

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEKOKULUNDA OKUYAN ÖĞRENCİLERDE UMUTSUZLUK İNCELEMESİ: KOCAELİ ÜNİVERSİTESİ ÖRNEĞİ

Sedat Bayoğlu
Kocaeli Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü
sdt_bay@hotmail.com

Doç. Dr. Elif Karagün
Kocaeli Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi
elif.karagun@gmail.com

Özet

Amaç, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda okuyan öğrencilerin; cinsiyet, okudukları bölüm, ekonomik durum, aktif olarak spor yapma, aktif spor yapanlardan da amatör ve profesyonel olarak çalışma durumlarına göre umutsuzluk düzeylerinin araştırılmasıdır. Betimsel tasarlanan araştırma için 2015-2016 Yılı Bahar Dönemi'nde Kocaeli Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Müdürlüğü'nden izin alınarak, tesadüfi yöntem ve gönüllülük ilkesine uygun olarak 76 kadın, 105 erkek toplam 181 öğrenciye; çevirisi Seber (1991) tarafından, geçerlik-güvenirlik çalışması Durak ve Palabıyıköğlü tarafından yapılan Beck Umutsuzluk Ölçeği uygulanmıştır. Veriler SPSS 20 paket programında analiz edildiğinde; öğrencilerin umutsuzluk düzeyleri ile cinsiyet, okudukları bölüm, ekonomik durum, aktif olarak spor yapma, aktif spor yapanlardan da amatör ve profesyonel olarak çalışma durumları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir sonuç bulunmamıştır.

Anahtar Sözcükler: Umutsuzluk, beden eğitimi ve spor, spor yapma, öğrenci, amatör sporcu, profesyonel sporcu.

A STUDY OF HOPELESSNESS IN STUDENTS ATTENDING SCHOOL OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS: KOCAELI UNIVERSITY CASE

Abstract

The aim is to find out about the hopelessness level of students who study at the School of Physical Education and Sports according to gender, their majors, economic situation, active participation in sports, and the active participants' working status as amateurs and professionals. During the spring semester 2015-2016, permission was obtained from Kocaeli University School of Physical Education and Sports for the research that was planned to be descriptive, and 181 students, 76 female and 105 male, were selected in accordance with random method and volunteerism and The Beck Hopelessness scale, translated by Seber (1991), the validity-reliability study done by Durak and Palabıyıköğlü, was applied to those students. When the data were analyzed in SPSS 20 package program; no statistically significant results were found between the hopelessness levels of the students and the variables of gender, their majors, economic situation, active participation in sports, and the active participants' working status as amateurs and professionals.

Keywords: Hopelessness, physical education and sport, doing sports, student, amateur athlete, professional athlete.

GİRİŞ

Gelecek dendiği zaman özellikle genç nüfus akla gelmektedir. Birleşmiş Milletler'in tanımına göre genç, 15-25 yaş aralığında bulunan, herhangi bir işte çalışmayan ve kendine ait bir konutu bulunmayan kişi olarak tanımlanmıştır. TUIK'in verilerine baktığımızda; nüfusumuzun %13'ü belirgin bir rolü ve bir geliri bulunmayan, ekonomik açıdan ailesine bağımlı 18-24 yaş grubu gençleri kapsayan "geç dönem ergen" grubundan oluşmaktadır (Özoğlu, 1985; Yörükoğlu, 1990). Bu yaş grubundaki bir genç toplum tarafından bir ergen gibi görülmediği gibi; tam olarak rolü, işlevi ve statüsü de belli değildir. Eğitim süreci devam ettiği için ekonomik olarak kendi ayakları üzerinde duramayan üniversite öğrencilerinin karşılaştıkları sorunların incelendiği çalışmalarda; iş bulma, gelecek kaygısı, ekonomik, sosyal ve üniversite yaşamına yönelik, serbest zamanı değerlendirme, sağlık, toplumla iletişim kurma, aile, karşı cins ilişkileri ve öğretim gibi problem başlıkları tespit edilmiştir (Özdemir, 1985). Tespit edilen bu sorunlar sonucu; işsizlik, sevdiği mesleği yapamamak, sağlığın yitirilmesi, eğitim-öğretimi tamamlayamamak, iş yaşamında başarılı olamamak, ekonomik açıdan rahat olamamak ve spor yapamamak şeklinde korkular oluşabildiği belirtilmiştir (Özyurt & Doğan, 2002). Araştırmaların ortaya koyduğu bilgilerden de görüleceği üzere gençler geleceğe dair bir tür kaygı ve korku yaşamaktadır. Bu tür kaygı ve korkular da bir işi tamamlamada, başarı sağlamada umutsuzluk duygusunu beraberinde getirmektedir. Gençlerin her şeyden önce üniversite eğitimini tamamlayarak gelecekte sağlıklı bireyler olarak toplumda roller üstlenebilmeleri için umutlu olmaları önemlidir.

