI (2014). *Türkiye Fiziksel Aktivite Rehberi*. Kuban Matbaacılık Yayıncılık. Ankara.
- TANHAN F (2013). Ölüm Eğitiminin Üniversite Öğrencilerinde Ölüm Kaygısı Ve Psikolojik İyi Olmaya Etkisi. *YYÜ Eğitim Fakültesi Dergisi*, **10**: 184-200.
- TBMM (2012). Türkiye Büyük Millet Meclisi üstün yetenekli çocukların keşfi, eğitimleriyle ilgili sorunların tespiti ve ülkemizin gelişimine katkı sağlayacak etkin istihdamlarının sağlanması amacıyla kurulan Meclis araştırması komisyonu raporu [Comission report on gifted education]. Yasama Dönemi: 24, Yasama Yılı: 3. Ankara.
- TELEF B, KARACA R (2013). Ergenlerin Öz-Yeterliklerinin ve Psikolojik Semptomlarının İncelenmesi. *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* , **8** :499-518 .
- TOPÇU S, LEANA-TAŞÇILAR MZ (2016). Üstün Zekâlı Öğrencilerde Motivasyon Ve Benlik Saygısı Düzeylerinin Cinsiyet Ve Sınıf Düzeyine Göre İncelenmesi. *Adıyaman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*. Issn: 1308-9196.
- TOPKAYA N, KÖKSAL Z, BAYRAM Z (2022). Ergenlerde İyi Oluşun Yordanmasında Bilişsel Esneklik ve Öz Şefkatin Rolü. *Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi*, **13**: 646-662.
- URAL A, ÇINAR FN (2013). Anne ve Babanın Eğitim Düzeyinin Öğrencinin Matematik Başarısına Etkisi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Dergisi* ,**3**: 41-56.
- ÜMMET D, YALIN SH (2020). Üniversite Öğrencilerinde Psikolojik İyi Oluşu Artırmaya Yönelik Bir Psiko-Eğitim Programının Etkililiğinin Sınanması . *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*, **24**: 575-587.

- VARDARLI G (2005). *İlköğretim II. Kademe Öğrencilerinin Genel Öz yeterlik Düzeylerinin Yordanması*. Yüksek Lisans Tezi. Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. İzmir, Türkiye.
- WANG K, Lİ Y, ZHANG T, LUO J (2022). The Relationship among College Students' Physical Exercise, Self-Efficacy, Emotional Intelligence, and Subjective Well-Being. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, **19**: 11596. <https://doi.org/10.3390/ijerph191811596>.
- WATSON A, TİMPEİRİO A, BROWN H, BEST K, HESKETH KD (2017). Effect of classroom-based physical activity interventions on academic and physical activity outcomes: a systematic review and meta-analysis. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, **14**:114. DOI 10.1186/s12966-017-0569-9.
- WRİGH-T-SCOTT KA (2018). The Social-Emotional Well-Being Of The Gifted Child And Perceptions Of Parent And Teacher Social Support. Doctor Of Philosophy. Faculty Of Education Queensland University Of Technology.
- YADAV S, KAR SK (2011). Models of Psychoeducation: an Indian Perspective. *Indian Journal of Applied Research*, **4**: 422–423.
- YARAR F, ASLAN TELCİ E, ŞEKERÖZ S (2021). Üniversite öğrencilerinde fiziksel aktivite düzeyinin akademik öz-yeterlik, anksiyete ve stres üzerine etkisinin incelenmesi. *Pam Tıp Dergisi*, **14**:548-554.
- YILDIRIM Ö, ÇELİKKOL AK (2019). Bilim Ve Sanat Merkezlerine Devam Eden Öğrencilerin Psikolojik Sağlamlık, Öz-Yeterlik Ve Sosyal Destek Düzeylerinin İncelenmesi. VI. Ulusal Üstün Yeteneklilerin Eğitimi Kongresi. Kongre Bildiri Kitabı.
- YILDIZ FN (2019). Ergenlerde Öz-Yeterlik, Motivasyon, Azim Ve Psikolojik Dayanıklılığın İyi oluş ile İlişkisi: Bir Model Sınaması. Yüksek Lisans Tezi. Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- YILMAZ A, GÜVEN Ö (2015). Üstün Yetenekli Öğrencilerin Beden Eğitimi Dersi ve Beden Eğitimi Öğretmeni Kavramlarına Yönelik Algılarının Çizme Yazma Tekniği ile İncelenmesi. *Eğitimde Nitel Araştırmalar Dergisi – ENAD*, **3**: 3.
- YILDIRIM K, SARAÇOĞLU S (2019). Normal Gelişim Gösteren ve Üstün Yetenekli Ortaokul Öğrencilerinin Fen Bilimleri Öz yeterlikleri ve Öz yeterliklerine Cinsiyetin Etkisi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, **27**: 1291 - 1302. 10.24106/kefdergi.3061.
- ZİMMERMAN BJ, MARTİNEZ-PONS M (1990). Student differences in self-regulated learning: Relating grade, sex, and giftedness to self-efficacy and strategy use. *Journal of Educational Psychology*, **82**:51–59. doi:10.1037/0022-0663.82.1.51.

EKLER

Ek-1. Kişisel Bilgi Formu

Sevgili öğrenciler;

Bu çalışmanın amacı Fiziksel Aktivite Destekli Psiko Eğitim Programının Özel Yetenekli Öğrencilerin Öz yeterlik, Motivasyon ve Sosyal Duygusal İyi Oluş Düzeylerine etkisinin incelenmesidir.

Form 5 bölümden oluşmaktadır. Her bölümün anlayarak ve içten doldurulması gerekmektedir. Vereceğiniz cevaplar araştırma dışında kullanılmayacaktır. Çalışmaya katılımlarınızdan dolayı teşekkür ederim.

Seyit KARABURÇAK

Psikolojik Danışman ve Rehber Öğretmen

Cinsiyet	Kadın () Erkek ()
Sınıf düzeyi	5 () 6 () 7 ()
BİLSEM'deki alanınız	Genel Zihinsel Yetenek () Müzik () Resim ()
Anne eğitim durumu	İlkokul Mezunu () Ortaokul Mezunu () Lise Mezunu () Üniversite Mezunu () Yüksek lisans/doktora () Diğer () Yazınız.....
Baba eğitim durumu	İlkokul Mezunu () Ortaokul Mezunu () Lise Mezunu () Üniversite Mezunu () Yüksek lisans/doktora () Diğer () Yazınız.....
Anne meslek	
Baba meslek	
Ailenin aylık ortalama geliri	

Ek-2. Çocuklar Duygusal ve Psikolojik İyi Oluş Ölçeği Örnek Maddeler

Aşağıda son zamanlardaki duygu ve düşüncelerinize yönelik bazı ifadeler yer almaktadır. Lütfen aşağıdaki ifadeleri okuduktan sonra kendinizi değerlendirip sizin için en uygun seçeneğin karşısına çarpı (X) işareti koyunuz.		Asla	Çok az	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
1	Yaşamımda iyi şeyler olacağını düşünüyorum.					
5	Çok sayıda insan bana ilgi gösterir.					
9	Günlük yaşamımdaki her şeyden hoşlanıyorum.					
12	Kendimi rahatlamış hissediyorum.					

Ek-3. İç- Dış Motivasyon Ölçeği Örnek Maddeler

		Bana göre doğru değil  Bana göre çok doğru				
No	Madde	1	2	3	4	5
	Zor işleri severim, çünkü mücadele etmeyi gerektirir.					
	İnsanı düşündüren, zaman ve emek harcamayı gerektiren konuları severim.					
	Yeni bilgiler öğrenmek için ödevlerimi istekle yaparım.					
	Genellikle ödevlerimi kimseden yardım almadan yapmayı severim.					
	Ödevlerimi, öğretmen istediği için yaparım.					
	Benden problemleri çözmem istendiği için onları çözerim.					

Ek-4. Çocuklar İçin Öz-yeterlik Ölçeği Örnek Maddeler

No	Madde	Hiç	Biraz	Oldukça iyi	İyi	Çok iyi
1.	Sınıf arkadaşlarınız sizinle aynı görüşte olmadığı zaman kendi görüşlerinizi ne kadar iyi ifade edebilirsiniz?					
5.	Çevrenizdeki diğer çocuklarla arkadaşlık kurmada ne kadar iyisiniz?					
9.	Her gün ev ödevlerinizi tamamlama konusunda ne kadar başarılısınız?					
13.	Çevrenizdeki diğer çocuklara sizin hoşlanmadığınız bir şeyi yaptıklarını ne kadar iyi anlatabilirsiniz?					
18.	Diğer çocuklarla arkadaşlığınızı sürdürebilme konusunda ne kadar başarılısınız?					

Ek-5. Fiziksel Aktivite Anketi Örnek Maddeler

Haftanın son yedi gününde yaptığınız fiziksel aktivite düzeyinizi belirlemek istiyoruz. Bu aktiviteler; sizi terleten, bacaklarınızı yoran dans, spor ya da sık nefes almanızı sağlayan ip atlama, koşma, tırmanma, yakalamaca gibi oyunlardır.

- Bu bir sınav değildir.
- Hiçbir soru için doğru ya da yanlış cevap yoktur. Lütfen son bir hafta içinde fiziksel aktivite olarak neler yaptıysanız düşünün ve tüm soruları cevaplayın.

1. Son yedi gün içinde aşağıda belirtilen aktivitelerden herhangi birini yaptın mı? Eğer cevabın evet ise kaç kere yaptın? (Her aktiviteyi ayrı ayrı okuyarak ilgili durumu işaretler misin?).

