

‘Çarkçı Bale Lisans Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği’ Geçerlik Güvenirlik Çalışması*

‘Çarkçı Ballet Undergraduate Students Performance Anxiety Scal’ Validity and Reliability Study

Jaklin ÇARKÇI¹ , Çare SERTELİN MERCAN² 



DOI: 10.26650/CONS2020-0020

*Çalışma, birinci yazarın ikinci yazar danışmanlığındaki yüksek lisans tezinden üretilmiştir. IX. Uluslararası Yüksek Öğretimde Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Kongresi’nde sözlü bildiri olarak sunulmuştur (15-17 Kasım 2019, İstanbul)

¹Doç. Dr. İstanbul Üniversitesi Devlet Konservatuarı Sahne Sanatları Ana Sanat Dalı, Opera Bölümü, İstanbul, Türkiye

²Dr. Öğr. Üyesi, İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa, Hasan Ali Yücel Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı, İstanbul, Türkiye

ORCID: J.K. 0000 0001-9214-1473;
Ç.S.M. 0000 0002-5594-1196

Sorumlu yazar/Corresponding author:
Çare Sertelin Mercan,
İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa, Hasan Ali Yücel Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı, İstanbul, Türkiye
E-posta/E-mail: sertelin@istanbul.edu.tr

Başvuru/Submitted: 04.06.2020

Revizyon Talebi/Revision Requested:
15.06.2020

Son Revizyon/Last Revision Received:
18.06.2020

Kabul/Accepted: 22.06.2020

Atıf/Citation: Çarkçı, J. & Sertelin Mercan, C. (2020). ‘Çarkçı bale lisans öğrencileri performans kaygısı ölçeği’ geçerlik güvenirlik çalışması. *Konservatoryum - Conservatorium*, 7(1), 57-78. <https://doi.org/10.26650/CONS2020-0020>

Öz

Performans kaygısı sahne sanatçılarının duygusal, bilişsel iyi oluşunu, sahne üzerindeki performansını dolayısıyla kendilik algısını, öz saygısını ve kariyer gelişimini etkileyen önemli bir unsurdur. Kaygı, patolojik bir hal almadığı sürece bilişsel davranışçı bazı tekniklerin öğrenilmesi ile kontrol altına alınabilmektedir, bunun için erken farkındalık önemlidir. Bu çalışmanın amacı konservatuvarda öğrenimine devam etmekte olan bale lisans öğrencilerinin performans kaygı düzeylerini ve bu kaygının kaynaklarını belirlemek üzere bir ölçme aracı geliştirmektir. Bu doğrultuda 2017-2019 yılları arasında 8 konservatuvarda 199 bale lisans öğrencisi ile çalışılmıştır. Bale öğrencileri ile yapılan görüşmeler sonrasında hazırlanan madde havuzu uzman görüşlerine sunulmuş, sonrasında gerekli düzenlemeler yapılarak açılımcı ve doğrulayıcı faktör analizleri, dış ölçüt geçerliliği ve test-tekrar test güvenirlik analizleri yapılmıştır. Analizler sonucunda 21 madde 4 alt boyuttan (Teknik özgüven, Adaptasyon gücü, Yüzleşme, Dayanıklılık) oluşan 5’li Likert tipinde bir ölçme aracı geliştirilmiştir. Ölçeğin psikometrik özellikleri, konservatuvar bale öğrencilerinin performans kaygılarının düzeyini ve kaygının kaynaklarını belirlemede kullanılabilecek geçerli ve güvenilir bir araç olduğunu ortaya koymaktadır. Ölçek, yüksek güvenirlilik, madde uyumu açısından da mükemmel ve kabul edilebilir uyum değerleri ortaya koymuştur. Ayrıca test-tekrar test analizi sonuçları, ölçeğin kararlılığının da yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçeğin dış geçerlilik çalışması için, katılımcılara uygulanan Liebowitz sosyal kaygı ölçeği ile anlamlı ilişkiler ortaya koyduğu saptanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Bale, Ölçek Geliştirme, Performans Kaygısı

ABSTRACT

Performance anxiety is an important factor affecting the emotional and cognitive well-being, stage performance, self-perception, self-esteem and career development of performing artists. Anxiety, if it is not pathological, can be controlled by achieving some cognitive-behavioural techniques; thus, early awareness has a crucial importance. The aim of this study is to develop a tool to determine the performance anxiety levels and sources of undergraduate ballet students enrolled in conservatories. For this purpose, between 2017-2019, researchers studied 199 undergraduate students from 8 conservatories. An item pool was prepared after the interviews with ballet students, secondly the item pool presented expert opinions, due to expert evaluations necessary

adjustments were arranged and exploratory and confirmatory factor analyses, external criterion validity and test-retest reliability analyses were performed. As a result of the analyses, a five-point Likert-type measurement tool consisting of 21 items and 4 sub-dimensions (namely technical self-confidence, adaptation capability, confrontation and resilience) was developed. The psychometric properties of the scale reveal that it is a valid and reliable tool that can be used to determine the level of performance anxiety and sources of anxiety in conservatory ballet students. The scale revealed high reliability, also excellent and acceptable goodness of fit indices. In addition, test-retest scores indicate high reliability. The external validity study of the scale reveals significant correlations with Liebowitz Social Anxiety Scale.

Keywords: Ballet, Scale Development, Performance Anxiety

EXTENDED ABSTRACT

Introduction

Performance anxiety is the fear about one's ability to perform a specific task. Athletes, musicians, actors, performing artists, dancers and public speakers generally examine performance anxiety. Stress and anxiety about performing in front of others, and being evaluated by others, cause performance anxiety. Performance anxiety has negative effects on performers self-esteem and self-confidence. Performance anxiety can affect individual's performance and career.

It is natural that the biological, psychological and social structure of the performing artist displays a circular pattern that directly affects the success and individual's self-identity and existence. When stage fear, or in other words performance anxiety reaches high levels, it has the power to prevent the performance artist's stage success and career development. Moreover, performing artists are stressed both physically, cognitively and emotionally during stage performance. In this context, especially in Turkey, there have been few studies conducted into the psychology of opera, theatre and ballet artists. One of the most important obstacles to do research in this field, is the lack of scales to measure the emotional and cognitive responses of stage artists and conservatory undergraduate students. To fill this gap, this study aims to develop self-efficacy and performance anxiety scales for opera, ballet, drama artists and students in these branches. The "Çarkçı Ballet Undergraduate Students' Performance Anxiety Scale," which is presented in the current study, is a part of this research.

Methodology

The item pool was framed by referring to anxiety, performance anxiety and stage freight literature, the theoretical framework, and via the interviews realised with undergraduate

students, and educators in the conservatory ballet branch. By the mentioned process writers set forth scale items. In order to establish the content validity of the scale, the items were subjected to field experts from psychological counselling and guidance department and from the opera branch of state conservatory, all experts were faculty members. After expert reviews necessary modifications were made. 54 items were reorganised according to the experts' suggestions. The scale development is realised with two steps. The study was carried out in two parts. Study 1 was a pilot study, with the participation of 100 ballet undergraduate students, it an initial exploratory factor analysis has been realised with this group. In the second study exploratory and confirmatory factor analysis, convergent validity and reliability analysis were carried out with the participation of 158 undergraduate ballet students from 6 different cities in Turkey. Additionally, 30 students were enrolled for reliability analysis.

Results

Initially a pilot study was conducted. The pilot study started with 54 items. Within the exploratory factor analysis, items that had item-total correlations coefficients lower than .30 and items that showed a difference between factor loadings of less than .10 were removed. With these criteria 25 items were removed from the scale. Analysis was repeated with the remaining 29 items. Results of the pilot study reveals a meaningful value of KMO .835. Items factor loadings are varied between .442 and .803 ($p < .001$). Principal components analyses are realised with varimax rotation and a four-factor construct has been obtained, with a total variance of 66.96%.