Umut, bir problem ya da sorun yaşandığında, yaşanan sorunun bir çıkışı olduğu, bir şeylerin iyiye gidebileceğine dair inanç, yani gelecekle ilgili hedefi gerçekleştirmede sıfırdan fazla olan beklentiler şeklinde bir tanımlama yapılmıştır (Dilbaz ve Seber, 1993). Umudun olmaması durumunda, umudun tersi olan umutsuzluk devreye girecektir. Umutsuzluk ise; bir hedefi gerçekleştirme sırasında sıfırdan az olan olumsuz beklentiler olarak ifade edilmiştir. Umut ve umutsuzluğun karşıt durumlar olduğu, ancak her ikisinin de karşıt durumlar olmasına rağmen, ikisinin de geleceğe dair beklentileri olumlu ya da olumsuz yönde gerçekleşip gerçekleşmediğine dair inançları yansıttığı belirtilmiştir (Dilbaz ve Seber, 1993).

Umut ve umutsuzlukla ilgili tanımlara bakıldığında umut taşıyan bireylerin kendi yaşamında bir farklılık, değişim olabileceğine, yapacaklarına olan inancı anlattığı ve bireylerde iş yapmaya yönelik olumlu duygu geliştirdiği, bir tür çıkış yolu olduğu (Herth & John, 2002). Tersine umutsuzluğun ise bir çıkış yolu olmadığına dair bir inanç yarattığı için iş verimliliğini olumsuz etkileyen, ruhsal problemlerin, özellikle tükenme ve depresyonun kaynağını oluşturduğu, geleceğe yönelik kötümser beklentilerin, inançların düzeyi (O'Connor & Sheey, 2000) ve bireylerin geleceğini olumsuz etkileyeceği için, ruhsal sorunlara zemin oluşturacağı için araştırılması gereken bir konu olduğu belirtilmiştir (Beck et al. 2003). Umutsuzlukta, amotivasyon ve ruhsal çöküntü ile birlikte enerji düzeyinde düşme, dikkat bozukluğu, konsantrasyon azlığı, koordinasyon bozukluğu, kendilik saygısında azalma, değersizlik ve nihayetinde intihara gidebilen sonuçlar görülebileceği için araştırılması gereken bir konu olduğu belirtilmiştir (Abela & Payne, 2003). Umutsuzluk ve depresyon psikolojik kaynaklı olsa bireyde fizyolojik olarak yaşanan biyokimyasal değişimlerle kendini gösterebildiği, insanın vücudunda meydana gelen fizyolojik değişimlerin düzenlenmesinde ilaç desteği yanı sıra; önerilen bir diğer yolda egzersiz yapılmasıdır. Bu açıdan umutsuzluk duygularının giderilmesinde önerilen egzersizi toplumda yeni nesillere aşılayacak ve öğretecek bir mesleğin eğitimini alan, ayrıca kendilerinin de umutsuzluk duygularının tetiklendiği belirtilen üniversite öğrenimi döneminde olan, mesleki eğitim sonrası insanlara spor öğretimi yapacak spor uzmanı olacak adaylarda umutsuzluk duygularının ne durumda olduğu merak edilmiştir. Bu açıdan Kocaeli Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda farklı bölümlerde okuyan öğrencilerin umutsuzluk duygularının belirlenerek, belirlenen bu umutsuzluk düzeyinin; yaş, cinsiyet, sınıf düzeyi, bölüm, gelir düzeyi, spor yapma durumu, amatör ve profesyonellik durumuna, spor yaşına göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği sorularına yanıt bulunması amaçlanmıştır.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Bu araştırma, betimsel nitelikli tarama modelinde yürütülmüştür. Betimsel araştırmalar, ilgilenilen durumu tanımlamayı amaçlamaktadır. Tarama modelleri ise var olan durumu, var olduğu biçimde ve nesnel bir yaklaşım ile ortaya koyma üzerine temellenmektedir (Karasar, 1999). Bu çalışmada da, Kocaeli Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda okuyan öğrencilerin umutsuzluk düzeylerinin belirlenerek; cinsiyet, sınıf düzeyi, bölüm, gelir düzeyi, spor yapma yapmama, spor yapanların amatör ve profesyonellik durumları ve spor yapma yılına göre değişip değişmediğinin belirlenmesidir.