	Hiç yapmadı m	1-2 kere	3-4 kere	5-6 kere	7 kere ve üstü
Sek sek gibi sıçrama oyunları oynamak/İp atlamak					
Dans etmek					
Diğer sporlar, oyunlar ya da aktiviteler					

1. Son bir hafta içinde **öğle yemeği saatinde** yemek yemenin yanı sıra ne yaptın?

Oturdum, konuştum, kitap okudum, ev ödevimi yaptım.	
Ayakta durdum, bahçede dolaştım	
Çok az koştum, çok az oynadım	
Oldukça fazla koştum, oldukça fazla oynadım	
Çok koştum, tüm öğle saati boyunca aralıksız oynadım	

7. Geçen **hafta sonu** spor, dans ya da oyun oynama gibi faaliyetleri kaç kere yaptın?

Geçen hafta sonu spor, dans ya da oyun gibi faaliyetleri hiç yapmadım	
Geçen hafta sonu dans ya da oyun gibi faaliyetleri bir iki kere yaptım	
Geçen hafta sonu dans ya da oyun gibi faaliyetleri üç veya dört kere yaptım	
Geçen hafta sonu dans ya da oyun gibi faaliyetleri beş veya altı kere yaptım	
Geçen hafta sonu dans ya da oyun gibi faaliyetleri yedi ve daha fazla yaptım	

Ek-6. Öğrenci Onam Formu

Sevgili Öğrenci;

Katılacağınız bu çalışma, “Fiziksel Aktivite Destekli Psiko Eğitim Programının Özel Yetenekli Öğrencilerin Öz yeterlik, Motivasyon ve Sosyal Duygusal İyi Oluş Düzeylerine Etkisinin İncelenmesi” adıyla, 2021-2022 yılları içerisinde yapılacak bir araştırma uygulamasıdır.

Araştırmanın Hedefi: 10 Haftalık Fiziksel aktivite destekli psiko eğitim programının özel yeteneklilerin Öz yeterlik, Motivasyon ve Sosyal Duygusal İyi Oluş Düzeylerine etkisinin incelenmesi.

Araştırma Uygulaması:Anket ve uygulama şeklindedir.

Araştırma T.C. Milli Eğitim Bakanlığı’nın ve okul yönetiminin de izni ile gerçekleşmektedir. Araştırma uygulamasına katılım tamamıyla gönüllülük esasına dayalı olmaktadır. Çocuğunuz çalışmaya katılıp katılmamakta özgürdür. Araştırma çocuğunuz için herhangi bir istenmeyen etki ya da risk taşımamaktadır. Katılım **tamamen sizin isteğinize bağlıdır**, reddedebilir ya da herhangi bir aşamasında ayrılabilirsiniz. Araştırmaya katılmamama veya araştırmadan ayrılma durumunda öğrencilerin akademik başarıları, okul ve öğretmenleriyle olan ilişkileri etkilemeyecektir.

Çalışmada kimlik belirleyici hiçbir bilgi istenmemektedir. Cevaplar tamamıyla gizli tutulacak ve sadece araştırmacılar tarafından değerlendirilecektir.

Uygulamalar, genel olarak kişisel rahatsızlık verecek sorular ve durumlar içermemektedir. Ancak, katılım sırasında sorulardan ya da herhangi başka bir nedenden öğrenci kendisini rahatsız hissederse cevaplama işini yarıda bırakıp çıkmakta özgürdür. Bu durumda rahatsızlığın giderilmesi için gereken yardım sağlanacaktır. Öğrenci çalışmaya katıldıktan sonra istediği an vazgeçebilir. Böyle bir durumda veri toplama aracını uygulayan kişiye, çalışmayı tamamlamayacağını söylemesi yeterli olacaktır. Anket çalışmasına katılmamak ya da katıldıktan sonra vazgeçmek öğrenciye hiçbir sorumluluk getirmeyecektir.

Onay vermeden önce sormak istediğiniz herhangi bir konu varsa sormaktan çekinmeyiniz. Çalışma bittikten sonra bizlere telefon veya e-posta ile ulaşarak soru sorabilir, sonuçlar hakkında bilgi isteyebilirsiniz.Saygılarımızla,

Araştırmacı :Seyit KARABURÇAK

İletişim Bilgileri :

Tel :

..... grubu numaralı öğrencisiim. Yukarıda açıklanan araştırmaya katılmayı istiyorum..

...../...../.....

İmza:

Öğrenci Adı-Soyadı:

Telefon Numarası:

Ek-7. Veli Onam Formu

Sayın Veli;

Çocuğunuzun katılacağı bu çalışma, “Fiziksel Aktivite Destekli Psiko Eğitim Programının Özel Yetenekli Öğrencilerin Öz yeterlik, Motivasyon ve Sosyal Duygusal İyi Oluş Düzeylerine Etkisinin İncelenmesi” adıyla, 2021-2022 yılları içerisinde yapılacak bir araştırma uygulamasıdır.

Araştırmanın Hedefi: 10 Oturumluk Fiziksel aktivite destekli psiko eğitim programının özel yeteneklilerin Öz yeterlik, Motivasyon ve Sosyal Duygusal İyi Oluş Düzeylerine etkisinin incelenmesi.

Araştırma Uygulaması:Anket ve uygulama/ Görüşme / Gözlem şeklindedir.

Araştırma T.C. Milli Eğitim Bakanlığı’nın ve okul yönetiminin de izni ile gerçekleştirilmektedir. Araştırma uygulamasına katılım tamamıyla gönüllülük esasına dayalı olmaktadır. Çocuğunuz çalışmaya katılıp katılmamakta özgürdür. Araştırma çocuğunuz için herhangi bir istenmeyen etki ya da risk taşımamaktadır. Çocuğunuzun katılımı **tamamen sizin isteğinize bağlıdır**, reddedebilir ya da herhangi bir aşamasında ayrılabilirsiniz. Araştırmaya katılmama veya araştırmadan ayrılma durumunda öğrencilerin akademik başarıları, okul ve öğretmenleriyle olan ilişkileri etkilemeyecektir.

Çalışmada öğrencilerden kimlik belirleyici hiçbir bilgi istenmemektedir. Cevaplar tamamıyla gizli tutulacak ve sadece araştırmacılar tarafından değerlendirilecektir.

Uygulamalar, genel olarak kişisel rahatsızlık verecek sorular ve durumlar içermemektedir. Ancak, katılım sırasında sorulardan ya da herhangi başka bir nedenden çocuğunuz kendisini rahatsız hissederse cevaplama işini yarıda bırakıp çıkmakta özgürdür. Bu durumda rahatsızlığın giderilmesi için gereken yardım sağlanacaktır. Çocuğunuz çalışmaya katıldıktan sonra istediği an vazgeçebilir. Böyle bir durumda veri toplama aracını uygulayan kişiye, çalışmayı tamamlamayacağını söylemesi yeterli olacaktır. Anket çalışmasına katılmamak ya da katıldıktan sonra vazgeçmek çocuğunuza hiçbir sorumluluk getirmeyecektir.

Onay vermeden önce sormak istediğiniz herhangi bir konu varsa sormaktan çekinmeyiniz. Çalışma bittikten sonra bizlere telefon veya e-posta ile ulaşarak soru sorabilir, sonuçlar hakkında bilgi isteyebilirsiniz.Saygılarımızla,

Araştırmacı :Seyit KARABURÇAK

İletişim bilgileri :

Velisi bulunduğum sınıf öğrencisi

.....’in yukarıda açıklanan araştırmaya katılmasına izin veriyorum. (Lütfen formu imzaladıktan sonra çocuğunuzla okula geri gönderiniz).*

...../...../.....

İsim-Soyisim İmza:

Veli Adı-Soyadı :

Ek-8. Araştırma İzin Onayı



T.C.
KIRŞEHİR VALİLİĞİ
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

Sayı : E-24512418-605.01-35310258
Konu : Seyit KARABURÇAK'ın
Araştırma izni

22.10.2021

ANKARA ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜNE
(Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü)

İlgi : 07.10.2021 tarih ve E-23757613-302.08.01-270226 sayılı yazımız.

Üniversiteniz Sağlık Bilimleri Enstitüsü Spor Bilimleri Anabilim Dalı doktora öğrencisi Seyit KARABURÇAK'ın "Fiziksel Aktivite Destekli Psiko Eğitim Programının Özel Yetenekli Öğrencilerin Öz Yeterlik, Motivasyon ve Sosyal Duygusal İyi Oluş Düzeylerine Etkisinin İncelenmesi" konulu araştırmayı Merkez Yusuf Demir Bilim ve Sanat Merkezi öğrencilerine, pandemi tedbirleri kapsamında yüz yüze eğitim öğretimdeki değişiklikler göz önüne alınarak ilgili denetimi okul/kurum idaresinde olmak üzere, kurum faaliyetlerini aksatmadan, gönüllülük esasına göre araştırmacının sorumluluğunda uygulanması ile ilgili Valilik Makamının 22.10.2021 tarih ve 35283453 sayılı onayı ekte gönderilmiştir.

Bilgilerinizi ve gereğini arz ederim.

Metin ALPASLAN
İl Millî Eğitim Müdür V.

Eki: Onay Örneği

Ek-9. Etik Kurul Başvurusu



T.C
ANKARA ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Etik Kurulu Başkanlığı

Sayı : 56786525-050.04.04 / 279628
Konu : Etik Kurul Kararı Hakkında

13.10.2021

Sayın Seyit KARABURÇAK
Sağlık Bilimleri Enstitüsü

İlgi: 28/06/2021 tarihli başvurunuz.

"Fiziksel Aktivite Destekli Psiko Eğitim Programının Özel Yetenekli Öğrencilerin Öz yeterlik, Motivasyon ve Sosyal Duygusal İyi Oluş Düzeylerine Etkisinin İncelenmesi" başlıklı teziniz ile ilgili olarak Ankara Üniversitesi Etik Kurulunun 11/10/2021 tarihli toplantısında alınan 15/172 sayılı kararın bir örneği ilişikte gönderilmektedir.
Bilgilerinizi saygılarımla rica ederim.

