

Halk Oyunları Eğitiminin 9-16 Yaş Grubu Öğrencilerin Özgüven Düzeyleri Üzerine Etkisinin İncelenmesi¹

Edip KARABACAK²

Murat KANGALGİL³

Mustafa KAYA⁴

Gönderim Tarihi: 21.04.2021

Yayın Tarihi: 31.05.2021

Öz

Bu çalışmanın amacı, halk oyunları eğitiminin 9-16 yaş grubu öğrencilerin özgüven düzeylerine etkisini incelemektir. Bu çalışmada evreni, 2018-2019 eğitim öğretim yılı ikinci döneminde Sivas il merkezindeki Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı okullarda ilkokul ve ortaokul ile lisede 9. ve 10. sınıflarda öğrenim gören öğrenciler oluşturmuştur. Çalışma örneklemini ise 9-16 yaş arası, halk oyunları eğitimi alan ve almayan bireyler olmak üzere toplam 800 kişi oluşturmaktadır. Çalışmaya katılan bireyler tamamen gönüllük esasına göre çalışmaya dâhil edilmiştir.

Verilerin toplanmasında; çalışma grubunun demografik özelliklerini kapsayan ve araştırmacı tarafından hazırlanan "Kişisel Durum Formu" ve 1964 yılında Piers ve Harris tarafından geliştirilen, 9-20 yaş arası kapsayan "Piers-Harris'in Çocuklarda Öz Kavramı Ölçeği" kullanılmıştır. Öner (1996) ve Çataklı (1985) tarafından Türkçeye uyarlaması yapılan ölçeğin çocukların kendilerine yönelik düşünce, duygu ve tutumlarını değerlendirmeyi amaçlamaktadır.

Çalışma verilerinin istatistiksel olarak değerlendirilmesinde; Mann Whitney U testi, bağımsız ikiden fazla gruptan elde edilen ölçümler karşılaştırılırken Kruskal Wallis-H testi kullanılmış, yanılma düzeyi 0,05 olarak alınmıştır.

Çalışmada elde edilen bulgular doğrultusunda yapılan istatistiksel hesaplamalar sonucu; halk oyunları eğitiminin özgüven gelişimine olumlu etkisi ortaya konmuş, halk oyunları eğitimi alan öğrencilerin özgüven puanları bu eğitime katılmamış öğrencilerden yüksek çıkmış ve gruplar arası farklılık önemli bulunmuştur ($p<0.05$). Ayrıca her iki gruptaki özgüven düzeyleri cinsiyet, yaş, sınıf seviyesi değişkenlerine göre incelenmiş, sonuçlar ise açık, anlaşılır ve detaylı bir şekilde belirtilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Halk Oyunları, Özgüven, Eğitim

¹ Halk Oyunları Eğitiminin 9-16 Yaş Grubu Öğrencilerin Özgüvenleri Üzerine Etkisinin İncelenmesi Adlı Yüksek Lisans Tezinden Üretilmiştir

² Sorumlu Yazar: Edip Karabacak, Doktora Öğrencisi, Erciyes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Türkiye, edip.karabacak@gmail.com, ORCID: 0000-0002-3084-9190

³ Murat Kangalgil, Doç. Dr., Dokuz Eylül Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Türkiye, murat.kangalgil@deu.tr, ORCID: 0000-0002-7480-199X

⁴ Mustafa Kaya, Doç. Dr., Cumhuriyet Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Türkiye, mustafakaya58@cumhuriyet.edu.tr, ORCID: 0000-0002-8158-4671

Examination Of The Effect Of Folk Dances Education On Self-Confidence Levels Of 9-16 Years Old Students

Abstract

The goal of this study is to examine the effect of folk dance education on the self-confidence levels of 9-16 year old students. In this study, the system has been consisted of elementary and secondary school students who are participated in the schools that associated with the Ministry of National Education in Sivas city center in the second semester session of 2018-2019 academic year, and 9th and 10th grade students studying in high school. The sample of the study composes of 800 people that 9-16 years old, with and without folk dance education. People who participate in this study were included voluntary basis.

In the collection of data; The Report of Personal Situation Form which is prepared by the researcher including the demographic characteristics of the study group and Piers-Harris's Self-Concept Scale in Children between the ages of 9-20 developed by Piers and Harris in 1964 will be used. The scale which was viii revisioned to Turkish language by Öner (1996) and Çataklı (1985), intend to evaluate children's thoughts, feelings and tendencies towards them.

In the estimating of the study of datas; Mann Whitney U test was used when comparing the measurements attained from two independent groups, and Kruskal Wallis-H test was used when comparing the measurements that gained from more than two independent groups and the result are stated in the tables as the number and percentage of individuals and the error leves is taken as 0,05.

In accordance with this purpose of statistical calculations which was made in line with the findings obtained in our study, the positive effect of folk dance education on self-confidence development was presented, and the self-confidence scores of the subjects who received folk dance education were higher than the reagents who did not participate in this training and the difference between the groups was found to be significant ($p<0.05$). In addition, self-confidence levels in both groups were analyzed according to gender, age, class level and the results were presented in a clear, comprehensible and detailed way.