Çalışma Grubu

Araştırmanın evrenini 2015-2016 öğretim yılı bahar dönemi Kocaeli Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda okuyan; Antrenörlük, Beden Eğitimi Öğretmenliği, Rekreasyon ve Spor Yöneticiliği bölümlerinde öğrenim gören öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırmada belirtilen evren ile çalışılmak üzere Yüksekokul Müdürlüğünden araştırma uygulaması için izin alındıktan sonra, sınıflarda, kantin vb yerlerde öğrencilere araştırmanın amacı açıklandıktan sonra, gönüllü olarak araştırmaya katılacağını belirtilenlere ölçek uygulaması yapılmıştır. Bu açıdan başlangıçta Yüksekokulun tamamı araştırmaya dahil edilmek istenmiş, ancak bir haftalık süreçte okula devam edenler içerisinde ve gönüllü katılım doğrultusunda; Antrenörlük Eğitimi bölümünde okuyan 40 kişi, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümünde okuyan 58 kişi, Rekreasyon Bölümünde okuyan 34 kişi ve Spor Yöneticiliği Bölümünde okuyan 49 kişi olmak üzere toplamda 181 kişilik ile araştırma tamamlanmıştır.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada, literatür bilgileri ışığında araştırmacılar tarafından hazırlanan ve öğrencilerin; cinsiyet, sınıf, bölüm, ekonomik durum, spor yapma ve spor yapanların profesyonellik durumları, spor yapma yılı gibi değişkenlerin tespiti yapılmak üzere toplam 7 soruluk "Genel Bilgi Formu" ile öğrencilerin umutsuzluk düzeylerini belirlemek için Beck, Lester ve Trexler tarafından geliştirilen, Türkçe'ye çevirisi Seber (1991), geçerlik ve güvenilirlik çalışması ise Durak ve Palabıykoğlu, (1994) tarafından yapılan Beck Umutsuzluk Ölçeği (BUÖ)" kullanılmıştır. Dilbaz ve Seber (1993), ölçeğin güvenilirlik çalışmasında iç tutarlılık katsayısını .86, madde-toplam korelasyonlarını .07 ile .72, test-tekrar test güvenilirlik katsayısını .74 olarak bulmuştur.

Umutsuzluk Ölçeği; 0-1 arasında puanlanan, bireyin geleceğe yönelik olumsuz beklentilerini ölçmeye yönelik 20 maddeden oluşan kendini değerlendirme türü bir ölçektir. Ölçekten alınan umutsuzluk puanları: 0-3 arası yok, 4-8 arası hafif, 9-14 arası orta, 15-20 arası ileri derecede umutsuzluğun olduğu şeklinde gruplandırılmıştır (Akt: Duman, Taşgın ve Özdağ, 2009).

Verilerin Analizi

Araştırmada elde edilen verilerin istatistiksel analizinde SPSS 21.00 Paket programı kullanılmış. Manidarlığı 0,05 düzeyinde sınanmıştır. İstatistiksel analiz aşamasında öğrencilerin kişisel betimleyici frekans ve yüzde dağılımları çıkarılmıştır. İstatistiksel analizde Kolmogorov-Smirnov test sonucu verilerin normal bir dağılım gösterdiği ve homojen olduğu belirlendiği için parametrik testlerden ikili küme karşılaştırmaları için "bağımsız grup t testi" üç veya daha fazla küme karşılaştırmaları için "tek küme karşılaştırmaları için "bağımsız grup t testi" üç veya daha fazla küme karşılaştırmaları için "tek yönlü varyans analizi (Anova) " kullanılarak aritmetik ortalama, frekans ve yüzde değerleri hesaplanmıştır.

BULGULAR

Tablo 1'de görüldüğü üzere; araştırmaya katılan Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda okuyan öğrencilerin bazı sosyo-demografik özelliklerine bakacak olursak; öğrencilerin 76'sı (%42) kadın ve

105'i (%58) erkek olduğu belirlenmiştir. Tablo 1'de öğrencilerin okuduğu bölümlere bakıldığında; Antrenörlük eğitimi bölümünden 40 (%22.1), Beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümünde 58 (%32), Rekreasyon Bölümünden 34(%18.8), Spor Yöneticiliği Bölümünden 49(%27.1) öğrenci katılmıştır. Katılımcıların; 56'sı (%30,9) 1. sınıf, 71'i (%39,2) 2. sınıf, 25'i (%13,8) 3. sınıf, 29'u (%16) 4.sınıf olduğu görülmüş. Spor Yapma yılı açısından bakıldığında; 45(%24.9) öğrenci 1-4 yıldır spor yapıyor, 66(36.5) kişisi 5-8 yıl, 70 (%38.7) öğrenci de 9 yıl ve üzeri süredir spor yaptığı görülmüştür. Öğrencilerin aktif spor yapıp yapmadığı sorusuna; 106 (%58.6) kişisi aktif spor yaptığını belirtirken, 75(%41.4) kişisi de aktif spor yapmadığını belirtmiştir. Spor yapanların profesyonellik durumları sorgulandığında; 77(%42.5) amatör, 10(%58.6) kişi profesyonel olarak spor yaptığını söylemiştir. Öğrencilerin aylık gelir durumları sorgulandığında; 500 TL ve altı gelire sahip olanların 30(%16.6), 501-1000 TL geliri olanlar 59(%32.6) kişi, 1001-1500 TL gelire sahip olanlar 60(%33.1) kişi, 1501 TL ve üzeri gelire sahip olanlar 32(%17.7) kişi olduğu görülmüştür.