Prof. Dr. Ercan BAYAZITLI
Rektör a.
Rektör Yardımcısı

EKLER:
Karar Örneği (1 sayfa)

Ek-10. Etik Kurul Kararı

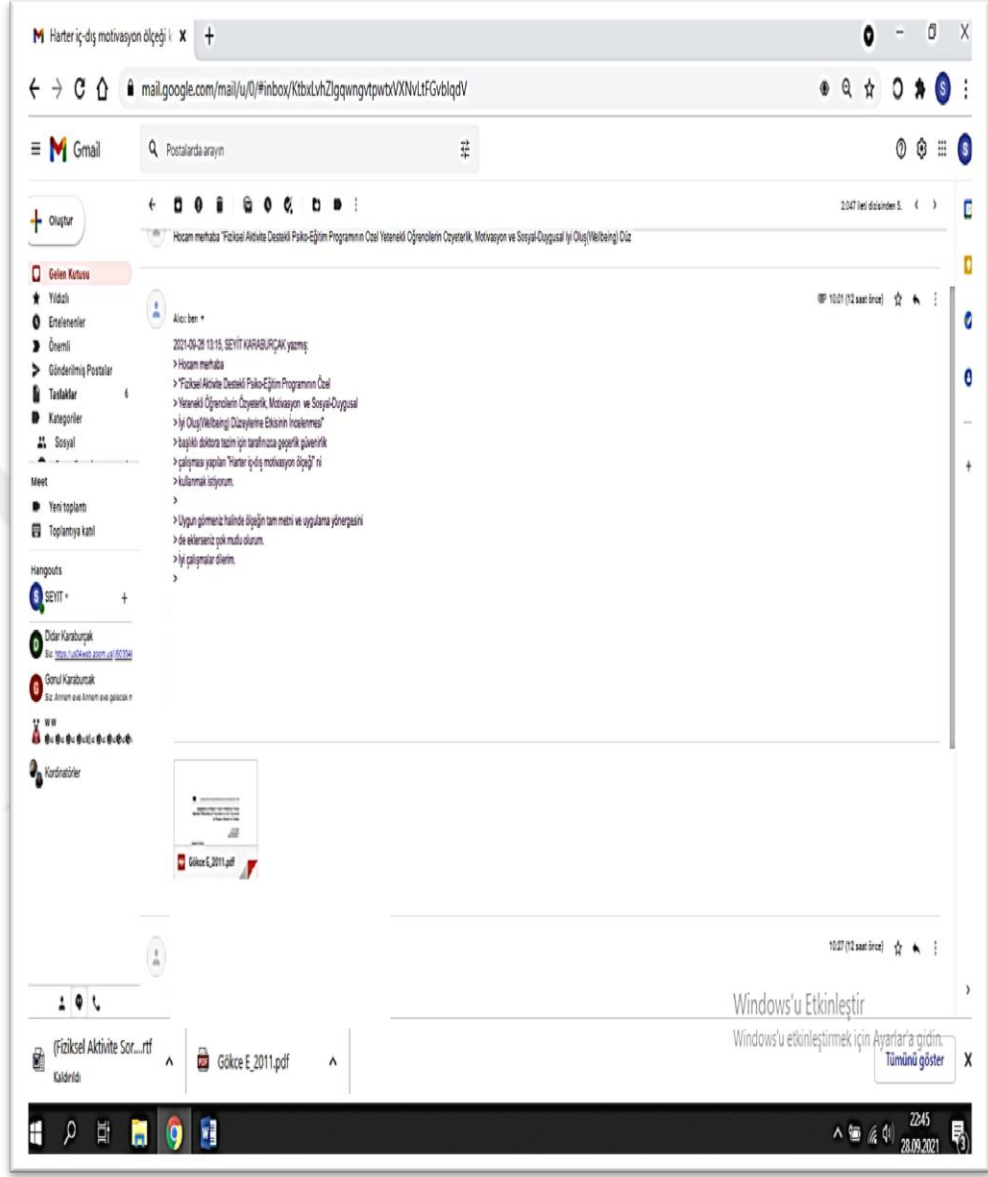
ANKARA ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ALT ETİK KURULU
KARAR ÖRNEĞİ

Karar Tarihi : 11/10/2021
Toplantı Sayısı : 15
Karar Sayısı : 172

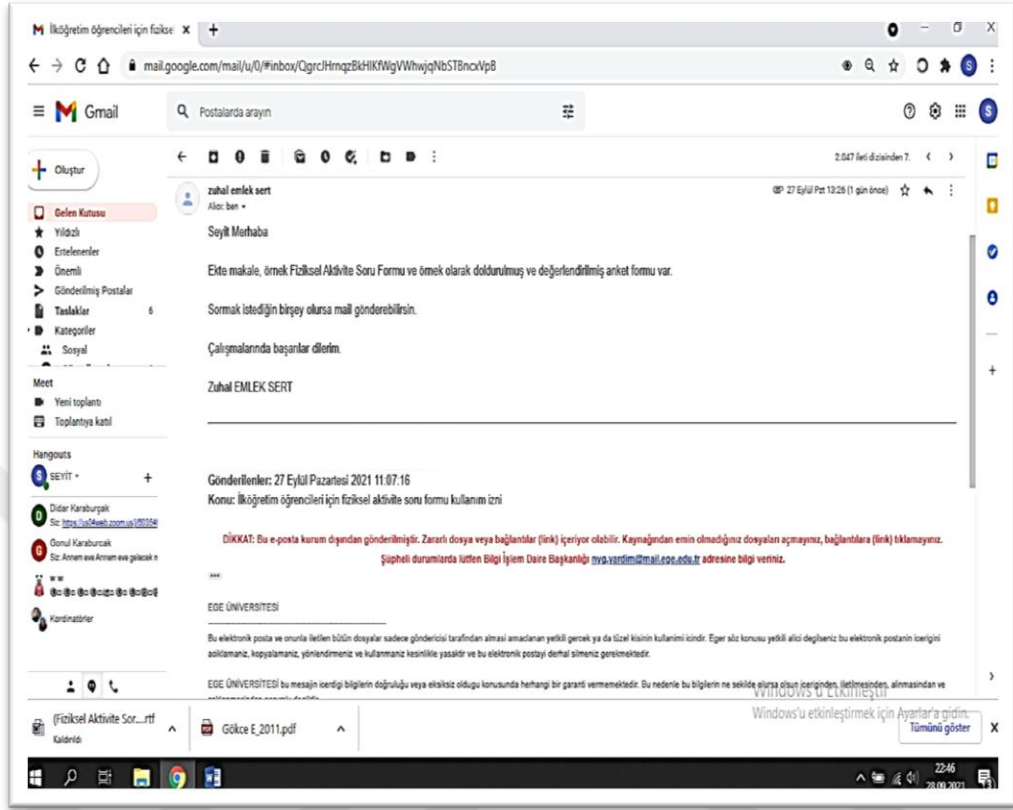
172-Üniversitemiz Spor Bilimleri Fakültesi Öğretim üyesi Doç. Dr. Nevlin Gündüz'ün danışmanlığını yaptığı doktora öğrencisi Sayıt Karaburçak'ın "Fiziksel Aktivite Destekli Psiko Eğitim Programının Özel Yetenekli Öğrencilerin Öz yeterlik, Motivasyon ve Sosyal Duygusal İyi Oluş Düzeylerine Etkisinin İncelenmesi" başlıklı tezi ile ilgili 28/06/2021 tarihli "İnsan Üzerinde Yapılan Klinik Dışı Araştırmalar Başvuru Formu" Etik Kurulumuzca incelenmiştir.

Yapılan görüşmeler ve incelemeler sonucunda, Doç. Dr. Nevlin Gündüz'ün danışmanlığını yaptığı doktora öğrencisi Sayıt Karaburçak'ın "Fiziksel Aktivite Destekli Psiko Eğitim Programının Özel Yetenekli Öğrencilerin Öz yeterlik, Motivasyon ve Sosyal Duygusal İyi Oluş Düzeylerine Etkisinin İncelenmesi" başlıklı tezi ile ilgili COVID-19 salgını nedeniyle, çalışma takviminiz de dâhil araştırmanızda oluşabilecek tüm değişikliklerin Etik Kurulumuza yazılı olarak bildirilmesi, araştırma protokolüne uyulması ve etik onay tarihinden itibaren geçerli olması koşuluyla uygulanmasının etik açıdan uygun olduğuna oybirliği ile karar verildi.

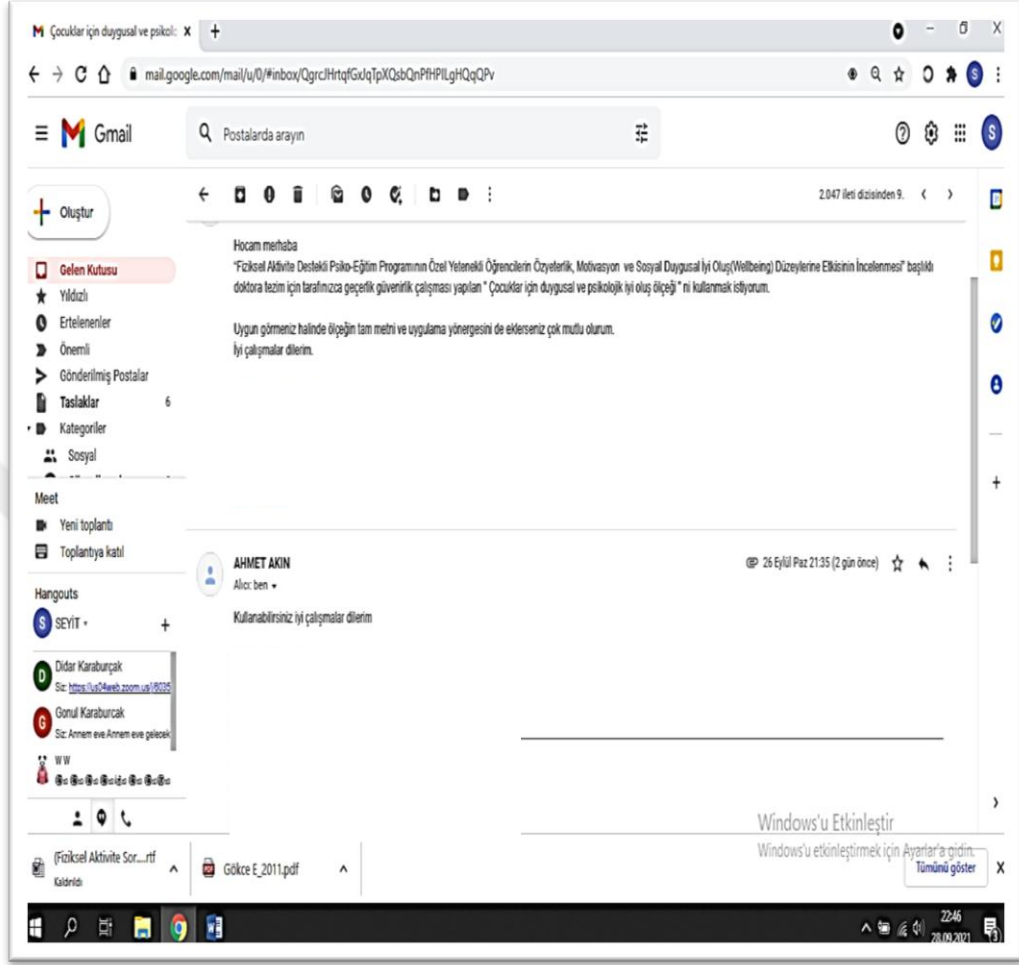
Ek-11. Sosyal Duygusal İyi oluş Ölçeği Kullanım İzni