Key Words: Folk Dance, Self-confidence, Education

Giriş

Pek çok kişi kendisine daha çok güvenerek kendiyile barışık olmak ister. Bu sebeple Özgüven dediğimiz, ulaşılmaz güç olan şey nedir? Her bireyin özgüvenden bahsedildiği vakit kendilerince bir fikri ve bu kavramı açıklayacak tanımları vardır. Çeşitli kaynaklar özgüveni yalnızca yüreklilik, cesaret olarak tanımlar, fakat bu tanım bizi yeteri kadar tatmin etmemekle birlikte özgüven kavramından beklediğimiz ve aradığımız şeyin sadece yüreklilik ve cesareten ibaret olmadığı bunların yanı sıra insanın kendi yeteneklerine kesin inancıda içerisine alan bir tanım daha uygun olacaktır. İnsanlar her durum karşısında kendisine güvenmek ve telaşa sebebiyet vermeden rahat olmak istemektedirler (Hambly, 1997). Bu bağlamda özgüven kişinin kendi yeteneklerini, duygularını tanıması, kendini sevmesi ve kendini kabul etmesi olarak tanımlanmaktadır (Merdinoğlu, 2017).

Kişinin kendini değerlendirmesi neticesinde kendisinden memnun olup olması durumuna göre olumlu veya olumsuz olabilen özgüven, kişinin kendi hakkındaki düşüncesinden etkilendiği gibi yaşanan koşullara, konuma ve gelişmelere göre de etkilenebilir (Baysal, 2001).

Özgüven gelişimi, karmaşık bir süreç olup bu sürecin gelişimi kişiden kişiye değişkenlik gösterebilir. Özgüven kendi içerisinde iç ve dış özgüven şeklinde ayrılır. Bazı bireylerde kendilerini somut kavramlarla değerlendikleri iç özgüven daha yüksek iken bazılarında ise genellikle fiziksel özellikleri ile kendilerini değerlendirdikleri dış özgüven daha yüksek olabilir. Örneğin; çocuğun derslerdeki başarısı çevresi tarafından takdir edilirken bunun yanında dış görünüşüyle dalga geçiliyorsa bu özgüvenin bir kısmını olumlu etkilerken bir kısmını olumsuz etkiler. Bu nedenle

çocuğa yapılan eleştiriler yıkıcı değil yapıcı olmalı ve yeri geldiğinde çocuğa yol göstermelidir (Patır, 2016).

Özgüven çocukta ilk doğduğu andan itibaren gelişmeye başlar, bu dönemde ailenin çocuğa verdiği mesajlar doğrultusunda gelişme gösteren özgüven çocuğun okula başlamasıyla aile faktörünün yanı sıra öğretmen ve arkadaşları gibi çeşitli kaynaklardan beslenir. İlerleyen yaşlarda çocuk kendini değerlendirmeye başladığı çağa geldiği zaman nitekim bu ergenlik döneminde olur ve çocuğun özgüveni şekillenir ve netlik kazanır. Eksikliği giderilebilir bir durum olan özgüven yaşam boyu gelişmeye devam eder. (Günel, 2007).

Özgüven seviyesi düşük olan bireylerin kendileri hakkında ki düşünceleri genellikle karşılaştıkları bir durum karşısında o an için neler yaptıkları ile yakından alakalıdır. Özgüven eksikliği yaşayan kişiler kendisini üzecek veya onları sıkacak hislere karşı koyabilmesi için arkadaşlarının kendilerini övmesi veya saygı göstermeleri gibi olumlu dış telkinlere gereksinim duyarlar. Fakat böyle bir durum olsa bile bu iyi düşünceler genellikle geçici nitelikte olabilir (Sarı, 2016).

Özgüveni yüksek olan kişilerde, kendilerini değerlendirirken olumlu duygu ve düşüncelere sahip, karşılaşılan bir olay karşısında oluşan stresle başa çıkma yeteneği gelişmiş, yaşadığı ortama ve çevreye uyum gücü daha yüksek bireyler olarak değerlendirilmektedir. Bu sebeple her yönüyle iyi oluş halini yansıtmada özgüveni yüksek bireyler olmak önem arz etmektedir (Özdemir, 2016).

Yaşantımızı en iyi şekilde idame edebilme noktasında olması gereken düzeyde özgüvene sahip olduğumuzda; ele alacağımız bir işte en iyisini ortaya çıkarma ve kendimiz başta olmak üzere herkes tarafından kabul edilebilir bir sonuç ortaya koyacağımızın bilincinde olarak yaklaşırız. İlk seferinde yapamadığımız bir işin dünyanın sonu anlamına gelmediğini bilir ve hatalarımızı dert etmek yerine ondan ders çıkarma yoluna gideriz. Böylece birçok sorunla ve durumla daha iyi ve kendimizden emin bir şekilde baş edebiliriz (Öztek, 2018).

Sporla özgüven, başarı elde edebilmek için sporcunun aksilikler ve problemlerin üstesinden gelmesi, kötü performans sonrası çabuk bir şekilde toparlanması, hatalarının farkına varması, kazanamadığında kazanabilmeye odaklanmasına olan inancın derecesi olarak tanımlanır (Ödemiş, 2014).