Tablo 1: Katılımcılara Ait Sosyo-Demografik Özelliklerine İlişkin Yüzdeler Dağılımlar

Değişkenler		N	%
Cinsiyet	Kadın	76	42
	Erkek	105	58
Bölüm	Antrenörlük	40	22.1
	Öğretmenlik	58	32
	Rekreasyon	34	18.8
	Spor Yöneticiliği	49	27.1
Sınıf	1. Sınıf	56	30.9
	2. Sınıf	71	39.2
	3. Sınıf	25	13.8
	4. Sınıf	29	16
Spor Yapma Yılı	1-4 yıl	45	24.9
	5-8 yıl	66	36.5
	9 yıl ve üzeri	70	38.7
Spor Yapma Durumu	Aktif sporcu	106	58.6
	Spor yapmıyor	75	41.4
Profesyonellik	Amatör	77	42.5
	Profesyonel	106	58.6
Aylık geliri	500 TL ve altı	30	16.6
	501-1000 TL	59	32.6
	1001-1500 TL	60	33.1
	1501 TL ve üzeri	32	17.7

Tablo 2'de öğrencilerin umutsuzluk düzeyleri; bölüm, sınıf, ekonomik durum, spor yapma yılına göre Umutsuzluk Ölçeği puan ortalamalarına yer verilmiştir. Öğrencilerin Umutsuzluk ölçeğinden aldıkları puanlar okunulan bölümler açısından anlamlı bir farklılık göstermemiştir ($p>0.05$). Antrenörlük bölümü öğrencilerinin umutsuzluk düzeyi ortalaması 5.00, Beden Eğitimi Öğretmenliği bölümündeki öğrencilerin 3.81, Rekreasyon bölümündeki öğrencilerin 3.79, Spor Yöneticiliği bölümü öğrencilerinin umutsuzluk düzeyi ortalaması 4.73 olarak tespit edilmiştir. Sonuçlar, bölümler arası en fazla umutsuzluk düzeyinin Antrenörlük bölümü öğrencilerine ait olduğunu göstermektedir.

Tablo 2'de umutsuzluk düzeyleri sınıf değişkenine göre karşılaştırıldığında sınıflar arası anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>0.05$). 1. sınıfların umutsuzluk düzeyi ortalaması 3.77, 2. sınıfların 4.76, 3. sınıfların 4.28 ve 4. sınıfların umutsuzluk düzeyi ortalaması 4.34 olarak tespit edilmiştir. Sonuçlar en fazla umutsuzluk düzeyine 2. sınıfların sahip olduğunu gösterirken, en az umutsuzluk düzeyinin 1. sınıflarda olduğunu göstermiştir.

Yine Tablo 2'de öğrencilerin umutsuzluk düzeyleri ekonomik duruma göre değerlendirildiğinde; ekonomik durum açısından anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>0.05$). Aylık geliri 0-500 TL olanların

umutsuzluk puan ortalaması 4.17; 500-1000 TL olanların 3.78; 1000-1500 TL olanların 4.43 ve aylık geliri 1500 TL ve üstünde olan öğrencilerin umutsuzluk düzeyi ortalaması 5.25 olarak tespit edilmiştir. Sonuçlardan en fazla umutsuzluk düzeyinin aylık geliri en fazla olan grupta (1500 TL ve üstü) olduğu belirlenmiştir.

Ayrıca umutsuzluk düzeyi, spor yapma yılına göre de anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($p>0.05$). Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda öğrenim gören öğrencilerden; 1-4 yıldır spor yapanların umutsuzluk düzeyi ortalaması 4.20; 5-8 yıldır spor yapanların 4.60; 9 yıl ve üzeri spor yapanların 4.13 olarak tespit edilmiştir. Sonuçlar 5-8 yıldır spor yapan öğrencilerin daha fazla umutsuz olduklarını, umutsuzluk düzeyi en az olan grubun ise 9 yıl ve üzeri spor yapanlarda olduğunu göstermektedir.