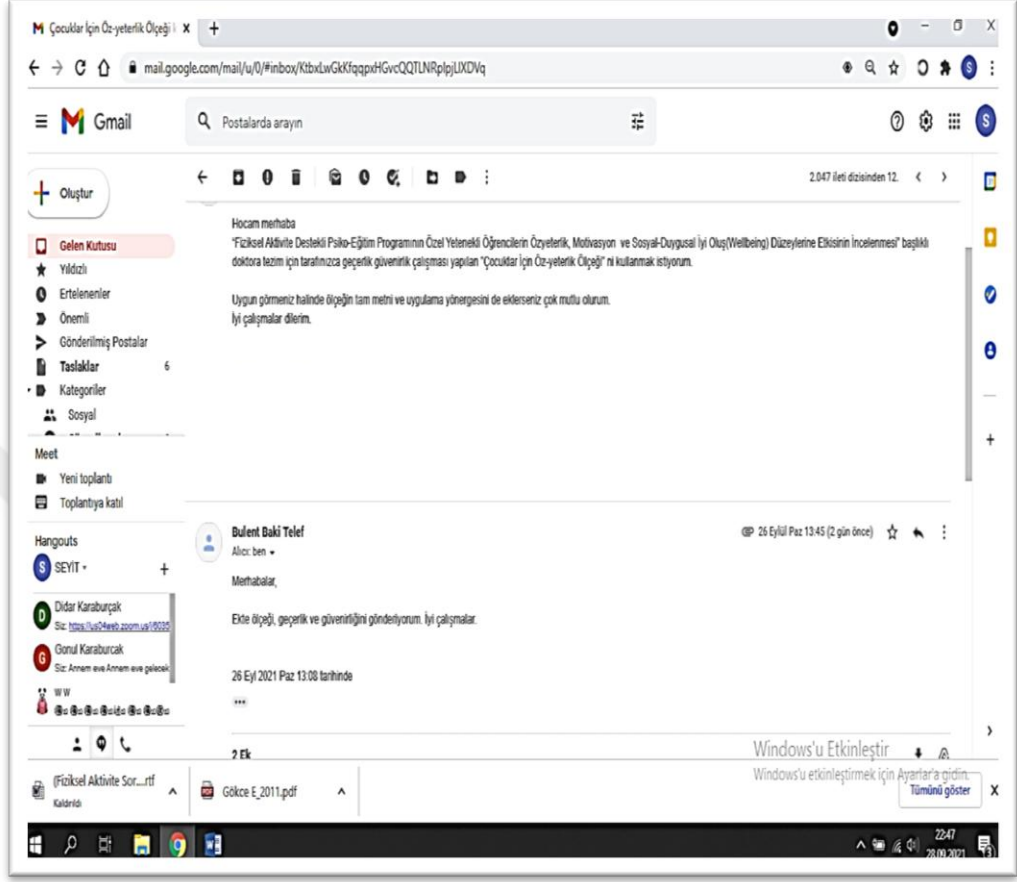
Ek-12. Fiziksel Aktivite Formu Kullanım İzni



Ek-13. Çocuklar için Duygusal ve Psikolojik İyi Oluş Ölçeği Kullanım İzni



Ek-14. Çocuklar için Öz yeterlik Ölçeği Kullanım İzni



Ek-15. Fiziksel Aktivite Destekli Psiko Eğitim Programı FİZPEP

Oturumlar	İçerik
1. Oturum	➤ Programın genel tanıtımının yapılması ➤ Beklentilerin paylaşılması ➤ Ön testlerin uygulanması
2. Oturum	➤ Rehberlik etkinliği ✓ Öz-yeterlilik etkinliği ➤ Fiziksel Aktivite etkinliği ✓ Isınma ve soğuma hareketleri ✓ Hız-dikkat temelli oyunlar istasyonu ✓ Aerobik aktivite etkinlikleri istasyonu ✓ Hedef etkinlikleri istasyonu ✓ Denge-koordinasyon etkinlikleri istasyonu
3. Oturum	➤ Rehberlik etkinliği ✓ Öz-yeterlilik etkinliği ➤ Fiziksel Aktivite etkinliği ✓ Isınma ve soğuma hareketleri ✓ Hız-dikkat temelli oyunlar istasyonu ✓ Aerobik aktivite etkinlikleri istasyonu ✓ Hedef etkinlikleri istasyonu ✓ Denge-koordinasyon etkinlikleri istasyonu
4. Oturum	➤ Rehberlik etkinliği ✓ İçsel motivasyon etkinliği ➤ Fiziksel Aktivite etkinliği ✓ Isınma ve soğuma hareketleri ✓ Hız-dikkat temelli oyunlar istasyonu ✓ Aerobik aktivite etkinlikleri istasyonu ✓ Hedef etkinlikleri istasyonu ✓ Denge-koordinasyon etkinlikleri istasyonu
5. Oturum	➤ Rehberlik etkinliği ✓ Dışsal motivasyon etkinliği ➤ Fiziksel Aktivite etkinliği ✓ Isınma ve soğuma hareketleri ✓ Hız-dikkat temelli oyunlar istasyonu ✓ Aerobik aktivite etkinlikleri istasyonu ✓ Hedef etkinlikleri istasyonu ✓ Denge-koordinasyon etkinlikleri istasyonu
6. Oturum	➤ Rehberlik etkinliği ✓ Sosyal İyi oluş etkinliği

-
- | | |
|------------|--|
| | <ul style="list-style-type: none">➤ Fiziksel Aktivite etkinliği<ul style="list-style-type: none">✓ Isınma ve soğuma hareketleri✓ Hız-dikkat temelli oyunlar istasyonu✓ Aerobik aktivite etkinlikleri istasyonu✓ Hedef etkinlikleri istasyonu✓ Denge-koordinasyon etkinlikleri istasyonu |
| 7. Oturum | <ul style="list-style-type: none">➤ Rehberlik etkinliği<ul style="list-style-type: none">✓ Sosyal İyi oluş etkinliği➤ Fiziksel Aktivite etkinliği<ul style="list-style-type: none">✓ Isınma ve soğuma hareketleri✓ Hız-dikkat temelli oyunlar istasyonu✓ Aerobik aktivite etkinlikleri istasyonu✓ Hedef etkinlikleri istasyonu✓ Denge-koordinasyon etkinlikleri istasyonu |
| 8. Oturum | <ul style="list-style-type: none">➤ Rehberlik etkinliği<ul style="list-style-type: none">✓ Duygusal İyi oluş etkinliği➤ Fiziksel Aktivite etkinliği<ul style="list-style-type: none">✓ Isınma ve soğuma hareketleri✓ Hız-dikkat temelli oyunlar istasyonu✓ Aerobik aktivite etkinlikleri istasyonu✓ Hedef etkinlikleri istasyonu✓ Denge-koordinasyon etkinlikleri istasyonu |
| 9. Oturum | <ul style="list-style-type: none">➤ Rehberlik etkinliği<ul style="list-style-type: none">✓ Duygusal İyi oluş etkinliği➤ Fiziksel Aktivite etkinliği<ul style="list-style-type: none">✓ Isınma ve soğuma hareketleri✓ Hız-dikkat temelli oyunlar istasyonu✓ Aerobik aktivite etkinlikleri istasyonu✓ Hedef etkinlikleri istasyonu✓ Denge-koordinasyon etkinlikleri istasyonu |
| 10. Oturum | <ul style="list-style-type: none">➤ Programın genel değerlendirmesinin yapılması➤ Son testlerin uygulanması➤ Görüşlerin paylaşılması |

FİZPEP BELİRTKE TABLOSU				
Özel Yetenekli Öğrenciler İçin Hazırlanan FİZPEP (Fiziksel Aktivite Destekli Psiko Eğitim Programının) Etkinliklerin Konu Alanları Ve Kazanımlara Göre Dağılımı				
OTURUM	ETKİNLİKLER	YETERLİK ALANI	KONU	KAZANIMLAR
1	- Programın genel tanıtımın yapılması - Beklentilerin paylaşılması - Ön testlerin uygulanması			
2	1.Özümü GörebİLSEM	Öz yeterlik	Öz yeterliliklerini bilme	- Yeterlik kavramını tanımlar. - Öz yeterlik kavramını tanımlar. - Kendi yeterliklerini söyler.
	2.Özümü GörebİLSEM	Öz yeterlik	Öz yeterliliklerini bilme	- Öz yeterliliğini eğlenceli oyunlarla destekler. - Kapasitesine olan inancını fark eder.
3	1.Özümü GörebİLSEM	Öz yeterlik	Öz yeterliliklerini uygulama	- Kapasitesini geliştirme yollarını ifade eder. - Kapasitesine olan inancını nasıl geliştireceğini fark eder.
	2.Özümü GörebİLSEM	Öz yeterlik	Öz yeterliliklerini uygulama	- Öz yeterliliğini eğlenceli oyunlarla destekler. - Kapasitesine olan inancının geliştiğini fark eder
4	1.Motive OlabilSEM	Motivasyon	Motivasyonu bilme	- Motivasyonu tanımlar. - İçsel motivasyonu tanımlar. - İçsel motivasyona etki eden faktörleri sayar.
	2.Motive OlabilSEM	Motivasyon	Motivasyonu bilme	- Motivasyonu eğlenceli oyunlarla destekler. - İş yapabilme isteğini geliştirme yollarını söyler.
5	1.Motive OlabilSEM	Motivasyon	Motivasyonun yaşamdaki etkisini bilme	- Dışsal motivasyonu tanımlar. - Dışsal motivasyona etki eden faktörleri sayar. - Motivasyonun yaşamdaki önemini fark eder.
	2.Motive OlabilSEM	Motivasyon	Motivasyonun yaşamdaki etkisini bilme	- Motivasyonu eğlenceli oyunlarla destekler. - İş yapabilme isteğini geliştirme yollarını söyler.
6	1.SosyalleşebilSEM	Sosyal İyi oluş	İyi oluşun önemini anlama	- İyi oluşu tanımlar. - Sosyal iyi oluşa etki eden faktörleri sayar. - Sosyal iyi oluşun yaşamdaki önemini fark eder.
	2.SosyalleşebilSEM	Sosyal İyi oluş	İyi oluşun önemini anlama	- Sosyal iyi oluşla ilgili eğlenceli aktivitelere katılır. - Pozitif sosyal davranış sergilemenin