Spor literatüründe başarının ne olduğu, başarıya nasıl ulaşılır ve başarıyı nelerin etkilediği ve bu faktörlerin neler olduğunun ortaya konması her zaman merak edilen bir konu olmuştur. Sporcu performansı başarı olgusu içerisinde en önemli kavramlardan biridir. Bu nedenle spor bilimcileri uzun yıllardır sporda performansı belirleyen ve etkileyen kavramların incelenmesine büyük önem vermişlerdir. Yapılan araştırmalar sonucunda sporda performansı belirleyen ve etkileyen psikolojik faktörlerden biri olarak sporda kendine güven kavramını ortaya konmuştur (Miçoğulları ve Kirazcı, 2010).

Gelişmiş toplumlar, sporda yüksek performansa ulaşması için insanı psikolojik ve fiziksel açılarından detaylı bir şekilde incelemiş ve en üst seviyede performans sergilemeleri için gerekli olan önerileri üretmişlerdir. Spor alanında yalnızca dereceye giren, madalya kazanan sporcuların değil aynı zamanda yalnızca bireysel ve takım sporlarındaki antrenmanlara, yarışmalara, etkinliklere ve müsabakalara katılan sporcuların da kendilerine karşı saygılarının arttığı ve buna bağlı olarak özgüven seviyelerinin de yükseldiği gözlemlenmiştir (Aslan, Doğanay ve Kırık, 2015).

Sporla öz güveni geliştirmek için birden fazla kaynak kullanılabilir. Antrenörler içinde model olma ya da liderlik vasfı öz güven için önemli kaynaklardan biridir. Antrenörler liderlik vasıflarını ve sözlü ikna kabiliyetlerini kullanarak sporcularının performansını başarılı bir seviyeye ulaştırabilir. Elit bir sporcuya göre endişe ve kaygıya karşı gelmenin en iyi yolunun antrenörün sporcusunu sözlü olarak ikna edebilmesidir. Ayrıca sporcu olumlu düşüncelerin olduğunda olumsuz şeyleri aklına

getirmemeyi ve antrenörün sporcusuna o işi başarabileceğini söylemesi, bu sayede sporcusun da iyi performans göstereceğini düşünmesini sağlamaktadır (Vealey, 2009)

Kültür, spor ve müzik üçlemesini bir araya getiren, insanların zevkle izleyip oynamak istedikleri, toplumu her yönüyle yansıtan, her yörede farklı farklı figürsel icrası ve müzikal yapısı bulunan ve bunlar gibi birçok ögeyi içerisinde barındıran halk oyunları nedir? Halk oyunları; toplumdaki bir olayı, bir sevinci, coşkuyu, üzüntüyü yansıtan aynı zamanda kaynağı halk olan, halk kültürünün zengin ve çeşitli yanlarını ifade eden, müzikli ve belirli bir ritmik yapı içerisinde tek ya da gruplar halinde, vücudun el, ayak, omuz, baş gibi organlarıyla icra edilen ölçülü, tartımlı ve düzenli hareketler olarak tanımlanabilir (Özer ve Ark, 2004).

Diğer bir tanımda; Toplumların müzik kültürüne göre bir oyun kuran kişilere, adları bilinmeyen halk sanatçılarının kurgularına ve kurallarına bağlı olarak müzik eşliğinde yapılan tartımlı hareketlere halk oyunu diyebiliriz. Bu oyunlar bir ulusun duygu ve düşüncelerine yansıtıyor ve bize aktarıyorsa ulusal oyun, milli oyun, halk oyunu gibi isimler alır (Demir sipahi, 1975)

Halk oyunları, bir sanattır, bir eğlence aracıdır, bir sanat dalıdır, bir spor biçimidir, kültürel bir göstergedir, toplumsal bir yapıdır, geçmişini günümüze aktaran bir araçtır, insanın duygusal evrimini anlatan evrensel bir dildir; barışı, kaynaşmayı, birlikteliği sağlayan uluslararası bir güçtür. Bu tanımlamaların hepsi doğrudur hatta halk oyunlarını tanımlamak için bunlar yeterli de değildir. Halk oyunlarının bu yapısını tanımak bunların birinin bilimsel ölçütlerle açıklanması ve yaygınlaştırılması konusunda çalışmalara ihtiyaç vardır (Kaya, 2011).

Halk oyunlarının kültürel ve sanatsal yönlerinin yanında hareket ve egzersize dayalı sportif bir yönünün olduğu da kabul edilmektedir. Ritmik bir düzen içerisinde hareket etmeyi gerektiren halk oyunları, hareket becerisi, grup uyumu ve yüksek isteklendirme ile toplum karşısında sergilenmektedir (Kaya, 2017).

Milli folklorumuzun önemli bir bölümünü oluşturan halk oyunlarımızın, sportif açıdan da büyük önem taşımaktadır. Halk oyunlarının icrası sırasında yapılan birçok figür incelendiğinde, bunların aynı zamanda diğer spor dallarında kullanılan bazı hareketler ile yakından ilişkili olduğu görülmektedir. Halk oyunları da birçok spor dalı gibi sosyal bir faaliyettir. Yörelere göre farklılıklar gösteren halk oyunlarının kendine özgü kıyafetleri, malzemeleri ve kuralları vardır. Bütün bu benzerlikler halk oyunlarını sportif faaliyetlere yaklaştırmaktadır (Hüdaver & Karcılılar, 2005).