Tablo 2: Katılımcıların Sosyo-Demografik Değişkenlere Göre Umutsuzluk Duygusu Ortalamalarına İlişkin Faktör Analiz Sonuçları (ANOVA)

Değişkenler		N	Ort±Ss	P
Bölüm	Antrenörlük	40	5.00±4.59	.397
	Öğretmenlik	58	3.81±3.87	
	Rekreasyon	34	3.79±3.97	
	Spor Yöneticiliği	49	4.73±4.21	
Sınıf	1.sınıf	56	3.77±3.83	.620
	2.sınıf	71	4.76±4.31	
	3.sınıf	25	4.28±4.27	
	4.sınıf	29	4.34±4.30	
Ekonomik durum	500 TL ve altı	30	4.17±4.40	.445
	501-1000 TL	59	3.78±3.76	
	1001-1500 TL	60	4.43±3.86	
	1501 TL ve üzeri	32	5.25±5.05	
Spor yapma yılı	1-4 yıl	45	4.20±4.17	.781
	5-8 yıl	66	4.60±4.19	
	9 yıl ve üzeri	70	4.13±4.14	

Tablo 3'te öğrencilerin umutsuzluk düzeyleri cinsiyet değişkenine göre incelendiğinde, kız öğrencilerin umutsuzluk düzeyleri ile erkek öğrencilerin umutsuzluk düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>0.05$). Erkek öğrencilerin umutsuzluk düzeyi ortalaması 4.06 iken kız öğrencilerin umutsuzluk düzeyi ortalaması 4,68 olarak tespit edilmiştir. Sonuçlar kız öğrencilerin erkek öğrencilerden daha fazla umutsuz olduklarını göstermektedir.

Aynı tabloda öğrencilerin umutsuzluk düzeyleri halen aktif spor yapıp yapmadıklarına göre incelendiğinde anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>0.05$). Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda öğrenim gören öğrencilerden halen aktif spor yapanların umutsuzluk puan ortalaması 3,95; aktif spor yapmayanların umutsuzluk düzeyi ortalaması ise 4.84 olarak tespit edilmiştir. Sonuçlar aktif spor yapmayanların spora aktif devam edenlerden daha fazla umutsuz olduklarını göstermektedir.

Yine Tablo 3'te görüldüğü gibi öğrencilerin umutsuzluk düzeyleri profesyonel veya amatör olarak spor yapma durumlarına göre incelendiğinde anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>0.05$). Öğrencilerden halen aktif spor yapanlar içinde profesyonel sporcuların umutsuzluk düzeyi ortalaması 4.31; amatör sporcuların ise 3.81 olarak tespit edilmiştir. Sonuçlar profesyonel sporcuların amatör sporculardan daha fazla umutsuz olduklarını göstermektedir.

Tablo 3: Katılımcıların Cinsiyet ve Spor Durumuna Göre Umutsuzluk Duygu Ortalamalarına İlişkin Analiz Sonuçları (Independent Simples T Test)

Değişkenler		N	Ort±Ss	P
Cinsiyet	Kadın	76	4.68±4.22	.317
	Erkek	105	4.06±4.97	
Aktif spor yapma	Evet	106	3.95±4.090	.157
	Hayır	75	4.84±4.21	
Profesyonellik	Amatör	77	3.81±4.13	.583
	Profesyonel	29	4.31±4.02	

TARTIŞMA

Bu çalışmada Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu; Antrenörlük Eğitimi, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, Rekreasyon ve Spor Yöneticiliği Bölümlerinde öğrenim gören öğrencilerin cinsiyet, bölüm, sınıf, spor yılı, aktif spor yapıp yapmama, spor yapanların amatör ve profesyonellik durum ve ekonomik düzeylerine göre umutsuzluk düzeyleri araştırılmıştır.

Elde edilen bulgulara bakıldığında Öğrencilerin okudukları bölümlere göre Umutsuzluk Ölçeği sonuçları karşılaştırıldığında puan ortalamaları arasındaki fark anlamlı olmasa da, Antrenörlük Eğitimi Bölümü öğrencilerinde umutsuzluk puan ortalamasının en yüksek olduğu, sonrasında da spor yöneticiliği bölümündekilerin puanlarının Rekreasyon ve Beden Eğitimi ve Spor öğretmenliği Bölüm öğrencilerinin puanlarından daha yüksek olduğu görülmüştür. Yapılan istatistiksel analiz sonucunda puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlı olmadığı belirlenmiştir. Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda okuyan öğrencilerin umutsuzluk ölçeği puan ortalamalarına bakıldığında; Umutsuzluk ölçeği puanlama sistemine göre; Rekreasyon ve Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölüm öğrencilerinde Umutsuzluk yok iken; Antrenörlük ve Spor Yöneticiliği Bölüm öğrencilerinde hafif düzeyde umutsuzluk olduğu belirlenmiştir. Yapılan çalışmalar incelendiğinde benzer şekilde Beden eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencilerinde umutsuzluk düzeyini orta (Ulucan, Kılınc, Kaya ve Türkçapar, 2011), Eğitim Fakültesi öğrencilerinde de umutsuzluk düzeyi hafif ve orta (Şahin, 2009), bulan çalışmalar da mevcuttur.

Bu çalışmada öğrencilerin umutsuzluk düzeylerinin bölüme göre anlamlı olarak bir farklılık göstermemesinin nedeni olarak; öğrencilerin bölümlerinin hepsinde spor aktivitesinin olmasının etkisi olabileceği, öğrenci profilinin birbirine benzer olması, tüm bölümlerin aynı sistemle ve benzer derslerle eğitim vermesi düşünülebilir. Ayrıca Beden Eğitimi Öğretmenliği bölümü öğrencilerinin umutsuzluk düzeyinin diğer bölümlerle kıyaslandığında daha düşük olmasına neden olarak bu bölüm öğrencilerinin mezun olduklarında iş bulma konusunda daha fazla seçenekleri olmasının da (Aktaş ve Alpay, 2015). etkisi olabileceği söylenebilir.

Araştırmada, buldukları sınıf düzeyine göre umutsuzluk puan ortalamaları karşılaştırıldığında; ortalamalar arasındaki fark anlamlı olmasa da 1. sınıflarda umutsuzluk puanları diğer sınıflara göre daha düşük bulunmuştur. 1. sınıflarda umutsuzluk düzeyi ortalamasının düşük olmasının nedeni olarak; üniversite sınavını yeni kazanmanın, meslek seçiminde bir başlangıç yapmanın ve üniversiteye yeni başlamanın getirdiği olumlu bir sonuç olabileceği düşünülmüştür. Yapılan araştırmalarda 4. sınıf öğrencilerinin umutsuzluk puanlarının 1. sınıf öğrencilerin puanlarından daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Öğrencilerin umutsuzluk düzeylerinin buldukları sınıf düzeyine göre farklılık göstermemesine neden olarak bu bölümleri tercih eden öğrencilerin mevcut istihdam durumunu bilerek kayıtlarını yaptırmaları ve süreç içerisinde bu durumu bilerek eğitimlerini sürdürmeleri olarak (Aktaş ve Alpay, 2015) belirtilmiştir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin ekonomik durumuna göre umutsuzluk puan ortalamaları analiz edildiğinde istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Ancak anlamlı olmasa da aylık gelirlerine göre umutsuzluk puan ortalamaları incelendiğinde en yüksek puanın 1501tl ve üzeri gelire sahip olanlarda olduğu görülmüştür. Yapılan bazı çalışmalar da bizim bu sonuçlarımızı destekler niteliktedir

(Dereli ve Kabataş, 2009; Deveci, Ulutaşdemir ve Açık, 2011; Karagün, 2016). Gelir düzeyine göre umutsuzluk puanlarının anlamlı olmamasının nedeni olarak; öğrencilerin henüz çalışma hayatında bir rollerinin olmaması, ailelerin öğrencilerden henüz bir beklentide olmaması ve ailelerinden destek almaya devam etmeleri ve bir tür sosyal destek sağlanması sonucu umutsuzluk düzeyinin düşük çıkmasının nedeni olabileceğini düşündürmüştür.

Araştırmada öğrencilerin umutsuzluk düzeyleri spor yapma yılına göre incelendiğinde; anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Umutsuzluk puan ortalamaları incelendiğinde tüm gruplarda hafif düzeyde umutsuzluk duygusunun olduğu belirlenmiştir. Spor yapma yılına göre anlamlı bir farklılık olmamasının nedenleri olarak; spor yapmanın serotonin hormonunu salgılatan ve rahatlamayı sağlayan bir yönünün olduğu (Baltaş ve Baltaş, 1995; Kalyon, 1994; Müftüoğlu, 2005). Düşük benlik farkındalığının da umutsuzluğu arttırdığı (Duberstein, Laurent, Conner, Conwell & Cox, 2003) bilgileriyle yorumlandığında sporun; benlik saygısını arttırdığı ve mutluluk hormonu olarak değerlendirilen ve umutsuzlukla baş etmede iyi gelen serotonin hormonu salgılatmasının sonucu olmuş olabileceğini düşündürmüştür.

Umutsuzluk ölçek puanları cinsiyet açısından karşılaştırıldığında, kız ve erkek öğrencilerin umutsuzluk puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Alınan umutsuzluk puanları kız öğrencilerde daha yüksek olsa da anlamlı değildir. Yapılan diğer araştırmalarda araştırmamızla paralellik gösteren ve cinsiyet açısından umutsuzluk düzeyi puanlarında anlamlı bir farklılık olmadığını bildiren çalışmaların (Gürvardar, 2001; Karagün, 2016; Kırimoğlu, 2010; Tekin ve Filiz, 2008; Tümkaya, 2005; Ulucan, Kılınc, Kaya ve Türkçapar, 2011) aksine, erkeklerin kızlara göre umutsuzluk düzeylerinin daha yüksek olduğunu tespit eden çalışmalar da mevcuttur (Dereli ve Kabataş, 2009; Duman ve diğ., 2009; Girgin, 2009; Şahin, 2009; Uz Baş ve Kabasakal, 2013; Yıldız, Tekin, Lök, Taşşın, ve Mehtap, 2009). Araştırmada elde edilen sonucun cinsiyet açısından anlamlı bir farklılık göstermemesinin nedeni olarak; Okunan bölümlerin hepsinde egzersiz imkanı sağlayan uygulamalı derslerin olması, fiziksel olarak hareketli bir bölümde okuyor olmanın etkisi olabileceği ve yapılan egzersizin serotonin gibi olumlu duyguları arttıran hormonları salgılamada etkili olmasının sonucu olabileceği düşünülmüştür.

Öğrencilerin aktif spor yapıp yapmamalarına göre umutsuzluk düzeyleri incelendiğinde anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Aktif olarak spor yapanlarda umutsuzluk yok iken, aktif olarak spor yapmayanlarda düşük düzeyde de olsa umutsuzluk görülmüştür. İki grup arasında anlamlı sonuç görülmemesi ve puan ortalamaları arasında aktif spor yapmayanlar lehine ortalama puanların yüksek olması da okunulan bölümlerde aktif spor yapmaya fırsat vermeden duygu durumunu iyileştirici hormonları salgılayacak kadar yeterli egzersiz imkanının uygulamalı derslerde sağlanması etkisiyle olmuş olabileceği, yine spor ve egzersizle beden algısı, öz güven, umut ve benlik saygısı artışı ile birlikte umutsuzluk duygularında düşüş olduğunu gösteren araştırma bulguları göz önüne alınarak yorumlandığında (Başaran, 2016; Gün, 2006; Yegül, 1999) fark çıkmamasının nedeni öğrencilerin okudukları derslerde uygulamalı olarak egzersiz, spor ve rekreatif çalışmaların yapılması etkisiyle bu sonuçların alınmış olabileceğini düşündürmüştür.

Yaptığımız araştırmada; öğrencilerin umutsuzluk düzeyleri istatistiksel açıdan anlamsız olsa da profesyonel olanlar lehine yüksek bulunmuştur. Her ne kadar sonuçlar anlamlı bulunmasa da umutsuzluk duygusunun profesyonel sporcularda amatör sporculara göre daha yüksek bulunmasının nedenlerini araştıran daha detaylı çalışmaların planlanmasının uygun olacağı düşünülmüştür.

Not : Bu çalışma 14-15 Nisan 2017 tarihlerinde düzenlenen 2nd World Congress on Lifelong Education-WCLE'de sözlü bildiri olarak sunulmuştur.

KAYNAKÇA

Abela, J.R.Z. & Payne, A.V.L. (2003). A test of the integration of the hopelessness and self-esteem theories of depression in schoolchildren. *Cognitive Therapy and Research*, 27(5), 519 - 535.

Aktaş, I. ve Alpay, D.D. (2015). Abant İzzet Baysal üniversitesi beden eğitimi ve spor yüksekokulunda öğrenim gören öğrencilerinin umutsuzluk düzeyleri. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 15(1), 15-24.

Baltaş, A. ve Baltas, Z. (1995), *Stres ve başa çıkma yolları*, İstanbul: Remzi Kitabevi.

Başaran, Z. (2016). The effect of sportive and cultural activities on the self-esteem and hope of the children who have tendency to involve in a crime. *Educational Research and Reviews*, 11(14), 1324-1330.

Beck, B., Halling, S., Mcnabb, M., Miller, D., Rowe, J. O. & Schulz, J. (2003). Facing up to Hopelessness: A dialogal phenomenological study. *Journal of Religion and Health*, 42(4), 339 - 354.

Dereli, F. ve Kabataş, S. (2009). Sağlık yüksekokulu son sınıf öğrencilerinin iş bulma endişeleri ve umutsuzluk düzeylerinin belirlenmesi. *Yeni Tıp Dergisi*, 26, 31-36.

Deveci, S.E., Ulutaşdemir, N. ve Açık, Y. (2011). Bir mesleki eğitim merkezi öğrencilerinde umutsuzluk düzeyi ve etkileyen faktörler. *Dicle Tıp Dergisi*, 38(3), 312-317.

Dilbaz, N. ve Seber, G. (1993). Umutsuzluk kavramı: depresyon ve intiharda önemi. *Kriz Dergisi*, 1(3), 134-138.

Duberstein, P., R., Laurent, J., Conner, K. R., Conwell, Y. & Cox, C. (2003). Personality correlates of hopelessness in depressed inpatients 50 years of age and older. *Journal of Personality Assessment*, 77(2), 380 -391.

Duman, S., Taşgın, Ö. ve Özdağ, S. (2009). Beden eğitimi ve spor yüksekokulu spor yöneticiliği bölümünde okuyan öğrencilerin umutsuzluk düzeylerinin incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimi Dergisi*, 11(3), 27-32.

Durak, A. ve Palabıyıköğlü, R. (1994). Beck umutsuzluk ölçeği geçerlik çalışması. *Kriz Dergisi*, 2(2), 311-319.

Girgin, G. (2009). Evaluation of the factors affecting loneliness and hopelessness among university students in Turkey. *Social Behavior and Personality*, 37(6). 811-818.

Gün, E. (2006). *Spor yapanlarda ve spor yapmayan ergenlerde benlik saygısı*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Çukurova Üniversitesi, Adana.

Gürvardar, D. (2001). *Yetiştirme yurdunda yetişen çocuklar ile anne baba yanında yetişen çocukların umutsuzluk düzeylerinin karşılaştırılması*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.

Herth, K.A. & John, R.C. (2002). The concept of hope in nursing 3: hope and palliative care nursing. *Br J Nurs*, 11, 977-983.

Kalyon, Tunç A. (1994). *Spor hekimliği*. Ankara: Gata Basımevi.

Karagün, E. (2016). *The feeling hopelessness in physical education and sports teachers (the case of İzmit)*. TOJET, Turkish Online Journal of Educational Technology. Special Issue-December, 878-890.

Karasar, N. (1999). *Bilimsel araştırma yöntemi: Kavramlar, ilkeler, teknikler*. Ankara: Nobel Yayınevi.

Kırımoğlu, H. (2010). Türkiye'deki beden eğitimi ve spor yüksekokulu son sınıf öğrencilerinin istihdam sorunu açısından umutsuzluk düzeylerinin incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 18(1), 37-46.

Müftüoğlu, O. (2005). *Yaşasın hayat*. (35. Baskı). İstanbul: Doğan Kitap.

O'Connor, R.C. & Sheey, N.P. (2000). *Understanding suicidal behaviour*. Leicester: BPS Boks.

Özdemir, E. (1985). *Gazi eğitim fakültesi öğrencilerinin problemleri*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.

Özoğlu, S.Ç. (1985). *Gençliğin eğitimi ve sorunları*. Türk Eğitim Derneği Yayınları. Bilim Dizisi: 9. Eğitim Toplantısı, Ankara.

Özyurt, S. ve Doğan, S. (2002). *Gençlik problemleri açısından üniversite gençliği üzerine sosyolojik bir araştırma*. Adapazarı: Değişim Yayınları.

Seber, G. (1991). *Beck umutsuzluk ölçeğinin geçerlik ve güvenirliği üzerine bir çalışma*. Yayımlanmamış doktora tezi, Anadolu Üniversitesi, Eskişehir.

Şahin, C. (2009). Eğitim fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin umutsuzluk düzeyleri. *Selçuk Üniversitesi Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi Dergisi*, 27, 271 -286.

Tekin, M. ve Filiz, K. (2008). Beden eğitimi ve spor yüksekokullarının antrenörlük eğitimi ve spor yöneticiliği bölümlerinde öğrenim gören öğrencilerin umutsuzluk ve boyun eğici davranış düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Sportmetre Dergisi*, 5(1), 27-37.

TUİK. (2008). Konularına göre istatistikler. 20. 12. 2008 tarihinde <http://www.tuik.gov.tr>. Adresinden alınmıştır.

Tümkaya, S. (2005). Ailesi yanında ve yetiştirme yurdunda kalan ergenlerin umutsuzluk düzeylerinin karşılaştırılması. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 3(4), 445-457.

Ulucan, H., Kılınc, M., Kaya, K. ve Türkçapar, Ü. (2011). Beden eğitimi spor yüksekokullarında öğrenimlerine devam eden öğrencilerin umutsuzluk ve yaşam doyum düzeylerinin incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 13(3), 349-356.

Uz Baş, A. ve Kabasakal, Z. (2013). Öğretmen adaylarının umutsuzluk ve algılanan sosyal destek. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 2(1), 19-25.

Yegül, I.B. (1999). *Liseli erkek sporcular ile sporcu olmayan bireylerin benlik saygısı ve atletik yeterlik puanlarının karşılaştırılması*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.

Yıldız, M., Tekin, M., Lök, S., Taşğın, Ö. ve Mehtap, B. (2009). The surveying of the social comparison and hopelessness levels of students who study at the physical education academy. *Ovidus University Annals*, 9(2), 217-221.

Yörükoğlu, A. (1990). *Gençlik çağı*. (7.basım). Ankara: Özgür Yayın Dağıtım.