				önemini fark eder.
7	1.SosyalleşeBİLSEM	Sosyal İyi oluş	Sosyal iyi oluşunun bireye katkısını anlama	- Sosyal iyi oluşla ilgili yaşamdan örnekler verir. - Bireysel olarak sosyal iyi oluşun önemini kavrar.
	2.SosyalleşeBİLSEM	Sosyal İyi oluş	Sosyal iyi oluşunun bireye katkısını anlama	- Sosyal iyi oluşla ilgili eğlenceli aktivitelere katılır. - Pozitif sosyal davranışın nasıl sergileneceğini fark eder.
8	1.DuygularımıBİLSEM	Duygusal İyi oluş	Duygusal İyi Oluşu Bilme	- Duygusal iyi oluşu tanımlar. - Duygusal iyi oluşa etki eden faktörleri sayar. - Duygusal iyi oluşun yaşamdaki önemini fark eder.
	2.DuygularımıBİLSEM	Duygusal İyi oluş	Duygusal İyi Oluşu Bilme	- Duygusal iyi oluşla ilgili eğlenceli aktivitelere katılır. - Pozitif duygusal davranışın nasıl sergileneceğini fark eder.
9	1.DuygularımıBİLSEM	Duygusal İyi oluş	Duygusal İyi Oluşu Bilme	- Duygusal iyi oluşla ilgili yaşamdan örnekler verir. - Duygusal iyi oluşun önemini fark eder.
	2.DuygularımıBİLSEM	Duygusal İyi oluş	Duygusal İyi Oluşu Bilme	- Duygusal iyi oluşla ilgili eğlenceli aktivitelere katılır. - Pozitif duygusal davranışın nasıl sergileneceğini fark eder.
10	- Programın genel değerlendirmesinin yapılması - Öğrencilerin görüşlerinin paylaşılması - Son testlerin uygulanması			

FİZPEP ÖRNEK OTURUMLAR

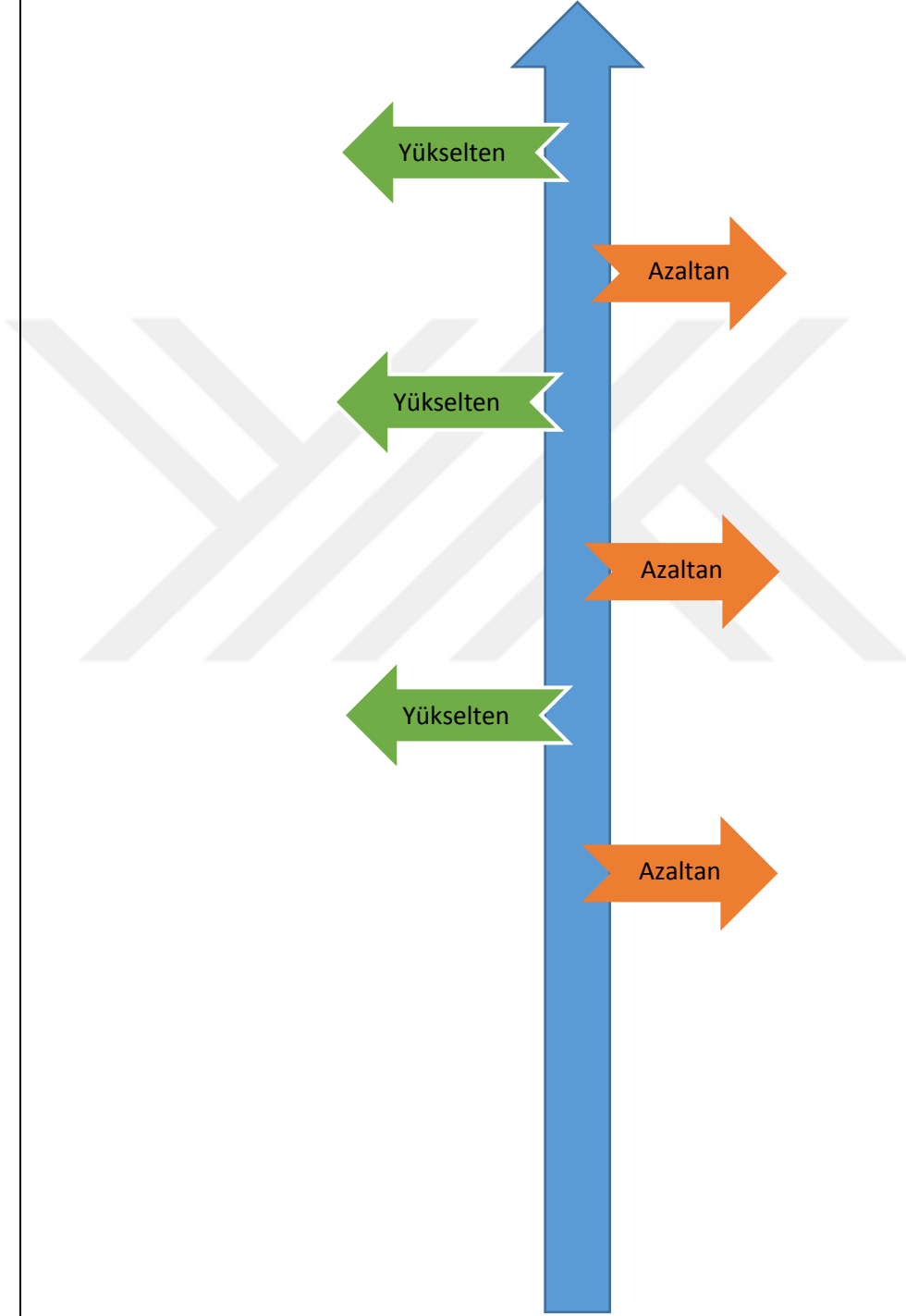
OTURUM	2/1 Rehberlik Etkinliği
ETKİNLİK ADI	Özümü GörebİLSEM
Konu	ÖZ YETERLİK
Yeterlik	Öz yeterliliklerini bilme
KAZANIMLAR	- Yeterlik kavramını bilir. - Öz yeterlik kavramını bilir. - Kendi yeterliklerini söyler.
ARAÇ GEREÇ	- Plastik top - Küçük şekerli şeker kutusu
SÜRE	30 dk.
AKIŞ	✓ Uygulayıcı aşağıdaki açıklamayı yapar. <i>“Merhaba sevgili öğrenciler; bu program Bilim ve Sanat Merkezleri’nde (BİLSEM) ÖYG (Özel Yetenekleri Geliştirme) programına devam eden ve 6. sınıfta öğrenim gören özel yetenekli öğrencilerin öz yeterlik, motivasyon, sosyal duygusal iyi oluşlarını desteklemek gelişimlerini desteklemek amacıyla hazırlanmıştır. Toplamda on oturumdan oluşan Fiziksel Aktivite Destekli Psiko Eğitim Programı (FİZPEP)’nın ikinci oturumuna hoş geldiniz.”</i> ✓ Uygulayıcı öğrencilerin daire olmasını ister ve aşağıdaki açıklamayı yapar. <i>“Sevgili öğrenciler şimdi elimdeki plastik topa bir tanışma etkinliği yapacağız. Topu attığım kişi önce adını sonra da yeterli olduğu olduğunu düşündüğü bir alanı/beceriye söyleyecek. Örneğin “adım Seyit , yeterli olduğum alan futbol oynamak, resim çizmek vb”. gibi.</i> ✓ Açıklamanın ardından tüm öğrenciler sırası geldikçe bu işlemi yapar. Tamamlanınca herkes yerine oturur. ✓ Uygulayıcı öğrencilere elindeki şeker kutusunu göstererek <i>“Sevgili öğrenciler şimdi de sizden elimde gördüğünüz şeker kutusundan en az bir adet olmak şartıyla istediğiniz sayıda şeker almanızı ve şeker kutusunu yanınızdaki arkadaşınıza vermenizi istiyorum. ”</i> ✓ Açıklamasının ardından öğrencilere şeker kutusunu verir ve tüm öğrenciler şekerlerini aldıktan sonra aşağıdaki soruyu sorar. <i>“Sevgili öğrenciler elinizdeki şeker/şekerleri kişisel kapasitesiniz olarak düşünün. Bu kapasite içinde hangi özellikleriniz var? Şimdi herkesten elindeki şeker sayısı kadar kendi kapasitende olduğunu düşündüğü özellikleri söylemesini istiyorum”</i> ✓ Sırasıyla öğrencilerden yanıtları alınıp geri dönütlerin verilmesinin ardından uygulayıcı öğrencilere; <i>“Sevgili öğrenciler yeterlilik, öz-yeterlilik kavramları sizlere neyi çağırıyor?”</i> Diye sorar. Yanıtları aldıktan ve tartışıldıktan sonra aşağıdaki açıklamayı yapar.