Halk oyunlarının gerek sosyal, gerek kültüre, gerekse sportif yönlerine bakıldığında, kişilerin özgüven gelişimine katkı sağlayabileceği bu durumun ise somut çalışmalarla ortaya konması gerekliliği görülmektedir. Halk oyunlarının oyuncular üzerinde özgüven açısından nasıl bir etki yapabileceği konusunda yapılan araştırmaların yok denecek kadar az olması nedeni ile somut verilere ulaşmak oldukça zordur. Yapılan literatür taramasında, seçmiş olduğumuz “Halk Oyunları Eğitiminin 9-16 Yaş Grubu Öğrencilerin Özgüven Düzeyleri Üzerine Etkisinin İncelenmesi” başlıklı konu ile ilgili, ulusal ve uluslararası düzeyde hiçbir araştırmanın olmadığı tespit edilmiştir. Bu çalışma, halk oyunları eğitiminin 9-16 yaş grubu öğrencilerde özgüven düzeyine etkisini incelemek amacıyla yapılmıştır.

Araştırmanın Yöntemi

Araştırmada, tarama ve ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Tarama modellerinde amaçların ifade edilişi genellikle, soru cümleleri ile olur. Bunlar: Ne idi? Nedir? Ne ile ilgilidir? Ve Nelerden oluşmaktadır? Gibi sorulardır. İlişkisel tarama modelleri, iki ve daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişim varlığını ve/veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelleridir. Bu tür bir düzenlemede, aralarında ilişki aranacak değişkenler, tekil taramada olduğu gibi, ayrı ayrı

sembolleştirilir. Ancak bu sembolleştirme (değerler verme ve ölçme), ilişkisel bir çözümlemeye olanak verecek şekilde yapılmak zorundadır (Karasar, 2009)

Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini, 2018-2019 eğitim öğretim yılı ikinci döneminde Sivas il merkezindeki Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı okullarda ilkököl ve ortaoköl düzeyinde öğrenim gören öğrenciler ile lisede öğrenim gören 9 ve 10. Sınıf öğrencileri oluşturmuştur. Buna göre 12.190 öğrenci evreni oluşturmaktadır, % 5 yanılma düzeyinde ve % 5 sapma miktarında 12.190 kişiden örnekleme en az 359 kişi alınmasına karar verilmiştir. Bu çalışmaya 9-16 yaş arası, her bir grubu 400 kişiden oluşan halk oyunları eğitimi alan ve almayan bireyler üzere toplam 800 kişiye uygulanmıştır. Bireyler tamamen gönüllük esasına göre çalışmaya dâhil edilmiştir.

Veri Toplama Aracı

a) Kişisel Bilgi Formu Kişisel bilgi formu

Araştırmanın örneklemini oluşturan bireylerin özgüven seviyeleri ile ilişkili olduğu düşünülen bazı değişkenlere yönelik bilgilerin elde edilmesi amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanmış, katılımcıların demografik özelliklerini kapsayan formdur. İki gruba ayrı ayrı hazırlanan bu form 10 sorudan oluşmaktadır. 1. 2. 3. 4. 5. 6 ve 10. sorular ortak; 7, 8 ve 9. sorular farklıdır.

b) Piers Harris Özgüven Ölçeği

Kendim Hakkında Düşüncelerim olarak bilinen, 80 maddelik ve 1964 yılında Piers ve Harris tarafından geliştirilen, 9-20 yaş arasını kapsayan Piers-Harris'in Çocuklarda Öz- 39 Kavramı Ölçeği kullanılmıştır. Bu ölçekteki ki sorulara katılımcılar "evet" veya "hayır" şeklinde cevap vermektedir. Öner (1996) ve Çataklı (1985) tarafından Türkçeye uyarlaması yapılan ölçeğin çocukların kendilerine yönelik düşünce, duygu ve tutumlarını değerlendirmeyi amaçlamaktadır. Ölçek puanı 0-80 arasında değişebilmektedir. Yüksek puan olumlu, düşük puan ise olumsuz öz-kavramının varlığına işaret etmektedir. Ölçek 6 alt boyuttan oluşmaktadır. Bunlar sırası ile 1. Mutluluk-Doyum, 2. Kaygı, 3. Popülarite, Soysal Beğeni ya da Gözde Olma, 4. Davranış ve Uyma-Konformite, 5. Fiziksel görünüm ve 6. Zihinsel ve Okul Durumu 'dur. Ölçeğin güvenilirlik ve geçerliliği ilkökoldan üniversite öğrencilerine kadar geniş bir yaş diliminde yapılmıştır.

Ölçeğin güvenilirlik katsayısı alt ölçekleri için 78 ile 93 arasında değişmektedir. Altı faktör toplam puan değişiminin %42'sini açıklamaktadır. Türkçe formun güvenilirlik katsayıları ise. 81 ile 89 arasında değişmektedir. Türkçe formun faktör yapısı, özgün formun faktör yapısına paralellik göstermektedir. Faktör analizi sonucunda altı faktörün toplam puan değişiminin %41,7'sini açıkladığı belirlenmiştir (Yarımkaya, 2013).

Araştırma Verilerinin Analizi

Çalışmada elde edilen veriler, SPSS (Ver: 22,0) programına yüklenerek verilerin değerlendirilmesinde parametrik test varsayımları yerine getirilmediğinden bağımsız iki gruptan elde edilen ölçümleri karşılaştırırken Mann Whitney U testi, bağımsız ikiden fazla gruptan elde edilen ölçümler karşılaştırılırken Kruskal Wallis-H testi kullanılmış, yanılma düzeyi 0,05 olarak alınmıştır.