In the second step of the study, the scale was administrated to a sample group of 158 undergraduate students from conservatory ballet departments in Turkey. Exploratory factor analysis was applied to this data and 8 items were removed from the scale according to the criteria mentioned above. Analyses were carried out with the remaining 21 items once again. The KMO value was found to be .872, which although is quite high, is an acceptable value. Principal components analysis was conducted with varimax rotation, the four-factor structure was conserved, and the total variance was calculated as being 61.96 %. The first factor consists of 6 items ($\alpha = .862$), the second factor consists of 6 items ($\alpha = .874$), the third factor consists of 5 items ($\alpha = .786$) and the fourth factor consists of 4 items ($\alpha = .695$). Cronbach's alpha coefficient for the total point of the scale was calculated as $\alpha = .922$.

Confirmatory factor analysis was applied to test the accuracy of the predetermined factor structure. Structural equation modelling was used. Results of fit indices revealed that all values except CFI and NFI values provided a perfect fit to the data, CFI and NFI values were among the acceptable fit threshold.

For the reliability analysis test-re-test correlations were calculated, with repeating measures in a two week period, results reveal a high correlation ($r=.985$; $p<.000$). Criterion validity of the scale was realised with the Liebowitz social anxiety scale. Results of the Pearson Correlation Coefficients reveal a meaningful correlation among sub scales, the total score of the performance anxiety scale and the Liebowitz social anxiety scale.

Discussion and Conclusion

The first sub scale is “technical self-confidence” and consists of 6 items. The second sub scale is “adaptation capability” and consists of 6 items. The third sub-scale is confrontation and consists of 5 items. The fourth sub scale is “resilience” and consists of 4 items. The higher scores derived from the scale indicate high performance anxiety and lower scores indicate low performance anxiety.

The Çarkçı Ballet Undergraduate Students Performance Anxiety Scale is a reliable and valid scale to evaluate the performance anxiety of conservatory undergraduate ballet students regarding stage and school performances. It aims to fill a gap in the field to determine the anxiety level of undergraduate ballet students regarding their artistic performances. Thus, it may be possible to develop their coping skills at the beginning of their professional life.

Giriş

Müzik ve dansın tarihi insanlık tarihi kadar eskidir. İnsanoğlu müzik ve dansı, tarih boyunca kendini ifade etmenin bir aracı olarak kullanmıştır. Müzik ve dans ilk çağlardan beri bir terapi aracı olarak, Afrika'nın en ilkel kabilelerden, Aborjinlere, Hint ve Uzak doğu felsefelerinden, Tevrat'taki Eski Ahit yazıtlarına, Paganlardan Kamlara, Ortaçağ İslam bilginlerinde su ve müzik sesi ile tedavide, Selçuklu ve Osmanlılarda kullanıldığı bilinmektedir. Günümüzde de müziğin, resmin, dramının, hareket ve dansın kısaca sanat terapisinin, psikolojik sıkıntıların belirlenmesinde ve sağaltımında kullanılması geleneği oldukça yaygınlaşmıştır. Güzel sanatlar temelli terapi sistemlerinin, bu denli önemli hale gelmiş olması ve danışanlardan alınan pozitif geri bildirimler, sanatsal faaliyetlerin insan psikolojisi üzerindeki olumlu etkisini ortaya koymaktadır. Bununla birlikte bir de madalyonun öteki yüzü vardır ki literatürde pek yer bulamamıştır. Eğer sanat, bir sağaltım aracı olarak kullanılabilir ise eğitim ya da sanatın gereklerinin eğitimsel ve psikolojik bakımdan örseleyici yollarla kullanımı, bireyde psikolojik fizyolojik ve/veya bilişsel sıkıntılara neden olabilir. Sahne sanatçıları ve sanatçı adayları, sahne performansları esnasında hem icracı hem de sanatın nesnesi olarak sahnede konumlanmaktadır. Bu bakımdan sahne üzerinde performans sergileyen sanatçının duygu durumu, kendilik algısı, öz yeterlilik algısı, özgüveni ve kaygı hali, sahne sanatçısı ve meslek tercihini yapmış, eğitimine devam eden sanatçı adayları için son derece önemli bir konudur. Bu noktadan hareketle opera, bale ve tiyatro sanatçıları ve öğrencilerinin, sanatlarını icra etmeye yönelik performans kaygılarının nedenlerinin bireysel ve çevresel faktörler göz önünde bulundurularak değerlendirilmesi önemlidir.

Fehm ve Schmidt, performans kaygısını, herhangi bir sosyal ortam içerisinde seyirciye karşı canlı gerçekleştirilen gösterilerde bireylerin her an küçük düşecekmiş korkusu yaşayarak performansındaki olumsuz duygulanım hali olarak açıklar (aktaran Kafadar, 2009). Salmon ise sahne üzerinde icracı konumda olan sanatçılar tarafından yaşanan bu kaygı türünün, literatürde sahne korkusu, stres sendromu ve performans kaygısı olarak da adlandırıldığını belirtmiştir (aktaran Kafadar, 2009). Performans kaygısı, sosyal kaygı probleminin özgül formlarından birisi olarak da geçmektedir. Çoğu sanatçı ve öğrenci; jüri, dinleyici ve eğitimcilerin önünde ve şef/rejisör/koreograf karşısında performans sergilemede yüksek kaygı yaşadıklarını bildirmişler ve onları tehdit unsuru olarak algıladıklarını dile getirmişlerdir (Çirakoğlu, 2013). Performans kaygısı, bireylerin kendilerine yönelik özgüvenlerinin sınıandığı ve savunma mekanizmalarının işlevselliğini yitirip

bireylerin kapasitesinin altında performans göstermesine neden olan bir korku halidir (Alptekin, 2012).

Genellikle sahneye çıkma hazırlığı içinde olan sanatçılarda görülen özgül bir fobi olan performans kaygısı, sanatçıların mükemmeliyetçi kişilik yapısı gereği, olası olumsuz durumlara karşı hazırlıksız olup mantık dışı tepkiler verilmesi, sahne performansı sırasında sempatik sinir sistemi etkisi ile el ve ayaklarda aşırı terleme, göz bebeklerinin büyümesi, hızlı nefes alma/verme ve kalp çarpıntısı gibi bedensel tepkiler göstermesi ve zaman zaman sahneden kaçınma veya erteleme şeklindeki davranış belirtileri ile kendini gösterir (Kafadar, 2009).

Performans kaygısı, bireyin sergileyeceği performans hakkında negatif sonuçlar almakta, eleştirilmekten, yeterince başarılı olamamaktan endişe duymasıdır. Le Blanc'a (aktaran Alptekin, 2012) göre performans kaygısı yaş, sağlık ve yeterli hazırlanma süresi, izleyici sayısı, ezberin iyi olması, seyircilerin bilgi düzeyi, sanatçının onlara atfettiği önem, ses/görüntü kayıt araçlarının kullanılması gibi faktörlerden etkilenmektedir. Performans kaygısı, kişide fizyolojik (nefes darlığı, kalp çarpıntısı, ağız kuruluğu, mide bulantısı, titreme, soğuk eller, aşırı tuvalet ihtiyacı), bilişsel (özgüven kaybı, performans hakkındaki düşünceler, hatırlama problemleri, hata yapma korkusu, dikkat ve denge kaybı, hatanın sonuçlarına dair çıkarımlar, statü kaybı öngörüsü, performanstan kopma korkusu) ve davranışsal (güçsüzlük, sesin titremesi, çevreye karşı agresif tavırlar, gergin ve kalkık omuzlar, sosyal ilişkilerde bozulma) belirtilerle hazırlık ve performans sırasında kendini gösterir (aktaran Tokinan, 2013).