	“Öz-yeterlik, kişinin hedefleri gerçekleştirmesine ve gerçekleştirme kapasitesine olan inancıdır (Bandura, 1997). Kişinin akademik öz-yeterliği ise katılım ve katılım yeteneklerine ilişkin algısını ifade eder. Öz-yeterlik, bir kişinin belirli bir faaliyeti gerçekleştirebilme konusundaki öz yargısıdır. Öğrencinin “Yapabilirim” veya “Yapamam” inancıdır. Öz-yeterlik öğrencilerin motivasyon, düşünce kalıpları ve tepkiler, kontrol algısı ve akademik üretkenlik gibi alanlardaki davranışsal seçimlerini de etkilemektedir. Kişinin öz-yeterliliği, kişinin hedeflere, görevlere ve zorluklara nasıl yaklaştığı konusunda önemli bir rol oynayabilir. Yüksek öz-yeterliğe sahip kişiler, zor görevleri kaçınılması gereken bir şeyden ziyade daha çok ustalaşılması gereken bir şey olarak görme eğilimindedirler(Telef & Karaca, 2011).” ✓ Açıklamanın ardından uygulayıcı diğer açıklamayı yapar. “Sevgili öğrenciler tanışma etkinliğimizde ifade ettiğiniz özellikleriniz sizlerin kapasitesine oluştururken onlara olan yüksek ya da düşük inancınız öz yeterliliğinizi oluşturur. Bir konudaki yüksek öz-yeterliliğiniz sizi hedefe ulaştırmada oldukça önemlidir. Şimdi sizlere vereceğim Form 1 Öz-yeterlik merdiveni ne belirlediğiniz bir özelliğinizi yazmanızı ve hangi yıllarda/dönemlerde hangi faktörlerin/olayların/etkenlerin bu inancınızı yükselttiğini ya da düşürdüğünü yazmanızı istiyorum” ✓ Uygulayıcı Form 1 Öz-yeterlik merdiveni dağıtır ve aralarda dolaşarak öğrencileri formu doldurmaları için teşvik eder. Yazım işleminin bitmesinin ardından gönüllü öğrencilerden yanıtları alınır ve yanıtlar tartışılır. ✓ Uygulayıcı aşağıdaki açıklamayı yapar. “Sevgili öğrenciler yaşamınızın çeşitli dönemlerinde potansiyelini kullanmak için fırsatlar ya da kullanmayı engelleyen etmenler ortaya çıkabilir. Önemli olan yeterliklerinizin farkında olmak ve onları geliştirme konusundaki istekliliğinizdir.” ✓ Ardından 5 dk. Ara verilerek fiziksel aktivite bölümüne geçilir.		
OTURUM	2/2 Fiziksel Aktivite		
ETKİNLİK ADI	Özümlü GöreBİLSEM		
KAZANIMLAR	✓ Öz yeterliliğini eğlenceli oyunlarla destekler ✓ Kapasitesine olan inancını fark eder.		
ARAÇ GEREÇ	Balon, top , ip		
SÜRE	30 dk.		
AKIŞ	✓ Uygulayıcı grubu dörde böler. Belirtilen sürede bilgilendirme yapar. ✓ Uygulayıcı aşağıda aşamaları verilen fiziksel aktivite etkinliklerini yaptırır. ✓ Gruplar ısınma aktivitesi aşamasını ortak yaptıktan sonra istasyonlara bölünerek son olarak soğuma aşamasında bir araya gelir.		
	Aşama	Süre	İçerik
	➤ Süreç hakkında bilgilendirme	➤ 2 dk.	Öğrencilere istasyonlarda yapılacak faaliyetlerle ilgili

			bilgi verilir.
	➤ Isınma hareketleri	➤ 2 dk.	
	➤ 1. İstasyon- Step-Aerobik aktivite etkinlikleri istasyonu	➤ 6 dk.	
	➤ 2. İstasyon- Hız-dikkat istasyonu	➤ 6 dk.	
	➤ 3. İstasyon- Denge- koordinasyon istasyonu	➤ 6 dk.	
	➤ 4. İstasyon- Hedef etkinlikleri istasyonu	➤ 6 dk.	
	➤ Soğuma hareketleri	➤ 2 dk.	
DEĞERLENDİRME	✓ Oturumun sonunda öğrencilere Form 2 Gün sonu aklımdakiler verilerek doldurmaları istenir. ✓ Gönüllü öğrencilerin yanıtları alındıktan sonra diğer oturumda buluşmak üzere vedalaşılır.		

Form 1-Öz-yeterlik merdiveni

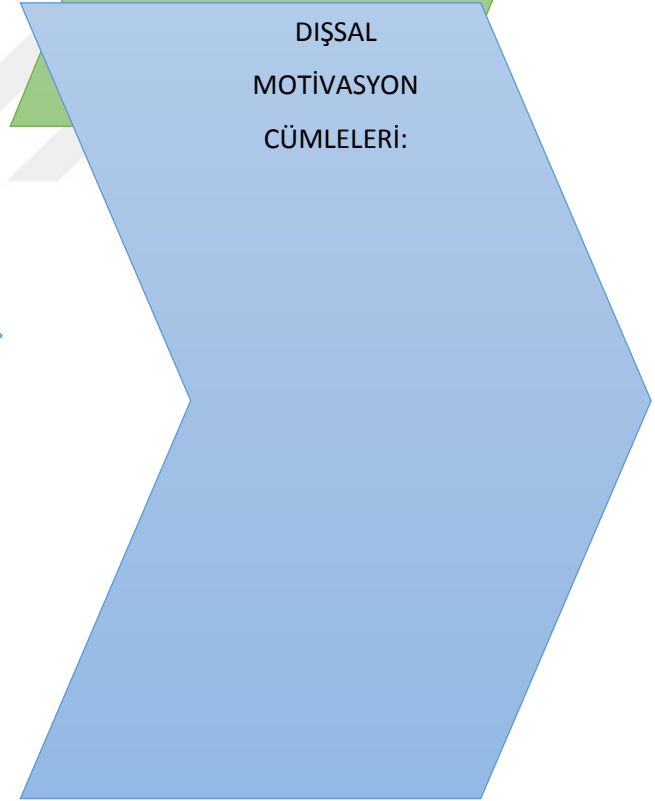
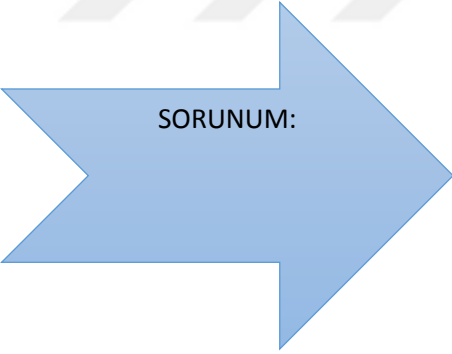
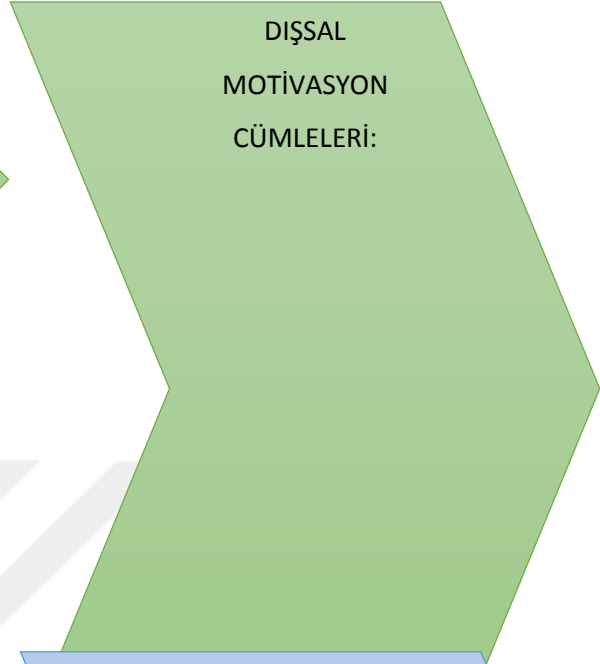
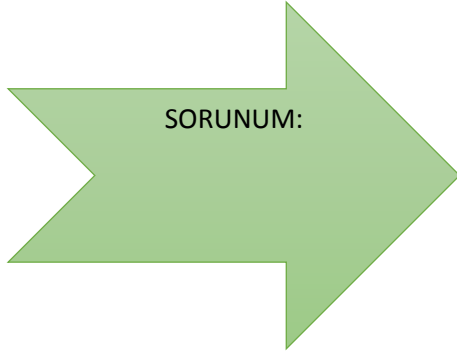
Özellığınız:



OTURUM	5/1 Rehberlik Etkinliği
ETKİNLİK ADI	Motive OlaBİLSEM
Konu	MOTİVASYON
Yeterlik	Motivasyonun yaşamdaki etkisini bilme
KAZANIMLAR	• Dışsal motivasyonu tanımlar. • Dışsal motivasyona etki eden faktörleri bilir. • Motivasyonun yaşamdaki önemini fark eder.
ARAÇ GEREÇ	✓ Form 1- Motivasyon Desteği
SÜRE	30 dk.
AKIŞ	✓ Uygulayıcı öğrencilere aşağıdaki açıklamayı yapar. <i>“Sevgili öğrenciler geçen hafta motivasyon konusuyla ilgili çeşitli bilgiler edindiniz. Bu hafta da yine motivasyon hakkında farklı etkinlikler yapacağız”</i> ✓ Uygulayıcı ısınma oyunu için öğrencileri ayağa davet eder ve açıklamayı yapar. <i>“Sevgili öğrenciler şimdi sizden daire olmanızı istiyorum. Sağumdaki öğrenciden başlayarak etkinliği başlatacağım. İlk olarak ben başlıyorum. MOTİVASYON kelimesini beden hareketlerim eşliğinde söyleyeceğim. 4 Dört heceden oluşan MOTİVASYON kelimesinin her hecesi için bir beden hareketi yapmalısınız. Sıra sırayla herkesin yapmasının ardından oyunumuz tamamlanacak.”</i> ✓ Oyunun tamamlanmasının ardından uygulayıcı öğrencileri ikiye bölerek gruplara ayırır. Ardından aşağıdaki açıklamayı yapar. <i>“Sevgili öğrenciler şimdi sizden eşleştirdiğiniz arkadaşınızla konuşmanızı ve belirlediğiniz bir sorunu Form 1- Motivasyon Desteği ne yazmanızı istiyorum. Önce gruptaki ilk kişi sorunun formun üstündeki ilk alana yazacak diğer öğrenci ise bu sorunun çözümüyle ilgili motivasyon cümlelerini yanındaki ilgili alana yazacak. Ardından aynı uygulamayı bu kez öğrenciler değişerek formun altındaki ikinci kısma yazacak.”</i> ✓ Uygulamanın tamamlanmasının ardından aşağıdaki sorular sorularak gönüllü öğrencilerden yanıtları alınır. ➤ Belirlediğiniz sorun neydi? ➤ Grup arkadaşınızın motivasyon cümleleri sorunun çözümü için sizce etkili mi?Neden? ➤ Diğer arkadaşlarınızın motivasyon cümleleri yararlı olur mu?Neden? ✓ Gönüllü öğrencilerin yanıtları alındıktan sonra açıklama yapılır. <i>“Sevgili öğrenciler bir işi yapma isteği olan motivasyonun kaynağı içsel ve dışsal olabilir. Kişinin ilgi alanlarına yeteneğine ve ihtiyaçlarına göre bu durumun düzeyi değişebilir. O halde kişinin kendi özelliklerini tanıması da motivasyonuna doğrudan etki etmektedir.”</i> ✓ Ardından 5 dk. Ara verilerek fiziksel aktivite bölümüne geçilir
OTURUM	5/2 Rehberlik Etkinliği
ETKİNLİK ADI	Motive OlaBİLSEM
KAZANIMLAR	✓ Motivasyonu eğlenceli oyunlarla destekler. ✓ İş yapabilme isteğinin yollarını fark eder.
ARAÇ GEREÇ	