Araştırmanın Etik Yönü

Çalışma için, 17.01.2018 Tarihli, 60.263.016-050.06.04-E286080 Sayılı Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Sosyal ve Beşeri Bilimler Kurulundan etik izni alınmıştır.

Bulgular

Bu bölümde araştırmada amaçlar doğrultusunda toplanan verilerin istatistiksel çözümlenmeleri sonucunda elde edilen sayısal veriler tablolastırılarak sunulmuş ve yorumlanmıştır. Bulgular bölümünde öncelikle çalışmaya katılan bireylerin genel yapısını tanıttıcı frekans ve yüzde dağılımlarına yer verilmiş olup, f= frekans katılımcı sayısını, %=yüzdelerik dilimi ifade etmektedir. Diğer bulgular, araştırmanın amaçları doğrultusunda ve sunuş sırasına göre değerlendirilmiştir.

Tablo 1. Çalışmaya Katılan Bireylerin Demografik Özellikleri

Çalışma Grubu		f	%	
Cinsiyet	Erkek	432	54,0	
	Kadın	368	46,0	
Toplam		800		
Yaş	Halk Oyunları Oynayan	9-11 yaş	236	59,0
		12-14 yaş	106	26,5
		15-16 yaş	58	14,5
	Halk Oyunları Oynamayan	9-11 yaş	199	49,8
		12-14 yaş	103	25,8
		15-16 yaş	98	24,5
Öğrenim Durumu	Halk Oyunları Oynayan	İlkokul	185	65,6
		Ortaokul	135	40,3
		Lise	80	43,7
	Halk Oyunları Oynamayan	İlkokul	97	34,4
		Ortaokul	200	59,7
		Lise	103	56,3

Tablo 2. Halk Oyunları Eğitimi Alan ve Almayan Bireylerin Özgüven Puanlarına Mann Whitney U Testi Sonuçları ve Karşılaştırılması

Grup	N	Ortalama	Standart Sapma	Ortanca	Min.	Max.	Sonuç
Halk Oyunları Oynayan	400	40,60472	4,60472	39,00	28,00	62,00	P=0,001*
Halk Oyunları Oynamayan	400	39,6650	6,50643	37,00	19,00	65,00	
Toplam	800						

Tablo 2'de her iki gruptaki bireylerin özgüven puanları karşılaştırıldığında gruplar arası fark önemli bulunmuştur (p<0,05). Halk oyunları eğitimi alan bireylerin özgüven puanlarının, halk oyunları eğitimi almayanlardan daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu sonuçtan hareketle halk oyunları eğitiminin bireyin özgüven gelişimine olumlu yönde etkisi olduğu ortaya konulmuştur.

Tablo 3. *Halk Oyunları Eğitimi Alan ve Almayan Bireylerin Cinsiyet Değişkenine Göre Özgüven Puanlarına İlişkin Mann Whitney U Testi Sonuçları ve Karşılaştırılması*

Grup	Cinsiyet	N	Ortalama	Standart Sapma	Ortanca	Min.	Max.	Sonuç
Halk Oyunları Oynayan	Erkek	203	41,00	4,97	39,00	28,00	62,00	P=0,046*
	Kadın	197	40,26	4,16	39,00	30,00	61,00	
Halk Oyunları Oynamayan	Erkek	229	38,84	6,06	38,00	19,00	65,00	P=0,062
	Kadın	171	40,76	6,92	37,00	21,00	59,00	
Toplam		800						

Tablo 3'de halk oyunları oynayan erkek ve kadın bireylerin puanları karşılaştırıldığında cinsiyetler arası fark önemli bulunmuştur ($p<0,05$). Erkek katılımcıları özgüven puanları, kadın katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmektedir.

Halk oyunu eğitimi almamış erkek ve kadın bireylerin özgüven puanları karşılaştırıldığında cinsiyetler yönünden fark önemsiz bulunmuştur ($p>0,05$).

Tablo 4. *Halk Oyunları Eğitimi Alan ve Almayan Bireylerin Yaş Değişkenine Göre Özgüven Puanlarını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis Testi Sonuçları ve Karşılaştırılması*

Grup	Yaş	N	Ortalama	Standart Sapma	Min.	Max.	Sonuç
Halk Oyunları Oynayan	9-11	236	40,25	4,16	28,00	61,00	Kw=7,48 P=0,026*
	12-14	106	40,12	3,32	30,00	54,00	
	15-16	58	43,15	7,00	32,00	62,00	
Halk Oyunları Oynamayan	9-11	199	38,55	6,27	19,00	65,00	Kw=8,89 P=0,012*
	12-14	103	39,89	6,17	21,00	58,00	
	15-16	98	41,67	6,85	30,00	59,00	
Toplam		800					

Tablo 4 incelendiğinde halk oyunu eğitimi almış bireylerin yaş gruplarına göre özgüven puanları karşılaştırıldığında gruplar arası fark önemli bulunmuştur ($p<0,05$). Yaş gruplarına göre puanlar ikişerli karşılaştırıldığında 9-11 yaş ile 15-16 yaş, 12-14 ile 15-16 yaş arasındaki farklılık önemli bulunurken ($p<0,05$), diğer gruplar arası fark önemsiz bulunmuştur ($p>0,05$).