Hemen hemen tüm sahne sanatçılarının/öğrencisinin yaşadığı duygu olan bu kaygı türünü etkileyen en önemli etmenler; başta yaş, cinsiyet, olmak üzere kişilik, anne/baba tutumları ve eğitim durumu, sosyoekonomik düzey değişkenleridir (Kurtoğlu, 2017). Kişilik açısından ele alındığında, üniversite öğrencileri ile gerçekleştirilen çalışmalarda, bireylerin dışa dönüklük, açıklık, uyumluluk ve öz disiplin puanları arttıkça kaygıya daha dayanıklı oldukları ve bu durumu iyi yönetebildikleri tespit edilmiştir. Buna karşılık içe dönük ve nevrotik puanları yüksek bireylerin, kaygılarını yönetmede daha fazla zorluk çektikleri görülmüştür (Burger, 2006; Costa ve McCrae, 1992; Berry ve Hansen, 2000; Arthur ve Graziano, 1996; Côté ve Moscowitz, 1998; Jensen-Campbell ve Graziano, 2001). Beş faktör kişilik kuramının çalışmaları değerlendirildiğinde, içe dönük ve nevrotizm özelliklerinin kaygı ile ilişkili olduğu görülmektedir.

Kaygı ve özgüven birbiriyle ilişkili kavramlardır. Çocuk, hem dünyaya hem de kendine karşı güven duygusunu bebeklikten itibaren aile içinde geliştirir. Bu bağlamda kendisine güven duyması ve başarılı olması için anne babalara önemli görev ve sorumluluklar düşmektedir (Aral ve Başar, 1998). Ebeveynler çocuktan beklentileri, eleştiri düzeyleri, demokratik bir ebeveynlik sergileyip sergilemedikleri ve benzer tutumlarıyla çocukta kaygıya neden olabilmektedir. Bununla birlikte kaygı bozukluğu yaşayan çocukların ebeveynlerinde de benzer sorunlar tespit edilmiştir (Kearney, 2005). Ebeveynler ile çocukların kaygı düzeyleri arasındaki ilişki, genetik yatkınlıktan kaynaklanabileceği gibi ebeveynin kaygılı bir birey olarak çocuğa yanlış modeller sunması da önemli bir etken olarak görülmektedir (Eley, 2001; Kearney, 2005). Aile ortamında güvenli ortam yaratma görevi ebeveynlere düşerken eğitim kurumlarında bu yöndeki yol göstericiler eğitimciler ve/veya rehberler olmalıdır (Cüceloğlu, 1997). Eğitimcilerin çocuğun olası kaygı belirtilerine, ona özgüven duygusu aşılayarak, önüne yapabileceği hedefler koyarak, başarılarını fark etmesini ve öğrencinin başarıları ile gurur duymasına rehberlik ederek yaklaşmalıdırlar. Bu bağlamda gençlerin hedefledikleri dans kariyeri yörüngesindeki kaygılarının temelinde yatan nedenlerin ölçülebilmesi ve anlaşılacak şekilde şekillenmesi, pedagojik açıdan olduğu kadar toplumsal açıdan da önemli olacaktır.

Son 10 yılda gerçekleşen çalışmalar, sahne sanatçıları ve öğrencilerinin kaygıyı bastırma ve stresin damarlarda neden olduğu daralmayı azaltmak amacıyla alkol ve bazı sedatif ilaçların doktor kontrolü dışında kullandıklarını (Teztel ve Aşkın 2007; Çırakoğlu ve Şentürk 2013), bu maddelerin performans sırasındaki motor, dikkat süreçleri ve kontrol mekanizmalarını olumsuz etkilediğini, uzun vadede ise bağımlılık riski taşıdığını ortaya koymaktadır (Çırakoğlu, 2013). Öte yandan yapılan diğer çalışmalarda, sahne sanatlarında performans kaygısının başarıyı etkileyen en önemli unsurların başında geldiği saptanmıştır (Kabakçı 2016; Tokinan 2013).

Sosyal kaygı, bireylerin herhangi bir sosyal çevre içerisinde olumsuz eleştiri alacakmış endişesiyle kendisini sosyal çevreden uzaklaştırması olarak tanımlanmaktadır. Bu probleme sahip bireylerin davranışlarındaki işlevsellik azalarak mevcut performanslarını gösteremeyecekleri bilinmektedir (Kabakçı, 2016). Sahneye çıkan tüm sanatçılar için performans kaygısı problem haline gelmeyebilir. Sahne sanatçılarının performansları öncesinde belli bir heyecan yaşaması olağandır ve bu heyecan çoğu zaman daha iyi performans için gereklidir. Ancak kaygının yoğun yaşandığı örneklerde bazı sanatçıların bu kaygıyı yönetemediği, bazı sanatçıların ise kaygıyla baş edemediği bilinmektedir. Sanat-

çılarının performans kaygısını çok yoğun şekilde yaşadıkları durumlarda sempatik sinir sistemlerinin etkisiyle ellerinde ve ayaklarında korkudan titreme, baygınlık geçirme, nefes alıp vermede zorluk yaşama ve beraberinde potansiyelinin tamamını sergileyememe problemi yaşadıkları görülmektedir (Tezel ve Aşkın, 2007; Çırakoğlu ve Şentürk, 2013). Kaygının giderek yoğunluğunu arttırmasıyla, tıpkı bir panik atak geçirir gibi davranış belirtileri göstermektedirler. Bu durum, sanatçıların sahnede performansını gösterirken özgüvenlerini azaltmaktadır (Çırakoğlu, 2013). Bu doğrultuda sahne sanatçıları dikkat, konsantrasyon ve rahatlama tekniklerini kullanma konusunda kendilerini eğitilebilmelidirler (Alptekin, 2012). Kaygıyı azaltmaya yönelik beceri ve tekniklerin kullanımı sanatçı adayının eğitiminin bir parçası olmalıdır. Ancak, bunların yapılabilmesi için sanatçı adayları henüz eğitim aşamasında iken performans kaygı düzeyleri ve bu kaygının kaynakları ve kaygı yönetme becerilerinin saptanabilmesi gerekmektedir. Bu ihtiyacın karşılanması ise psikometrik özellikleri ortaya konmuş ölçme araçları ile mümkündür.

Literatürde müzik, piyano, performans sanatçılarına yönelik McCormick ve McPherson, (2003; 2006) Kenny, Davis ve Oates, (2004), Ritchie ve Williamon (2011; 2012) Tokinan (2013), Çırakoğlu ve Şentürk (2013) Kabakçı (2016), tarafından geliştirilmiş az sayıda ölçek olduğu görülmüş olmasına rağmen özellikle Türkiye’de opera, bale ve tiyatro sanatçıları ve öğrencileri adına çok az sayıda araştırma yapıldığı görülmektedir. Bu bağlamda sahne sanatları alanları olan opera, bale ve tiyatro sanatçılarına ve lisans öğrencilerine yönelik performans kaygısı ve öz-yeterlilik ölçeği geliştirme çalışması yapılması hedeflenmiştir. Mevcut çalışmada ele alınan “Çarkçı Bale Lisans Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği” belirtilen çalışmanın bir bölümünü oluşturmaktadır.

Yöntem

Araştırmada öncelikli olarak literatür taraması ve kuramsal çerçeve belirlenmiştir. Daha sonra madde havuzu oluşturulması ve bu havuzda yer alan maddelerin uzmanlar tarafından değerlendirilmesi sağlanmıştır. Uygulamaya ilişkin gerekli etik kurul izinleri alındıktan sonra, pilot uygulama ile ölçeğin geçerliliği ve güvenilirliği tespit edilmeye çalışılmıştır. Ölçeklerin taslak olarak alt boyutların belirlenmesi için yapılan madde korelasyon katsayıları ile ölçeklere ilişkin örneklem büyüklüğü ve uygunluk testleri yapılarak alt boyutları oluşturan madde dağılımları tespit edilmiştir. Analizler sonucunda ortaya konan yeni form, örneklem grubuna uygulanmıştır. Kapsam geçerliliği için uzman görüşü, yapı geçerliliği için açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi, iç tutarlılık

analizi yapılmış ve dış ölçüt geçerliliği incelenmiştir. Güvenirlilik analizleri kapsamında Cronbach alfa, madde toplam puan ve test-tekrar test korelasyonları hesaplanmıştır. Bütün sonuçlar araştırmanın amacı çerçevesinde çözümlenerek bulgular kısmında rapor haline getirilmiştir.

Evren ve Örneklem

Araştırmanın örneklemini Türkiye’de 6 şehirden (İstanbul, Ankara, İzmir, Antalya, Adana, ve Mersin) 8 devlet üniversitesinin konservatuvarlarında sahne sanatları bale anabilim dalında öğrenimine devam eden öğrenciler oluşturmaktadır. Gerekli izinler ve etik kurul onayı alınarak, belirtilen evrenden elverişli örnekleme yoluyla 199 bale lisans öğrencisine farklı zamanlarda araştırmacı tarafından ulaşılmış ve gönüllülük esasına dayalı olarak ölçekler uygulanmıştır. Veriler katılımcıların samimi cevaplar verildiği varsayımı ile analize dahil edilmiştir. Aşağıda çalışmaya katılan öğrencilere dair dağılımlara ilişkin tanımlayıcı istatistik bilgileri sunulmuştur.

Tablo 1. Örneklem grubunun okudukları üniversite yaş ve cinsiyete göre dağılımı

Üniversite	Cinsiyet		Yaş			Sınıf (Lisans)			
	Kız	Erkek	18-20	21-23	24 ve üstü	1	2	3	4
İstanbul Üniversitesi	23	4	22	4	1	9	9	5	4
	7	3	9	-	-	4	3	2	-
Mimar Sinan Üniversitesi	15	5	14	5	1	9	5	3	3
Ankara Üniversitesi	33	8	33	7	1	12	9	8	12
Hacettepe Üniversitesi	8	1	9	-	-	4	3	2	-
Çukurova Üniversitesi	9	3	12	-	-	7	4	1	-
Mersin Üniversitesi	6	1	7	-	-	5	2	-	-
Akdeniz Üniversitesi	22	10	31	1	-	16	9	4	3

Demografik bilgi formu ana örneklem grubundaki 158 öğrenciye verilmiştir. Örneklem grubunun dağılımı Tablo 1’de görülmektedir. Bu bağlamda örnekleme oluşturan 158 öğrencinin %22,2’sinin (n=35) erkek, %77,8’inin (n=123) kadın olduğu belirlenmiştir. Bale öğrencilerine ait yaş aralıklarına göre dağılıma bakıldığında, %87,3’ünün (n=138) 18-20 yaş aralığında, %10,8’inin (n= 17) 21-24 yaş aralığında, % 1,9’unun (n=3) 24 ve üzeri yaş aralığında olduğu belirlenmiştir. Konservatuvar bale lisans öğrencilerinin sınıflara göre dağılımına bakıldığında, %41,8’inin (n= 66) birinci sınıfta, %27,8’inin (n= 44) ikinci sınıfta, %15,2’sinin (n= 24) üçüncü sınıfta, %15,2’sinin (n= 24) dördüncü sınıfta öğrenim gördüğü belirlenmiştir.

Veri toplama araçları ve süreci

Araştırmanın amacı konservatuar bale bölümü lisans düzeyindeki öğrencilerinin performans kaygısını değerlendirmek amacıyla bir ölçme aracı geliştirmek, geçerlilik ve güvenilirlik çalışmasını yapmaktır. Çalışma kapsamında geliştirilen ölçek ve dış kriter geçerliliği için kullanılan Leibowitz Sosyal Kaygı Ölçeği'ne ilişkin bilgiler aşağıda verilmiştir. Ayrıca yaş, cinsiyet ve sınıf düzeyi gibi bilgileri içeren sosyo-demografik bilgi formu kullanılmıştır.

Çarkçı Bale Lisans Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği: Araştırmanın amacı konservatuar bale lisans öğrencilerinin performans kaygısının düzeyini ve kaynaklarını belirleyecek bir ölçme aracı geliştirmektir. Söz konusu ölçek, bu amaç doğrultusunda mevcut çalışma kapsamında geliştirilmiştir. Çalışmada öncelikle konservatuar bale bölümünde lisans eğitimi gören 27 öğrenci ile araştırmacı tarafından görüşülmüş, performans kaygısı madde havuzu oluşturulmuştur. Oluşturulan maddeler iki bale ve üç psikolojik danışmanlık ve rehberlik uzmanı tarafından değerlendirilmiştir. Uzman görüşleri doğrultusunda revize edilmiştir. Toplam 63 itemlik madde havuzu 54 madde olarak tekrar düzenlenmiştir. 5'li likert tipinde bir ölçek hazırlanmıştır. Açıklayıcı ve doğrulayıcı faktör analizleri sonucunda 21 madde, 4 alt boyuttan oluşan bir ölçek elde edilmiştir. Ölçeğin Cronbach Alfa yöntemi ile güvenilirlik katsayıları hesaplanmıştır. Birinci faktörü 6 maddeden ($\alpha = .862$), ikinci faktörü 6 maddeden ($\alpha = .874$), üçüncü faktörü 5 maddeden ($\alpha = .786$), dördüncü faktörü 4 maddeden ($\alpha = .695$) oluşmuştur. Ölçeğin tümüne ilişkin güvenilirlik katsayısı Cronbach α .922 olarak hesaplanmıştır. Test-tekrar test güvenilirlik katsayısı .985 olarak hesaplanmıştır.

Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği: Dış geçerlilik çalışması için Leibowitz Sosyal kaygı ölçeği kullanılmıştır. Ölçek Heimberg, Horner, Juster ve diğerleri (1999) tarafından geliştirilmiş, Soykan, Özgüven ve Gençöz (2003) tarafından Türkçe adaptasyon çalışması yapılmıştır. Toplam 24 madde dördümlü Likert tipinde ayrı ayrı kaygı ve kaçınma alt başlıkları için değerlendirilebilen öz bildirim dayalı bir ölçme aracıdır. Ölçeğin test-tekrar test güvenilirliği .97, bütün ölçek maddeleri için cronbach alfa .96 olarak hesaplanmıştır.

Verilerin Çözümlemesi

Faktör analizi, sosyal bilimlerde ölçek geliştirme çalışmalarında yapı geçerliliğine ilişkin kanıt elde etmek, ölçme aracının geçerliliğine ilişkin faktör yapısını ortaya çıkarmak

için uygulanır. Faktör analizinden önce itemlerin belirlenmiş olması gerekir. Itemlerin oluşturulabilmesi için öncelikle konservatuvar bale bölümünde lisans eğitimi gören 27 öğrenci ile araştırmacı tarafından görüşülmüş, kaygı yaşadıkları alanları, onlarda kaygı yaratan durumları anlatmaları istenmiştir. Bu çerçevede öğrencilerle samimi sohbetler gerçekleştirilerek nitel veri elde etmek amaçlanmıştır. Buradan elde edilen nitel veriler araştırmacı tarafından ölçek maddeleri şeklinde düzenlenmiş performans kaygısı madde havuzu oluşturulmuştur. Oluşturulan maddeler iki bale ve üç psikolojik danışmanlık ve rehberlik uzmanı tarafından değerlendirilmiştir. Uzman görüşleri doğrultusunda revize edilmiştir. Toplam 63 itemlik madde havuzu uzman görüşleri sonrasında 54 madde olarak tekrar düzenlenmiştir. 5'li likert tipinde bir ölçek hazırlanmıştır.

54 madde ile faktör analizine gidilmiştir. Faktör analizi birbiriyle ilişkili çok sayıdaki değişkeni bir araya getirerek, kavramsal olarak anlamlı daha az sayıda değişken bulmayı amaçlar (Çokluk, Şekercioğlu ve Büyüköztürk, 2010) Bu çalışmada da verilerin çözümlenmesine pilot uygulamada elde edilen veri setlerinin faktör analizi ile başlanmıştır. Açımlayıcı faktör analizinin değişken azaltma ve ortaya çıkan faktörlerin, davranışın anlaşılmasına yardımcı olan kuramın yapıları ile benzer olup olmadığını ortaya koyar (Çokluk, Şekercioğlu ve Büyüköztürk, 2010). Bu nedenle pilot uygulamadan elde edilen veriler açımlayıcı faktör analizine tabii tutulmuştur. Bir maddenin faktör yük değerinin düşük olması, o maddenin faktörle yeterince güçlü bir ilişki içinde olmadığını gösterir. Literatürde yaygın görüş 0.30'un altında faktör yük değerine sahip maddelerin düşük ilişki gösterdiği yönündedir (Çokluk, Şekercioğlu ve Büyüköztürk, 2010). Bu nedenle faktör yük değeri 0.30'un altında çıkan maddeler ve ayırt edicilik özelliği göstermeyen maddeler ölçekten çıkarılmıştır. Elde edilen yeni ölçek formu örneklem grubuna uygulanmış ve veri setleri tekrar açımlayıcı faktör analizine tabii tutulmuştur. Aynı kriterlerle ölçekten çıkarılan maddeler sonucunda 22 maddenin 4 faktörde toplandığı bir yapı ortaya konmuştur. En yüksek faktör yüküne sahip birinci faktörden başlayarak altboyut isimleri içerdikleri maddeler incelenerek, literatürden seçilen uygun kavramlarla etiketlenmişlerdir. Açımlayıcı faktör analizleri ölçek geliştirmenin ilk evrelerinde kullanışlıdır, ancak ölçme aracına ilişkin faktör desenini ortaya koymak için uygulanan açımlayıcı analizlerin ardından modelin doğrulayıcı tekniklerle de incelenmesi tercih edilir (Çokluk, Şekercioğlu ve Büyüköztürk, 2010). Çalışmada açımlayıcı faktör analizinden sonra yapılan doğrulayıcı faktör analiziyle faktörlerin dağılımı doğrulanmıştır. Ölçeklere ilişkin güvenirlik testi Crohbach Alpha değeri ile belirlenmiştir. Alt boyutlar arasında doğru-

sallığın tespiti amacıyla Pearson Korelasyon analizi yapılmıştır. Ölçeğin dış geçerliliği için literatürde kabul görmüş sosyal kaygı ölçeği ile korelasyon analizi araştırılmıştır. Bununla birlikte ölçeklerin genellenebilir olup olmadığı test-tekrar test tekniği ile analiz edilmiştir. Bütün istatistikler %95 anlamlılık düzeyinde karşılaştırılmıştır. Araştırmanın verileri bilgisayar ortamına aktarılarak SPSS 25.0 istatistik paket programı ile analiz edilirken, Doğrulayıcı Faktör Analizi AMOS 24.0 paket programı ile analiz edilmiştir.

Bulgular

Araştırma bulguları, yapılan analizler doğrultusunda sunulmuştur. Sırasıyla pilot çalışma açıklayıcı faktör analizi, örneklem çalışması açıklayıcı faktör analizi, doğrulayıcı faktör analizi, dış ölçüt geçerliliği ve test-tekrar test güvenirlik analizlerine ilişkin bulgulara bu bölümde yer verilmiştir.

Düşük örneklem ile yapılan pilot çalışmaları genellenebilirlik düzeylerinin düşük olmasına ve güvenirlik düzeylerinin düşük olması gibi sonuçlar verebilmektedir. Bununla birlikte yapılan açıklayıcı faktör analizinde kovaryans matrislerin oluşmaması gibi sonuçlar doğurabilmektedir. Bu nedenle bu tür sorunların azaltılması için çalışmada pilot uygulamada kullanılması gereken veri büyüklüğü hesaplanmıştır. Pilot uygulama için yapılan açıklayıcı faktör analizine 54 madde ile başlanmış tüm maddeler için toplam korelasyon incelenmiştir. Madde-toplam korelasyonu, Cronbach Alfa değerinin iyileştirilmesinde kullanılır. Bu doğrultuda madde-toplam korelasyon puanı .30'dan küçük olan ve birden fazla boyutta yüksek faktör yükü olan ayrıca yükler arasındaki farkın .10'dan düşük olan maddeler çıkarılmıştır. Bu kapsamda toplam 25 madde analizden çıkarılmıştır. Geriye kalan 29 madde ile analiz tekrar yapılmış, altı faktörlü bir yapı ortaya çıkmıştır.

Tablo 2. Çarkçı Bale Lisans Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği Açımlayıcı Faktör Analizi Sonuçları (Pilot çalışma) (n=100)

	1	2	3	4	5	6
P33	,737					
P41	,734					
P34	,710					
P43	,673					
P40	,605					
P3	,442					
P52		,803				
P53		,785				
P48		,742				
P49		,616				
P18		,606				
P30		,556				
P37			,787			
P35			,754			
P36			,742			
P5			,557			
P54			,453			
P23				,752		
P38				,719		
P42				,696		
P39				,627		
P12					,771	
P9					,710	
P10					,659	
P29					,623	
P28						,685
P21						,570
P25						,552
P24						,530
Kaiser – Meyer – Olkin (KMO) Testi					,835	
Bartlett Küresellik Testi			X2		1532,765	
			Sd		406	
			P		,000	

Yapılan açıklayıcı faktör analizine göre maddelerin korelasyon yüklerinin .442 ile .803 ($p<,001$) arasında olduğu görülmektedir. KMO, 835 değer ile yüksek düzeyde anlamlılık saptanmıştır. Açımlayıcı faktör analizinde temel bileşenler analizi ve varimax döndürme tekniği kullanılmıştır. Analiz sonucunda 6 alt boyut oluşmuştur. Sonuç olarak yine 6 alt boyutta toplam 29 madde ile ölçek oluşmuştur. Altı alt boyutun açıkladığı toplam varyans % 66,959 olarak bulunmuştur.

Ölçeğin Cronbach Alfa yöntemi ile güvenilirlik katsayıları hesaplanmıştır. Birinci faktörü 5 maddeden ($\alpha=.768$), ikinci faktörü 6 maddeden ($\alpha=.872$), üçüncü faktörü 6 maddeden ($\alpha=.840$), dördüncü faktörü 4 maddeden ($\alpha=.819$), beşinci faktörü 4 maddeden ($\alpha=.762$), altıncı faktörü 4 maddeden ($\alpha=.684$) oluşmuştur. Ölçeğin tümüne ilişkin güvenilirlik katsayısı Cronbach $\alpha=.944$ olarak hesaplanmıştır.

Pilot çalışmada, açımlayıcı faktör analizi ve güvenilirlik analizi sonucunda elde edilen 5'li Likert stilinde 29 madde ve 6 boyuttan oluşan ölçek 158 kişiden oluşan örneklem grubuna uygulanmış ve açımlayıcı faktör analizi sonuçları ile ölçeğin güvenilirlik katsayıları aşağıda verilmiştir.

Tablo 3. Çarkçı Bale Lisans Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği
Açımlayıcı Faktör Analizi (n=158)

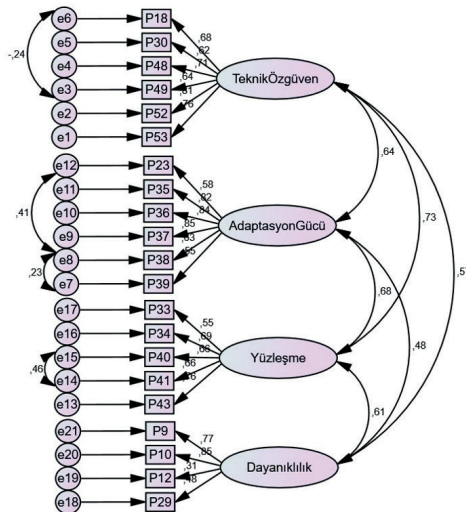
	Birinci Faktör	İkinci Faktör	Üçüncü Faktör	Dördüncü Faktör	Madde Toplam Puan Korelasyonu
Item52	,836				,659
Item48	,790				,570
Item53	,717				,639
Item49	,661				,542
Item18	,631				,580
Item30	,556				,644
Item37		,782			,689
Item38		,767			,591
Item36		,741			,689
Item35		,668			,681
Item23		,576			,608
Item39		,547			,609
Item41			,744		,607
Item43			,673		,649
Item33			,638		,439
Item40			,622		,660
Item34			,568		,615
Item9				,794	,531
Item10				,729	,568
Item12				,618	,292
Item29				,548	,527
Faktör Yükleri	18,639	17,427	15,290	10,605	
Açıklanan Toplam Varyans			61,961		
Kaiser-Meyer-Olkin (KMO)			,872		
Bartlett's Test			1638,911 (0,000)		
Serbestlik Derecesi			210		

Yapılan açımlayıcı faktör analizi sonucunda toplam 8 madde analizden çıkarılmıştır. Geriye kalan 21 madde ile analiz tekrar yapılmıştır. KMO .872 değeri ile oldukça anlamlı olduğu belirlenmiştir. Açıklanan toplam varyansın %61,961 olduğu görülmektedir. 21 madde ile 4 faktörlü bir yapı ortaya konmuştur. Toplam korelasyon tablosu incelendiğinde, bütün değerlerin pozitif ve .30'dan büyük olması nedeniyle madde toplam korelasyon sonucunda hiçbir madde analiz dışında bırakılmamıştır (Tablo 3).

Ölçeğin Cronbach Alfa yöntemi ile güvenilirlik katsayıları hesaplanmıştır. Birinci faktörü 6 maddeden ($\alpha = .862$), ikinci faktörü 6 maddeden ($\alpha = .874$), üçüncü faktörü 5 maddeden ($\alpha = .786$), dördüncü faktörü 4 maddeden ($\alpha = .695$) oluşmuştur. Ölçeğin tümüne ilişkin güvenilirlik katsayısı Cronbach α .922 olarak hesaplanmıştır.

Doğrulayıcı Faktör Analizi

Doğrulayıcı faktör analizi, genel olarak kullanılan açıklayıcı faktör analizinden farklı olarak önceden belirlenen faktör yapısının doğruluğunun test edilmesi amacıyla kullanılmaktadır. Geliştirilen ölçek çalışmalarında, açımlayıcı faktör analizinden elde edilen boyutların doğruluğunun kanıtlanmasının yanı sıra, ölçeğin uyumluluğunun düzeyini de göstermektedir. Doğrulayıcı faktör analizine başlamadan önce açımlayıcı faktör analizinde ortaya konan 4 faktöre içerdiği maddelerin ölçtüğü özellikler doğrultusunda alt boyut isimleri verilmiştir. Alt boyutların ölçtüğü özellikler tartışma bölümünde açıklanmıştır.



Şekil 1. Çarkçı Bale Lisans Öğrenci Performans Kaygısı Doğrulayıcı Faktör Analizi

Tablo 4. Uyum İyiliğinin Belirlenmesi İçin Kullanılan İstatistiklerin Sınır Değerleri ve Çarkçı Bale Lisans Öğrenci Performans Kaygısı Ölçeği Doğrulayıcı Faktör Analizi Uyum İndeksleri

Uyum İndeksleri	Mükemmel Uyum Eşik Değeri	Kabul Edilebilir Uyum Aralığı	Bale Öğrenci Performans Kaygısı
CMIN/SD	$1 \leq \text{CMIN/SD} \leq 3$	$2 \leq \text{CMIN/SD} \leq 5$	1,863
CFI	$\geq 0,97$	$0,90 \leq \text{CFI} \leq 0,97$,901
SRMR	$\leq 0,08$	$0,08 \leq \text{SRMR} \leq 0,10$,077
NFI	$\geq 0,95$	$0,90 \leq \text{NFI} \leq 0,95$,902
RMSEA	$\geq 0,05$	$0,05 \leq \text{RMSEA} \leq 0,10$,074
χ^2	333,541 (,000)(Sd=179)		

Tablo 4 incelendiğinde, örneklemelere ait χ^2 sonuçlarına göre, modelin anlamlılık düzeyine bakıldığında %95 düzeyinde anlamlı oldukları belirlenmiştir. Ölçeğin uyum iyiliği değerlerine bakıldığında bütün değerlerin uyum indeksi değerleri arasında olduğu belirlenmiştir. CFI ve RMSEA değerleri dışındaki bütün değerlerin mükemmel uyum eşik düzeyinde olduğu, CFI ve RMSEA değerlerinin ise kabul edilebilir uyum eşiği değerleri arasında olduğu belirlenmiştir.

Ölçüt Bağımlı Geçerlilik Çalışması

Ölçeğin ölçüt bağımlı geçerliliğini incelemek amacıyla, Liebowitz sosyal kaygı ölçeği kullanılmıştır. Performans kaygısını ölçebilecek farklı bir ölçme aracı literatürde bulunmadığı için, sosyal değerlendirmeyi ve kişinin başkaları tarafından değerlendirildiğinde ortaya çıkan sosyal kaygı, ölçüt bağımlı geçerlilik için kriter olarak alınmıştır. Liebowitz sosyal kaygı ölçeği ile Bale öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği puanları arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla Pearson Korelasyon Katsayısı kullanılmıştır. Analiz sonuçları Tablo 5’te verilmiştir.

Tablo 5. Performans kaygısı alt boyut puanları ve toplam puan ile Sosyal Kaygı Puanları için Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları

	Teknik Özgüven	Adaptasyon Gücü	Yüzleşme	Dayanıklılık	Performans Kaygısı Toplam	Liebowitz
Teknik Özgüven	1					
Adaptasyon Gücü	,592**	1				
Yüzleşme	,567**	,602**	1			
Dayanıklılık	,477**	,460**	,426**	1		
Performans Kaygısı Toplam	,831**	,855**	,823**	,681**	1	
Liebowitz	,350**	,410**	,376**	,163**	,422**	1

Performans kaygısı ölçeği alt boyutlarının birbirleri ile ve toplam puan ile ilişkileri ayrıca Liebowitz Sosyal Kaygı ölçeğinden elde edilen toplam puan ile ilişkileri incelendiğinde ortalamaları arasında istatistiki açıdan anlamlı korelasyon olduğu görülmektedir.

Güvenirlilik Çalışması

Ölçeğin güvenirlilik analizi, bilişsel ve duyuşsal özellikleri ölçme amacıyla geliştirilen araçların güvenirlilik hesaplamaları için yaygın olarak kullanılan test-tekrar test yöntemiyle gerçekleştirilmiştir. Konservatuvar bale öğrencilerinden 30 kişilik bir gruba ölçek iki hafta arayla uygulanmış, ilk ölçüm toplam puanı ile ikinci ölçüm toplam puanı arasında yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki saptanmıştır ($r=.985$; $p<.000$). Bu bulgu ölçeğinin güvenirliliğinin yüksek düzeyde olduğunu göstermektedir.

Tartışma ve Sonuç

Gerçekleştirilen çalışmada, sahne sanatları bale lisans öğrencilerine performans kaygısı ölçeği geliştirilmiş, geçerlilik ve güvenirlilik testleri yapılmıştır. Geliştirilen ölçek dört faktörlü bir yapıya sahiptir. Bu bağlamda, ölçek alt boyutlardan elde edilen puanlar, konservatuvar bale lisans öğrencilerinin performans kaygısı düzeyinin ve kaynağının belirlenmesine yardımcı olacak niteliktedir. Bu bölümde ölçek alt boyutlarının isimlendirilmesine yönelik açıklamalara, bulgulara ilişkin tartışmaya, çalışmanın sınırlıkları ve önerilere yer verilecektir.

Bale bölümü lisans öğrencilerine yönelik performans kaygısı ölçeği çalışması veri toplama aşamasına 54 adet madde ile başlanmıştır. Yapılan pilot çalışmada 25 madde elenerek 29 madde ile açımlayıcı faktör analizi yapılmıştır. Bu aşama sonrasında 8 madde daha elenerek 21 maddeye indirilen ölçek, doğrulayıcı faktör analizine tabii tutulmuş, 21 madde ve 4 alt boyutlu 5’li Likert bir ölçek ortaya konmuştur. 5’li Likert tipinde hazırlanmış olan maddeler, ‘Hiç Katılmıyorum’ 1 puan, ‘Katılmıyorum’ 2 puan, ‘Kararsızım’ 3 puan, ‘Katılıyorum’ 4 puan, ‘Tamamen Katılıyorum’ 5 puan olarak değerlendirilir. Ölçekten elde edilebilecek en düşük puan 21’dir. 21 puan çok düşük düzeyde kaygıyı ifade ederken ölçekten alınabilecek en yüksek puan 105 ise çok yüksek düzeydeki kaygıyı ifade etmektedir.

Ölçeğin ilk alt boyutu “Teknik Özgüven” olarak isimlendirilmiştir. 6 maddeden oluşan bu boyuttaki maddeler bir bale öğrencisinin teknik olarak dönüşler, *aufтакт* başlangıçlar, dönüşler sonrası tek ayak yere inerek hareketi bitirmek, dönüş sayılarının artması, zıpla-

malar, performans sırasında ritim kaçırılması gibi, teknik donanım ve motor korteks ve bu yöndeki bilişsel denge ve karar mekanizmalarının doğru kullanılıp kullanılmadığı ile ilgili kaygıları saptamaya yönelik maddelerden oluşmaktadır (Örnek madde: Sınav sırasında ritim kaçırdığımda kaygım artar). Bu alt boyutta bulunan maddeler öğrencinin ritim kaçırmaktan veya dönüşler sonrası özellikle tek ayak yere indiğinde yapacağı olası hatalar, kısaca teknik eksiklikleri dolayısı ile yaşadığı kaygıyı ölçen maddelerin bir araya gelmesi nedeni ile teknik özgüven olarak adlandırılmıştır. Bu alt boyuttan alınacak en düşük puan 6 olup öğrencinin bu alanla ilgili kaygı sorunu yaşamadığı şeklinde yorumlanacaktır. En yüksek puan olan 30 puan ise öğrencinin yaşadığı yüksek düzeydeki kaygıyı işaret etmektedir. Yüksek düzeyde kaygı yaşayan öğrenciler için kaygıyı azaltmaya yönelik bilişsel ve davranışçı müdahaleler, gevşeme egzersizleri, farkındalık çalışmaları planlanmalı, kaygıyla başa çıkabilme becerileri geliştirilmelidir. Kaygının sebebi öğrencinin teknik donanımı ile ilgili gerçekçi bir yetersizlik ise bu alandaki eksikliklerin giderilmesi hususunda bale eğitmenleri ve koreografların ek çalışmalarla bu eksikliğin giderilmesi sağlanmalıdır.

İkinci alt boyut 'Adaptasyon Gücü' olarak adlandırılmıştır. Adaptasyon, sosyal etkileşim sonucunda bozulan bilişsel ve duygusal dengenin tekrar sağlanması anlamına gelir. Adaptasyon gücü ise bireyin çevresinde karşılaştığı değişikliklere kendini uydurma gücünü ifade eder (Erkuş, 1994). Adaptasyon gücü, sahne yaşamında karşılaşılabilecek, olası beklenmedik aksaklıklara öğrencinin vereceği tepkiler ve uyum gücünün ölçülmesine yönelik altı maddeden oluşmaktadır (Örnek madde: Performans sırasında bileğimin burkulma ihtimali beni kaygılandırır). Nitekim sahne hayatına hazırlanan bir öğrencinin sahne öncesi ve performans sırasında peruk, kostüm, dekor aksesuar gibi sahne araç ve gereçlerinden veya bedensel sakatlıklar yaşama ihtimalinden kaygı duyması normal olmakla birlikte hızlı adaptasyon yaşayarak sorunların üstesinden gelmesi, performansına pozitif yönde bir katkı sağlayacaktır. Sahne üzerinde, belirleyicinin kişinin kendisinin olmadığı durumlara uyum sağlaması gerektiği de açıktır. Bu bağlamda adaptasyon gücü alt boyutundan elde edilen yüksek puanlar beklenmedik durumlara uyum sağlamada zorluk yaşandığını düşündürecek, bu alt boyuttan elde edilen düşük puanlar ise öğrencinin bu yönde uyum becerisinin yüksek olduğunu gösterecektir. Adaptasyon gücü düşük olan öğrenciler için spontanlık eğitimleri, davranış repertuarını geliştirmek için kabul ve kararlılık terapilerini içeren davranış ve duygu düzenlemeye dayalı psiko-eğitim programlarından yararlanılabilir.

Ölçeğin üçüncü alt boyutu “Yüzleşme” olarak isimlendirilmiştir. Bu boyuttaki maddeler bale öğrencilerinin tüm öğrencilikleri ve ilerde profesyonel hayatlarında, zorunlu olarak karşılaşabileceği başarısızlık, otorite veya seyirci eleştirisi, seyircinin kalabalık veya az oluşu gibi durumlarla yüzleşebilme gücünü ölçen beş maddeden oluşmaktadır (Örnek madde: İzleyici sayısı arttıkça kaygım artar). Konservatuvar döneminde eğitimcilerin eleştirileri ile yüzleşemeyen bir bale öğrencisinin profesyonel hayatında eleştirilerle başa çıkamama ihtimali yüksektir ve bireyin hem duygu durumunu hem de performansını olumsuz etkileyebilecek bir soruna işaret etmektedir. Bu alt boyuttan elde edilen yüksek puanlar yüzleşme kaynaklı kaygının yüksek olduğuna işaret etmektedir. Bale bölümü öğrencisinin eğitimi boyunca gerek sınavlarda gerekse sahne performansları esnasında karşılaşabileceği başkaları tarafından değerlendirilme, eleştirilme gibi durumlarla yüzleşebilme becerisini ifade eder. Öğrencinin bu boyuttan alacağı düşük puanlar olumsuz değerlendirmeler ile yüzleşmeye hazır olduğunu, yüksek puanlar ise yüzleşme konusunda ciddi kaygı yaşadığını ve eleştirilere hazır olmadığını düşündürmektedir.

Ölçeğin dördüncü ve son alt boyutu “Dayanıklılık” olarak adlandırılmıştır. Psikolojik dayanıklılık (APA, t.y.), zorluklar, tehdit, travma ya da ağır stres koşullarına uyum sağlayabilmek olarak tanımlanır. Bu alt boyuttaki maddeler bale öğrencisinin karşılaşabileceği olumsuz olaylara ve güçlüklerle dayanabilme, başa çıkabilme gücü ile ilgilidir (Örnek madde: En büyük korkum sınav günü sakatlanmak ve dans edememektir). Bu nedenle alt boyut dayanıklılık olarak adlandırılmıştır. Öğrencinin psikolojik dayanıklılığının yüksek olması hem konservatuvar yıllarında hem de profesyonel yaşamında yaşayabileceği engelleyici düzeydeki performans kaygısının önüne geçecektir. Bu alt boyutta öğrencinin sahne heyecanı kaynaklı gerginlik ve kaygıya karşı dayanma gücünü ve kaygının kaynaklarını belirlemeye yönelik maddeler mevcuttur. Alt boyuttan elde edilen düşük puanlar öğrencinin bu yönde sorun yaşamadığını gösterirken, yüksek puanlar yüksek kaygıya işaret etmektedir.

Geliştirilmiş olan “Çarkçı Bale Lisans Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği”, istatistiksel olarak güvenilirlik ve geçerli bir ölçme aracıdır. Ölçek bu sonuçlarıyla, Türkiye sınırları içinde bulunan devlet üniversitelerinin konservatuvarlarında öğrenim görmekte olan bale bölümü lisans öğrencilerine genellenebilir durumdadır. Kaygı hem genetik, hem çevresel nedenlerle ortaya çıkan bir endişe halidir. Ebeveyn tutumları, ebeveynin eleştirilme, mükemmeliyetçi yaklaşımları ve kaygı konusunda model olması, kaygının en önemli nedenlerindedir. Kaygıyı azaltma konusunda en etkili yöntemler ise bilişsel davranış-