SÜRE	30 dk.		
AKIŞ	✓ Uygulayıcı grubu dörde böler. Belirtilen sürede bilgilendirme yapar. ✓ Uygulayıcı aşağıda aşamaları verilen fiziksel aktivite etkinliklerini yaptırır. ✓ Gruplar ısınma aktivitesi aşamasını ortak yaptıktan sonra istasyonlara bölünerek son olarak soğuma aşamasında bir araya gelir.		
	Aşama	Süre	İçerik
	Süreç hakkında bilgilendirme	➤ 2 dk.	Öğrencilere istasyonlarda yapılacak faaliyetlerle ilgili bilgi verilir.
	➤ Isınma hareketleri	➤ 2 dk.	
	➤ 1. İstasyon- Step-Aerobik aktivite etkinlikleri istasyonu	➤ 6 dk.	
	➤ 2. İstasyon- Hız-dikkat istasyonu	➤ 6 dk.	
	➤ 3. İstasyon- Denge- koordinasyon istasyonu	➤ 6 dk.	
	➤ 4. İstasyon- Hedef etkinlikleri istasyonu	➤ 6 dk.	
		➤ Soğuma hareketleri	➤ 2 dk.
DEĞERLENDİRME	✓ Oturumun sonunda öğrencilere Form 2 Gün sonu aklımdakiler verilerek doldurmaları istenir. ✓ Gönüllü öğrencilerin yanıtları alındıktan sonra diğer oturumda buluşmak üzere vedalaşılır. ✓		

Form 1- Motivasyon Desteği



Form 2-Gün sonu aklımdakiler

OTURUM	9/1 Rehberlik Etkinliği
ETKİNLİK ADI	DuygularımıBİLSEM
Konu	Duygusal İyi Oluş
Yeterlik	Duygusal İyi Oluşu Bilme
KAZANIMLAR	- Duygusal iyi oluşla ilgili yaşamdan örnek verir. - Duygusal iyi oluşun önemini fark eder.
ARAÇ GEREÇ	✓ Form 1- Duygularım Uygulama Ekranı
SÜRE	30 dk.
AKIŞ	✓ Uygulayıcı öğrencilere aşağıdaki açıklamayı yapar. <i>“Sevgili öğrenciler geçen hafta duygusal iyi oluş konusuyla ilgili çeşitli bilgiler edindiniz. Bu hafta da sizlerle yine duygusal iyi oluş konusu hakkında farklı etkinlikler yapacağız.”</i> ✓ Uygulayıcı ısınma oyunu için öğrencileri ayağa davet eder ve açıklamayı yapar. <i>“Sevgili öğrenciler şimdi sizden ayağa kalmanızı istiyorum. Müzik başladığında salonda serbest gezeceksiniz. Müzik durduğunda en yakınınızdaki arkadaşınıza son bir hafta içinde karşılaştığınız bir sorun durumunu içeren olayı ve bu durum sonrasındaki yaşadığınız duygusal iyi oluşunuzla ilgili duygularınızı karşılıklı paylaşmanızı istiyorum. Bu şekilde üç tur tur yapacağız.”</i> ✓ Uygulamanın tamamlanmasının ardından aşağıdaki sorular yöneltilir. - Arkadaşınızın karşılaştığı durum ve gösterdiği olumlu duygu neydi? - Siz de yaşamınızda böyle olaylarla karşılaşıyorsanız duygu durumunuz nasıl oluyor? ✓ Uygulayıcı gönüllü öğrencilerin yanıtlarının ardından öğrencileri ikiye bölerek eşleştirir ve açıklamayı yapar. <i>“Sevgili öğrenciler şimdi ikiye bölerek her bir gruba Form 1: Duygularım Uygulama Ekranı nı vereceğim. Sizlerden duygusal iyi oluşu anlatan bir oyun tasarlamanız gerekseydi ve bu oyuna ait bir logo/kısayol imi oluşturmanız istenseydi neler yapardınız sorularına bu boş ekranda çizerek yanıt vermenizi istiyorum. Ardından oluşturduğunuz uygulamayla ilgili büyük grupta paylaşım yapmanızı isteyeceğim. ”</i> ✓ Uygulamanın tamamlanmasının ardından grupların paylaşımları alınır ve aşağıdaki sorular sorulur. - Bu uygulama neden önemliydi? - Diğer uygulamalardan farkları nelerdi? ✓ Yanıtların paylaşımının ardından uygulayıcı aşağıdaki açıklamayı yapar. <i>“Sevgili öğrenciler duygusal iyi oluş, bireylerin gelişebilen kapasiteleridir. Duyguları deneyimleme, düzenleme ve ifade etme; yakın, güvenli, kişiler arası ilişkiler kurma, çevreyi keşfetmeyi öğrenme bu bağlamda oldukça önem taşımaktadır.”</i> ✓ Ardından 5 dk. Ara verilerek fiziksel aktivite bölümüne geçilir
OTURUM	9/2 Rehberlik Etkinliği
ETKİNLİK ADI	DuygularımıBİLSEM
KAZANIMLAR	Duygusal iyi oluşla ilgili eğlenceli aktivite yapar.

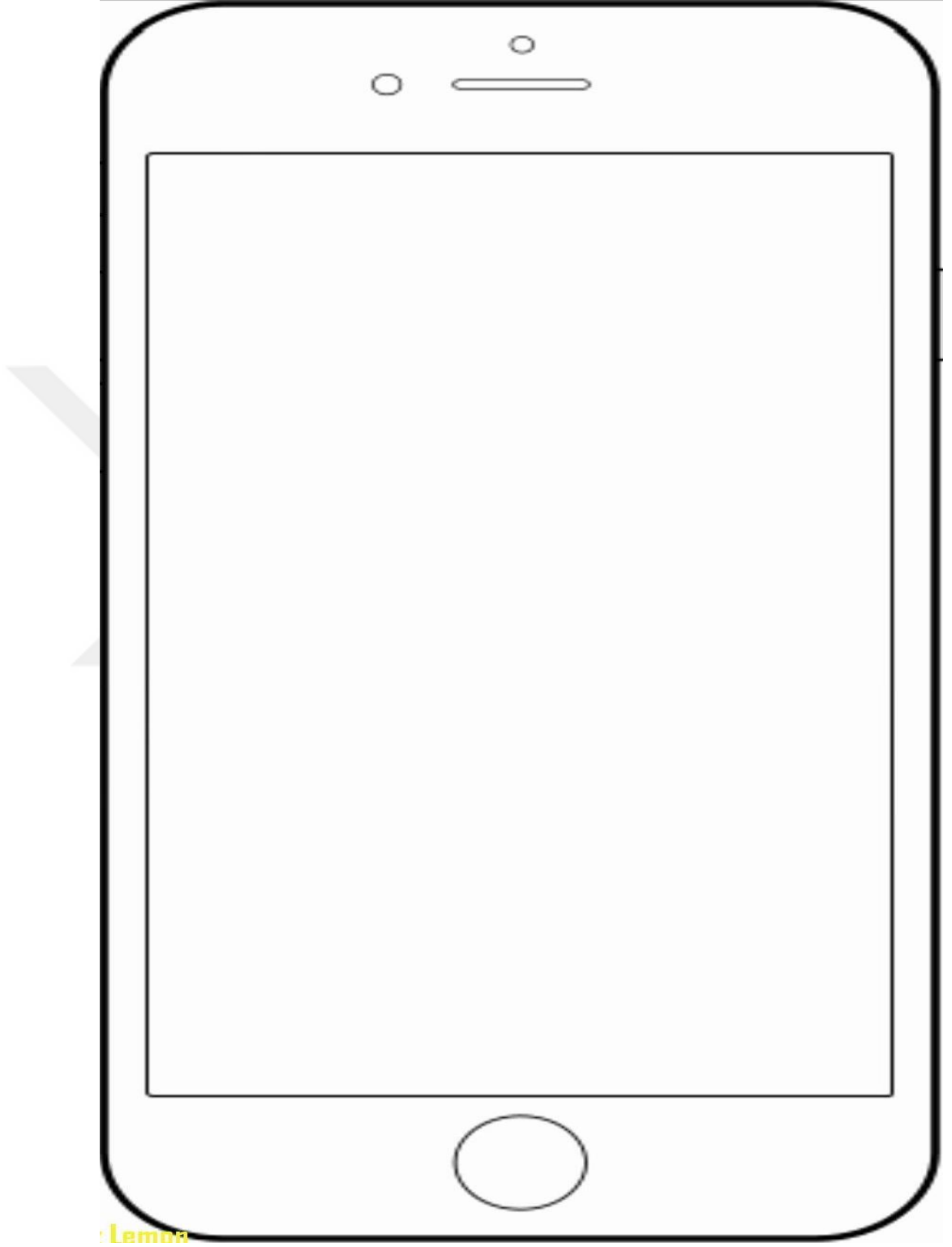
	• Pozitif duygusal davranışın nasıl sergileneceğini fark eder.		
ARAÇ GEREÇ			
SÜRE	30 dk.		
AKIŞ	✓ Uygulayıcı grubu dörde böler. Belirtilen sürede bilgilendirme yapar.		
	✓ Uygulayıcı aşağıda aşamaları verilen fiziksel aktivite etkinliklerini yaptırır.		
	✓ Gruplar ısınma aktivitesi aşamasını ortak yaptıktan sonra istasyonlara bölünerek son olarak soğuma aşamasında bir araya gelir.		
	Aşama	Süre	İçerik
	Süreç hakkında bilgilendirme	➤ 2 dk.	Öğrencilere istasyonlarda yapılacak faaliyetlerle ilgili bilgi verilir.
	➤ Isınma hareketleri	➤ 2 dk.	
	➤ 1. İstasyon-Step-Aerobik aktivite etkinlikleri istasyonu	➤ 6 dk.	
	➤ 2. İstasyon-Hız-dikkat istasyonu	➤ 6 dk.	
	➤ 3. İstasyon- Denge-koordinasyon istasyonu	➤ 6 dk.	
	➤ 4. İstasyon-Hedef etkinlikleri istasyonu	➤ 6 dk.	
	➤ Soğuma hareketleri	➤ 2 dk.	
	DEĞERLENDİRME		
✓ Oturumun sonunda öğrencilere Form 2 Gün sonu aklımdakiler verilerek doldurmaları istenir.			
✓ Gönüllü öğrencilerin yanıtları alındıktan sonra diğer oturumda buluşmak üzere vedalaşılır.			