Halk oyunları eğitimi almamış bireylerin yaş gruplarına göre puanları karşılaştırıldığında ise farklılık önemli bulunmuştur ($p<0,05$). Yaş gruplarına göre puanlar ikişerli karşılaştırıldığında 9-11 yaş ile 15-16 yaş, 12-14 ile 15-16 yaş arasındaki farklılık önemli bulunurken ($p<0,05$), diğer gruplar arası fark önemsiz bulunmuştur ($p>0,05$).

Tablo 5. *Halk Oyunları Eğitimi Alan ve Almayan Bireylerin Öğrenim Durumlarına Göre Özgüven Puanlarını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis Testi Sonuçları ve Karşılaştırılması*

Grup	Öğrenim Durumu	N	Ortalama	Standart Sapma	Min.	Max.	Sonuç
Halk Oyunları Oynayan	İlkokul	185	40,23	4,27	28,00	61,00	Kw=0,05 P=0,889
	Ortaokul	135	40,46	3,54	30,00	54,00	
Halk Oyunları Oynamayan	Lise ve Dengi Okul	80	41,87	6,42	32,00	62,00	Kw=10,89 P=0,001*
	İlkokul	97	40,49	6,93	27,00	65,00	
	Ortaokul	200	38,08	5,54	19,00	56,00	
	Lise ve Dengi Okul	103	41,96	7,03	30,00	59,00	
Toplam		800					

Tablo 5 incelendiğinde halk oyunları eğitimi almış bireylerin öğrenim durumuna göre düzeyleri karşılaştırıldığında fark önemsiz bulunurken ($p>0,05$), halk oyunları eğitimi almamış bireylerin öğrenim durumuna göre özgüven puanları karşılaştırıldığında fark önemli bulunmuştur ($p<0,05$). Öğrenim durumlarına göre halk oyunları eğitimi almamış bireylerin puanları ikişerli karşılaştırıldığında ilkokul ile lise veya dengi okul, ortaokul ile lise veya dengi okul düzeyinde eğitim gören bireyler arası fark önemliken ($p<0,05$), diğer gruplar arası fark önemsizdir ($p>0,05$).

Sonuç ve Tartışma

Halk oyunlarına sosyal ve kültürel özelliklerinin dışında farklı özellikleriyle de çok zengin bir yapıya sahip olduğu görülmektedir. Düzenli ve sistemli bir şekilde yapılan halk oyunları çalışmalarının, insanlar üzerinde farklı boyutlarda etkisinin olacağı muhakkaktır. Bu etkilerden birinin ise özgüven gelişimi olduğu düşünülmektedir. Konuyla ilgili ulusal ve uluslararası düzeyde yapılan çalışmaların çok sınırlı olduğu görülmektedir. Bu bağlamda araştırma tamamen özgün bir çalışmadır ve bu konuda bundan sonra yapılacak çalışmalara önemli katkılar sağlayacaktır. Bununla birlikte konu ile ilgili literatür kaynağının çok sınırlı olması nedeni ile karşılaştırmalar benzer nitelikteki, farklı branşlar üzerinde uygulanmış olan araştırmalarla yapılmak durumunda kalmıştır.

Çalışmamızdan elde edilen veriler üzerine yapılan istatistiksel hesaplamalara göre, halk oyunları eğitimi alan çalışma grubu ile halk oyunları eğitimi almamış çalışma grubunun özgüven puanları karşılaştırıldığında istatistiksel olarak fark önemli bulunmuştur ($p<0,05$). Halk oyunları eğitimi almış bireylerin halk oyunları eğitimi almamış bireylere göre özgüven puanları anlamlı derecede yüksek olduğu görülmüş olup, halk oyunları eğitiminin özgüven gelişimine olumlu katkısının olduğu sonucuna varılmıştır. Literatür incelendiğinde; Özbek ve ark. (2007)'nin Sporcu ve Sedanter Lise Öğrencilerinin Özgüven Düzeylerinin Karşılaştırılması adlı çalışmasında elde edilen bulgular ile çalışmamızın bulguları benzerlik göstermiştir. Yine Saeed Abdulrahman (2018)'nin Irak'taki 10-12 yaş arası spor ile ilgilenen ve ilgilenmeyen kız erkek öğrencilerin, özgüven düzeylerini tespit etmek amacıyla yaptığı çalışmanın bulguları çalışmamıza benzerlik göstermektedir. Günümüzde Spor faaliyetlerinin fiziki anlamda faydalarının yanı sıra zihinsel ve psikolojik anlamda faydalarının olduğu bilinen bir gerçektir. Birçok becerinin kazanıldığı halk oyunları bu anlamda bireyin psiko-sosyal gelişimine, çalışmamız özelinde ise özgüven gelişimine katkısı olduğu ortaya konulmuştur.