çı yöntemlerdir. Yani kaygı, yoğunluğuna göre psikoterapi ve psiko-eğitim aracılığıyla azaltılabilmektedir. Konservatuvar bale öğrencisinin lisans öğrenimi boyunca yaşadığı sahne/sınav performansına yönelik yüksek kaygının belirlenmesine olanak sağlayan bu ölçek, öğrencilerin henüz profesyonel sahne hayatına başlamadan kaygıyı azaltmaya ve başa çıkmaya yönelik psiko-eğitim programlarına katılması, farkındalık, duygu düzenleme ve gevşeme tekniklerini öğrenmesi, stresle başa çıkma, problem çözme alanlarında desteklenmesine imkân vererek hem öğrencilik yıllarında daha sağlıklı bir psikolojik yapı ile eğitim-öğretim hayatını yapılandırmasını hem de profesyonel hayatına hazırlanmasında olumlu katkı sağlayacaktır. Bunun için konservatuvar lisans eğitiminin ilk yılından başlamak üzere öğrencilere performans kaygısı ölçeği uygulanabilir. Ölçekten yüksek puan alan öğrenciler belirlenerek stresle başa çıkma, problem çözme, duyguları anlama, duygu düzenleme, kaygıyı azaltma amacıyla bilişsel çarpıtmaları fark etme ve düzeltme, gevşeme egzersizleri, kabul ve kararlılık terapileri kapsamında katı davranışların ele alınması ve davranış repertuarını genişletme ve spontaniteyi geliştirmeye yönelik psiko-eğitim programları düzenlenebilir. Bu ölçümler her öğretim yılının başında tekrarlanarak ihtiyacı olan öğrenciler saptanabilir. Bu araştırmanın alandaki önemli bir açığı kapatacağı ümit edilmektedir, bununla birlikte bazı sınırlılıkları da vardır. Araştırma konservatuvarların lisans bölümüne devam eden öğrencilerle yürütülmüştür. Benzer bir çalışmanın daha düşük kademelerdeki öğrenciler üzerinde yapılması, kaygının lise hatta ortaokul yıllarından itibaren belirlenmesini sağlayacaktır. Türkiye’de konservatuvar lisans öğrencilerinin sayısı başka alanlarda eğitim alan lisans öğrencilerine göre oldukça düşüktür. Bu nedenle çalışma, sınırlı bir örneklem grubu ile yürütülebilmiş, doğrulayıcı faktör analizi de açıklayıcı faktör analizi ile aynı grup üzerinde çalışılmıştır. Bu da çalışmanın bir başka sınırlılığıdır. Bu bakımdan, ölçeğin başka kültürlere uyarlama çalışmaları sonraki araştırmalar için önerilebilir.

Hakem Değerlendirmesi: Dış bağımsız.

Çıkar Çatışması: Yazar çıkar çatışması bildirmemiştir.

Finansal Destek: Yazar bu çalışma için finansal destek almadığını beyan etmiştir.

Peer-review: Externally peer-reviewed.

Conflict of Interest: The author has no conflict of interest to declare.

Grant Support: The author declared that this study has received no financial support.

Kaynakça/References

- Alptekin, A.G. (2012). Müzik performans anksiyetesi. *Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 14(1), 137-148.
- Aral, N. ve Başar, F. (1998). Çocukların kaygı düzeylerinin yaş, cinsiyet, sosyo ekonomik düzey ve ailenin parçalanma durumuna göre incelenmesi, *Eğitim ve Bilim Dergisi*, 22(110), 7- 11.
- Arthur Jr, W. ve Graziano, W. G. (1996). The five-factor model, conscientiousness, and driving accident involvement. *Journal of Personality*, 64(3), 593-618. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1996.tb00523.x>
- Berry, D. S., Hansen, J. S. (2000). Personality nonverbal behavior, and interaction quality in female dyads. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26(3), 278-292. <https://doi.org/10.1177/01461672.0026.5002>
- Burger, J.M. (2006). *Kişilik*. (Erguvan Sarıoğlu Çev.) İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Costa, P. T. ve McCrae, R. R. (1992). Normal personality inventories in clinical assessment: General requirements and the potential for using the NEO Personality Inventory: Reply. *Psychological Assessment*, 4(1), 20-22. <https://doi.org/10.1037/1040-3590.4.1.20>
- Côté, S., ve Moskowitz, D. S. (1998). On the dynamic covariation between interpersonal behavior and affect: prediction from neuroticism, extraversion, and agreeableness. *Journal of personality and social psychology*, 75(4), 1032-1046. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.75.4.1032>
- Cüceloğlu, D. (1997). *İnsan ve Davranışı*. İstanbul: Remzi Kitabevi
- Çırakoğlu, C. Ç. (2013). Sahnedeki düşman: müzisyenlerde performans kaygısı üzerine bir gözden geçirme. *Türk Psikoloji Yazıları*, 16(32), 95-104.
- Çırakoğlu, O. Ç., ve Şentürk, G. C. (2013). Development of a performance anxiety scale for music students. *Medical Problems of Performing Artists*, 28(4), 199-206. <https://doi.org/10.21091/mppa.2013.4040>.
- Dayanıklılık (t.y.). (Resiliency) *American Psychological Association Dictionary* içinde. Erişim adresi (17 Haziran 2020): <https://dictionary.apa.org/resilience>
- Erkuş, A. (1994). *Psikoloji Terimleri Sözlüğü*. Doruk Yayınları, Ankara.
- Eley, T.C. (2001). Contributions of behavioral genetics research: Quantifying genetic, shared environmental and nonshared environmental influences. M.W. Vasey ve M.R. Dadds (Ed.), *The developmental psychopathology of anxiety* (pp. 45-59). New York: Oxford University Press. doi: 10.1093/med:psych/9780195123630.003.0001
- Heimberg, R. G., Horner, K. J., Juster, H. R., Safren, S. A., Brown, E. J., Scheier, F. R., ve Liebowitz, M. R. (1999). Psychometric properties of the Liebowitz social anxiety scale. *Psychological Medicine*, 29, 199-212 <https://doi.org/10.1017/S0033291798007879>
- Jensen-Campbell, L. A. ve Graziano, W. G. (2001). Agreeableness as a moderator of interpersonal conflict. *Journal of personality*, 69(2), 323-362. <https://doi.org/10.1111/1467-6494.00148>
- Kabakçı, C. (2016). Sahne performansı kaygısında farkındalık ve mücadele. *Sahne ve Müzik Araştırma e-Dergisi*, 3, 86-96.
- Kafadar, A. (2009). Piyanistler örneğinde müzisyenlere özgü performans anksiyetesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Güzel Sanatlar Enstitüsü, İzmir.
- Kearney, C.A. (2005). *Social Anxiety and Social Phobia In Youth*. New York: Springer
- Kenny, T. A., Davis, P. ve Oates, J. (2004). Music performance anxiety and occupational stress among opera chorus artist anxiety and their relationship with state and trait anxiety and perfectionism. *Journal of Anxiety Disorders*, 18(6), 757-777. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2003.09.004>

- Kurtoğlu, S. (2017). İlkokul ve ortaokul öğretmenlerinin denetim kaygı düzeyleri. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun.
- McCormick, J. ve McPherson, G. (2003). The role of self-efficacy in a musical performance examination: an exploratory structural equation analysis. *Psychology of Music*, 31(1), 37-51. <https://doi.org/10.1177/0305735603031001322>
- McCormick, J. ve McPherson, G. (2006). Self-Efficacy and Music Performance, *Psychology of Music*, 34(3), 322-336. <https://doi.org/10.1177/0305735606064841>
- Ritchie, L. ve Williamon, A. (2011). Measuring distinct types of musical self-efficacy. *Psychology of Music*, 39(3), 328-344. <https://doi.org/10.1177/0305735610374895>
- Ritchie, L. ve Williamon, A. (2012). Self-efficacy as a predictor of musical performance quality. *Psychology of Aesthetics, Creativity and the Arts*, 6(4), 334-340. <https://doi.org/10.1037/a0029619>
- Soykan, Ç., Özgüven, H. D., ve Gençöz, T. (2003). Liebowitz social anxiety scale: the Turkish version. *Psychological Reports*, 93(3), 1059-1069. <https://doi.org/10.2466/pr0.2003.93.3f.1059>
- Teznel, G. ve Aşkın, C. (2007). Sahne heyecanının Türk müzisyenler arasındaki yaygınlığı ve çözüm yöntemleri. *İTÜ Dergisi/b*, 4(2).
- Tokinan, Ö.B. (2013). Kenny müzik performans kaygısı envanterini Türkçe'ye uyarlama çalışması. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi (KAEFAD)*, Cilt 14, Sayı 1, s. 53-65.