Form 2-Gün sonu aklımdakiler

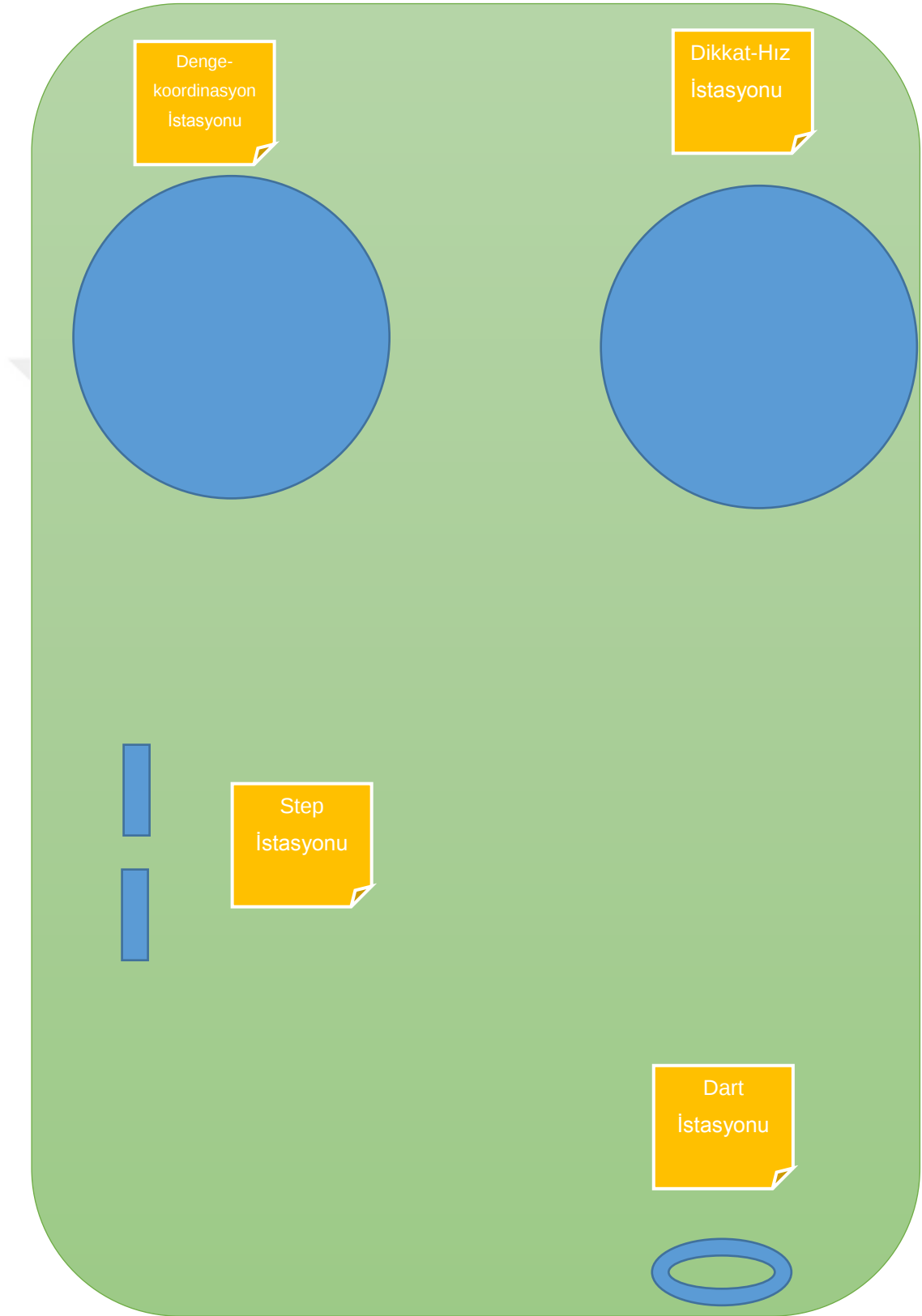
GÜN
SONU

AKLIMDAKİLER

Form 1: Duygularım Uygulama Ekranı



FİZPEP 2. BÖLÜM FİZİKSEL AKTİVİTE ÖRNEK OTURUMLAR



1. İSTASYON- DİKKAT VE HIZ	
5.6.7.ve 8. OTURUM	• Oyun amacı mevcut olan kartlarda yer alan şekilleri 16 adet zekâ küpünü kullanarak yapmaktır. • Oyun 3 farklı oynama şekli ile oynanabilir. Oyuncular tablalarındaki birbirinin aynı olan 16 küpü dışarı çıkarırlar. Daha sonra oyuna geçilir. • İlk oynama şeklinde bireysel oynanabilir. Küpler tabla dışına çıkarılır ve oyuna böyle başlanır. Oyuncu kartlara ve şekillere alışana kadar süre tutulmadan oynanır. Daha sonra ise kartta yer alan şekil süre tutularak yapılabilir. • İkinci oynama şeklinde grup oyunu olarak oynanabilir. Bu durumda oyun kartı oyun alanına yerleştirilir. Tüm oyuncular aynı anda başlar ve şekli ilk tamamlayan oyuncu o kartı kazanır. • Son oynama şeklinde ise oyuncuların zekâ küpleri kartında yer alan şekli bir süre incelemeleri istenir. Daha sonra kart ters çevrilerek oyuncuların hafızalarındaki şekli yapmaları istenir. Doğru şekli en hızlı yapan oyuncu kartı kazanır. • 10 turdan sonra en fazla kart toplayan oyuncu ise oyunu kazanır.

2.İSTASYON-HEDEF	
3.4. OTURUM	• Dart Atış Teknikleri • Atışta Vücut Dengesi • Atışta kol Hareketi • Atışta Bilek Hareketi • Atışta kol ve Bilek koordinasyonu • Okun El ile Takibi • Okun Elden Çıkışı • Yardımcı Elin kontrolü • Nefes Kontrolü

3.İSTASYON-STEP/AEROBİK	
2. OTURUM	• Easy walk normal step üzerinde (4 çarpı) + Step touch (4 çarpı) + çapraz step touch step üzerinde, 3×10 sağ • Easy walk normal step üzerinde (4 çarpı) + Step touch (4 çarpı) + çapraz step touch step üzerinde, 3×10 solSağ+ Sol, 3×10 (tüm hareketler sağ ve sol birlikte)

4.İSTASYON-DENGE/KOORDİNASYON	
7.8. OTURUM	✓ Tek ayakla Denge tahtasında durmaya çalışır. ✓ Hem sağ hem de sol ayakla yapılır. ✓ Belirlenen süre boyunca duran kazanır. ✓ Yere uzatılan ip/çizilen çizgi üzerinde dengede kalarak yürümeye çalışır. ✓ En hızlı tamamlayan kazanır. ✓ Oyunlar değişimli oynanabilir.

ISINMA VE SOĞUMA HAREKETLERİ	
Her hafta etkinlik başlamadan önce 2dk. Etkinlikler bittikten sonra 2dk. Olarak planlanmaktadır.	
HAFTA	FAALİYET
	Baş ve Boyun Baş bölgesinden başlayarak önce boyun kısmını ileri geri ve sağa sola hareket ettirerek ısınma başlatılır. Omuzlar ve Kollar Omuz başları ile daire çizerek omuzlar çalıştırarak devam edilir Sonra sağ ve sol kol dirseklerden çevirerek daireler oluşturulur. Eller birbirine birleştirilerek bilekler hareket ettirilir. Bu süreçte eller açıp kapatılarak parmaklarda hazırlanır. Bel ve Karın Bölgesi Eller bele konularak vücudun belden üst kısmını kendi eksenini etrafında yarım tur çevirerek bir sağa bir sola gerçekleştirilir. Aynı şekilde vücudun üst kısmını sağa ve sola doğru hareket ettirerek devam edilir. Bel kısmı da dairesel hareket ettirilir. Dizler Dizleri ısıtmak için küçük çök kalk hareketleri yapılabilir. Bu hareketleri yaparken kilo ve yaş göz önünde bulundurularak bir tempo belirlenir. Ayak Bilekleri Ayağın biri sabit kalacak şekilde diğer ayak ileri geri sağa sola hareket ettirerek önce bir ayak sonra diğer ayak olacak şekilde bu eklemler hazırlanır. Isınma hareketlerini yukarıdan aşağıya yada aşağıdan yukarıya yapmak ısınma yaparken herhangi bir eklem atlanmaması açısından faydalı olacaktır.

Ek-16. Çalışma Grubu Yoklama Listesi

					1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
					A	A	H	S	A	B	E	L	B	B	B	K	M	G	E
HAFTA	OTURUM	GÜN	SAAT																
1	1 ve 2	21.03.2022	15.50/17.50	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
2	3 ve 4	28.03.2022	17.30/19.30	X	X	X	X	X	X	X	X	X		X	X	X	X	X	X
3	5 ve 6	4.04.2022	15.50/17.50	X	X	X	X	X	X	X	X	X		X	X	X	X	X	X
4	7 ve 8	11.04.2022	17.30/19.30	X	X	X	X	X	X	X	X	X		X	X	X	X	X	X
5	9 ve 10	18.04.2022	15.50/17.50	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
	İZLEME	16.05.2022	15.50/17.50	X	X	X	X	X	X	X	X	X		X	X	X	X	X	X

					1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
					E	A	U	U	E	S	U	B	B	B	U	K	Y	Y	E
HAFTA	OTURUM	GÜN	SAAT																
1	1 ve 2	11.03.2022	17.30/19.30	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
2	3 ve 4	18.03.2022	18.20/20.20	X	X	X	X	X	X		X	X	X	X	X	X	X	X	X
3	5 ve 6	25.03.2022	17.30/19.30	X	X	X	X	X			X	X	X	X	X	X	X	X	X
4	7 ve 8	1.04.2022	18.20/20.20	X	X	X	X	X			X	X	X	X	X	X	X	X	X
5	9 ve 10	8.04.2022	17.30/19.30	X	X	X	X	X			X	X	X	X	X	X	X	X	X
	İZLEME	9.05.2022	17.30/19.30	X	X	X	X	X			X	X	X	X	X	X	X	X	X