Halk oyunları eğitimi almış bireylerin cinsiyet değişkenine göre özgüven puanları incelendiğinde ise istatistiksel olarak fark önemli bulunmuştur ($p < 0,05$). Erkek katılımcıların özgüven puanları, kadın katılımcıların özgüven puanlarından daha yüksek olduğu görülmüştür. Toplumumuzda sporların erkekler için daha önemli olduğu ve erkeklerin kızlara göre daha becerikli olduğuna ilişkin kalıplaşmış yargılar halk oyunları faaliyetleri için geçerli olmamaktadır. Bu faaliyetlerde erkek ve kadın bireyler birlikte adım atmayı, hedefe ortak çabalarla gitmeyi, birlikte sevinip birlikte üzülmeyi, paylaşmayı, ortak bir paydada buluşup birçok manevi değerleri farkında olmadan öğrenme eğilimi gösterirler. Çalışmaya katılan tüm bireylerin cinsiyet değişkenine göre dağılımlarına bakıldığında % 54,0'nın erkek, % 46,0'nın kadın olduğu yapılan analiz sonucu belirlenmiştir. Bu sebeple çalışmamızda erkek bireylerin özgüven puanlarının kadın bireylerden fazla çıkması katılımcı sayıları ile ilgili olduğu varsayımı yapılabilir. Bostancı ve ark. (2018)'nin yapmış oldukları çalışmada sporcuların toplam özgüven ve alt boyutlarında cinsiyet değişkenine göre bir farklılık tespit edememeleri varsayımımızı destekler nitelikte olup, çalışmamızın bulgularına benzerlik göstermemektedir. Çalışmamızda, diğer bir grup olan halk oyunları eğitimi almamış çalışma grubunun cinsiyet değişkenine göre özgüven puanları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamsız bulunmuştur ($p > 0,05$).

Çalışmada elde edilen bulgular yaş değişkenine göre incelendiğinde halk oyunları eğitimi alan bireylerin özgüven puanları arasındaki fark istatistiksel olarak önemli bulunmuştur ($p < 0,05$). Kutlu (2001)'nin çalışma bulguları çalışmamız bulgularına benzerlik göstermemektedir. Grupların almış oldukları puanlar ikişerli karşılaştırıldığında ise, 9-11 yaş ile 15-16 yaş, 12-14 ile 15-16 yaş arasındaki farklılık önemli bulunurken ($p < 0,05$), diğer gruplar arası fark önemsiz bulunmuştur ($p > 0,05$). Bulgularımıza bakıldığında 15-16 yaş grubundaki katılımcıların özgüven puanları diğer grupların özgüven puanlarından yüksek olduğu görülmektedir. Bu sonuç ve 15-16 yaş grubunda ki katılımcıların küçük yaşlardan itibaren bu faaliyetlerle ilgilendiği varsayımından yola çıkarak halk oyunları eğitimi alan bireylerde yaş ilerledikçe özgüven seviyesinin arttığı söylenebilir. Çalışmaya katılan 15-16 yaş grubunda ki katılımcıların halk oyunları etkinliklerine katılma sürelerinin diğer gruplardan fazla olduğu düşünüldüğünde bu faaliyetlerden elde ettikleri kazanım ve becerilerin fazlalığına paralel olarak özgüven seviyelerinin de artmış olduğu yorumu yapılabilir. Halk oyunları eğitimi almamış bireylerin yaş gruplarına göre puanları karşılaştırıldığında ise farklılık önemli bulunmuştur ($p < 0,05$).

Çalışmaya katılan grupların eğitim seviyesi değişkenleri incelendiğinde, halk oyunları eğitimi almış grubun özgüven puanlarında anlamlı bir fark bulunmazken, halk oyunları eğitimi almamış grubun özgüven puanlarında anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir ($p > 0,05$). Acuner (2012)'in yapmış olduğu çalışmada elde ettiği bulgular çalışmamız bulgularına paralellik göstermektedir. Öğrenim durumlarına göre halk oyunları eğitimi almamış grubun özgüven puanları ikişerli karşılaştırıldığında ilkokul ile lise veya dengi okul, ortaokul ile lise veya dengi okul düzeyinde eğitim gören bireyler arası fark önemliyken ($p < 0,05$), diğer gruplar arası fark istatistiksel olarak önemsizdir ($p > 0,05$). Bulgularımızdan elde ettiğimiz sonuçlar doğrultusunda halk oyunları eğitimi almış bireylerin istatistiksel olarak gruplar arası fark önemsiz bulunmasına rağmen lise veya dengi okul okuyan katılımcıların özgüven puanları diğer gruplardan azda olsa fazla çıkmıştır. Halk oyunları eğitimi almamış bireylerin bulguları incelendiğinde ise benzer bir sonuç ortaya çıkmış ve lise veya dengi okul okuyan bireylerin özgüven puanları yüksek çıkmıştır. Acuner (2012)'in yapmış olduğu çalışmada elde ettiği bulgular çalışmamıza paralellik göstermiş olup lise veya dengi okul okuyan katılımcıların özgüven puanlarının yüksek çıkmasını öğrenim durumunun ilerlemesi zamanın ilerlemesine paralel olarak da yeni deneyimler ve beceriler kazanılmasını sağlayıp bireyin kendinden memnun olmasına bağlı olarak özgüvenin seviyelerinin arttığı yorumunda bulunmuştur.

Sonuç olarak, halk oyunları çalışmalarının katılan 9-16 yaş grubu bireylerin özgüven düzeylerinde olumlu yönde gelişme sağladığı düşünülmektedir. Ayrıca halk oyunları faaliyetleri spor olgusu içerisinde değerlendirilip ve bu yönde yapılan çalışmaların sayısının da çok az olduğu görülmektedir. Bu nedenle halk oyunları faaliyetlerinin bireyler üzerinde oluşturabileceği farklı etkilerini ortaya koyacak yeni çalışmaların sayısının artırılması faydalı olacaktır.

Öneriler

- Halk oyunları faaliyetleri spor olgusu içerisinde değerlendirilip futbol, güreş, voleybol vs. gibi fiziksel performansı gerektiren sporsal bir faaliyet olduğu insanlara aktarılmalı ve bu doğrultuda düşünülüp üzerinde çalışmalar yapılması önerilebilir
- Halk oyunları eğitiminin özgüven düzeyi üzerinde olumlu etkisinin olduğu düşünüldüğünde bu faaliyetlere katılmayan öğrencilerin aileleri başta olmak üzere öğretmenler, okul idarecileri vs. tarafından bu faaliyetlere teşvik edilmeli önerisinde bulunulabilir.
- Kadın bireylerin bu faaliyetlere katılımının desteklenmesi, ilgili kurumlarca gerekli bilgilendirilme yapılarak kadınların spora katılımı noktasında teşvikler yapılması önerilebilir.
- Halk oyunları kursları öğrencilere eğitim gördükleri okullarda ücretsiz olarak verilmektedir bu sebeple özgüven gelişiminin yaşantımızdaki önemi düşünüldüğünde gelir seviyesi düşük öğrencilerin bu kurslara katılım sağlaması yönünde bir öneride bulunulabilir.

Kaynakça

- Aslan, A., Doğanay, H., & Kırık, A. M. (2015). Lise Öğrencilerinde Spor Yapma ve Özgüven İlişkisi. *Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi*, 130-149.
- Bostancı, Ö., Karaduman, Ö. & Şebin, K. (2018). Dağcıların Özgüven Seviyelerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 145-154.
- Demirsipahi, C. (1975). *Türk Halk Oyunları*. Ankara: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.
- Günalp, A. (2007). Farklı Anne Baba Tutumlarının Okul Öncesi Eğitim Çağındaki Çocukların Özgüven Duygusunun Gelişimine Etkisi. Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İlköğretim Anabilim Dalı, Okul Öncesi Öğretmenliği Bilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi.
- Hambly, K. (1997). *Özgüven*. (B. Bıçakçı, Çev.) İstanbul: Rota Yayınları
- Hüdaver, Ö., & Karcılılar, A. (2005). *Morpa Spor Ansiklopedisi-5*. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- Karasar, N. (2009). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Kaya, D. (2011). *Sivas Halk Oyunları Halk Oyuncuları Davul ve Zurna Sanatçıları*. Sivas: Vilayet Yayınevi.
- Kaya, M. (2017). *Türk Halk Oyunları Fiziksel Zihinsel Boyutları*. Ankara: Ürün Yayınları.
- Kutlu, E. B. (2001). *İzcilik Eğitimine Katılan ve Katılmayan Öğrencilerin Özgüven Düzeylerinin Karşılaştırılması*. Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi.
- Merdinlioğlu, A. (2017). *Aerobik Egzersize Bağlı Yetişkin Kadın ve Erkek Bireylerde Beden Algısı ve Özgüven Değerinin Araştırılması*. T.C Muğla Sıtkı Kocaman Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi.
- Miçooğulları, B. O., & Kirazcı, S. (2010). Sporda Kendine Güven Kaynakları Ölçeğinin Türk Popülasyonuna Uyarlanması. *Spor Bilimleri Dergisi, Hacettepe Üniversitesi*, 155-163.
- Ödemiş, M. (2014). *12 Haftalık Latin Dans Eğitiminin Üniversite Öğrencilerinin Özgüven Düzeylerine Etkisinin İncelenmesi*. Çanakkale Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi.
- Özbek, Ö., Yoncalık, M. T. & Alıncak, F. (2017). Sporcu ve Sedanter Lise Öğrencilerinin Özgüven Düzeylerinin Karşılaştırılması. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 46-56.
- Özdemir, N. K. (2016). *Deneysel Bir Çalışma: Bibliyopsikolojik Danışmaya Dayalı Özgüven Geliştirme Programının 6. Sınıf Öğrencilerinin Özgüven Düzeylerine Etkisi*. İlköğretim Online, 136-147.
- Özer, E., Kaya, H., Kazazoğlu, N. & Bircan, Z. (2004). *Elazığ Halk Oyunları*. Elazığ: T.C Elazığ Valiliği Elazığ Kültür Kurultayı.
- Öztekin, H. (2018). *Özgüven Nasıl Kazanılır?* İstanbul: Elektronik Kitap Yayıncılık.
- Patır, N. E. (2016). *Yatılı ve Gündüzlü Eğitim Alan Ortaöğretim Öğrencilerinin Şiddet Eğilimleri ile Özgüvenleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Çocuk Gelişimi ve Eğitimi Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi.
- Saeed Abdulrahman, T. (2018). *Irakta Eğitim Gören 10-12 Yaş Grubu Spor Yapan ve Spor Yapmayan Öğrencilerin Fiziksel Uygunluk ve Özgüven Durumları*. Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı.
- Sarı, E. (2016). *Özgüven Duygusu*. Antalya: Net Medya Yayıncılık.
- Vealey, R. (2009). Confidence in Sports. *Handbook of Sports Medicine and Science*, 43-53.
- Yarımkaya, E. (2013). *12-14 Yaş Arası İlköğretim Öğrencilerinin Özgüven Düzeylerinin Voleybolda Servis Atma Becerisi Üzerine Etkisi*. Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi.