

## BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEKOKULU ÖĞRENCİLERİNİN BAZI DEĞİŞKENLERE GÖRE ÖĞRENİLMİŞ GÜÇLÜLÜK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ<sup>1</sup>

### INVESTIGATION OF LEARNING RESOURCEFULNESS LEVELS OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORT SCHOOL STUDENTS ACCORDING TO SOME VARIABLES

Erdem EROĞLU<sup>2</sup>, Adnan ERSOY<sup>3</sup>

\*e-mail: [erdemeroglu@siirt.edu.tr](mailto:erdemeroglu@siirt.edu.tr)

<sup>2</sup>Siirt Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Spor Yöneticiliği Bölümü

<sup>3</sup>Kütahya Dumlupınar Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Spor Yöneticiliği Bölümü

#### ÖZET

Bu araştırmanın amacı; Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencilerinin Öğrenilmiş Güçlülük düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesidir. Araştırmanın çalışma gurubunu; Kastamonu, Siirt ve Dicle Üniversitesinde Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda öğrenim gören 148 (54 kadın, 94 erkek) öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmada katılımcıların demografik bilgileri için, araştırmacılar tarafından oluşturulan kişisel bilgi formu, öğrenilmiş güçlülük düzeyleri için Rosenbaum (1990) tarafından geliştirilen, Siva ve Dağ (1991) tarafından Türkçe uyarlaması yapılan “Rosenbaum’un Öğrenilmiş Güçlülük Ölçeği” (RÖGÖ) kullanılmıştır. Verilerin analizinde, ikili karşılaştırmaların tespiti için T-testi ikiden fazla bağımsız değişkenler ile bağımlı değişkenler arasındaki farkın tespiti için ANOVA testi kullanılmıştır. Sonuç olarak; yaş, cinsiyet, bölüm, baba eğitimi ve baba çalışma durumu değişkenlerinin öğrenilmiş güçlülük düzeylerinde anlamlı farklılık görülmezken ( $p>0.05$ ), üniversite değişkeni ile anne eğitim durumu ve anne çalışma durumu değişkenlerinde anlamlı farklı görülmüştür ( $p<0.05$ ).

**Anahtar kelimeler:** Beden Eğitimi ve Spor, Spor, Öğrenilmiş Güçlülük

#### ABSTRACT

The aim of this research is; The students of the School of Physical Education and Sports included the study group; Number of 148 students (54 females, 94 males) studying at the School of Physical Education and Sports in Kastamonu, Siirt and Dicle University. For the demographic information of the firsts in the research, personal data in the form of personal information during the research, written by Rosenbaum (1990) for the levels of learned strength, adapted by Siva and Dağ (1991) in Turkish, T-test for the determination of binary comparisons with more than two independent variables ANOVA test to determine the difference between. As a result; age, gender, department, father education and father working status variables did not differ significantly in terms of learned resourcefulness ( $p> 0.05$ ), while university variables and mother education status and mother working status variables differed ( $p <0.05$ ).

**Keywords:** Physical Education and Sports, Sports, Learning Resourcefulness

**JEL CODE:** L83

<sup>1</sup>Bu çalışma 13-16 Kasım 2019 tarihinde Türkiye/Antalya’da düzenlenen 17. Uluslararası spor bilimleri kongresinde sözlü bildiri olarak sunulmuştur.

#### GİRİŞ

Beden Eğitimi ve sporun literatürde kabul görmüş pek çok faydasının yazıldığı bilinmektedir. Bu faydalar gerek psikolojik gerek sosyolojik gerekse fiziksel ve fizyolojik olarak karşımıza çıkmaktadır. Tabii beden eğitimi ve sporun bu faydalarını görmek için düzenli olarak yapılması önem arz etmektedir. Sporun bireyler için olumlu etkilere sahip olması ancak bu şekilde mümkündür.

Ayrıca Günümüzde en önemli sosyal olgulardan biri olarak gösterilen gerek beden eğitimi gerekse spor olgusu, ekonomik, sosyal ve kültürel bir dinamik olarak da varlığını sürdürmektedir (Reyhan, 2019). Diğer taraftan beden eğitimi ve Spor, bireyler ve toplumlar üzerinde birçok fonksiyonu olan bir olgudur (Yavuz Eroğlu, Karakuş & Işık, 2016). Özellikle toplum içinde sağlıklı ve güçlü bireylerin yer almasında önemli bir fonksiyona sahiptir. Bu açıdan bakıldığında toplumun her kesiminde ve farklı yaş gruplarında, sporun sayısız fayda sağladığı da hemen her araştırmacı tarafından ifade edilmektedir (Türker ve ark, 2018). Bu faydalar beden sağlığının yanı sıra kişilik karakter gibi psikolojik unsurları da içermektedir. Aynı zamanda sporun çok farklı bileşenlerinin olması (yarışma, rekabet, barış, estetik, eğlence vb.) nedeniyle birey üzerindeki mücadeleci yönün gelişmesi ve bireyler arası bütünleştirici rolünü ortaya koyduğu bilinen faydaları arasında sıralayabiliriz (Yavuz Eroğlu, 2019).

Güç denildiğinde akla ilk gelen kavram hiç şüphesiz spordur. Bu söylem her ne kadar fiziksel bir durumu akla getirirse de asıl anlaşılması gereken yukarıda da bahsedildiği gibi sadece bedensel bir güç gelişimi değil aynı zamanda psikolojik ve duygusal unsurları da içermelidir. Güç kavramını Türk Dil Kurumu (TDK) “Fizik, düşünce ve ahlak yönünden bir etki yapabilme veya bir etkiye direnebilme yeteneği, kuvvet, efor: Zihin gücü. Yaşama gücü”, “Bir olaya yol açan her türlü hareket, kuvvet, takat”. Olarak tanımlamaktadır.

Konu kapsamında yer alan öğrenilmiş güçlülük kavramı ise; kişinin olumsuz olaylar karşısında baş etme ve en zor durumlarda bile yaptığı işi başarma yeteneğini belirtmektedir (Polatçı & Boyraz, 2010). Diğer bir ifade ile öğrenilmiş güçlülük, bireylerin bugüne kadar öğrendiği ve hedefe yönelik davranışlarını engelleyen düşünce, duygu, acı vb. faktörleri denetim altına almasına yardımcı olan beceriler olarak tanımlanmaktadır (Rosenbaum, 1983, 1990). Öğrenilmiş güçlülük; olumsuz duygu ve düşüncelerin tümüyle ortadan kaldırılması, bu duyguların olumsuz sonuçlarını minimuma düşürebilmek için tekrar düzenlenmesi ve yönetilmesini ifade etmektedir (Mcwhirter, 1997).

Öğrenilmiş güçlülük kavramı ilk kez Meichenbaum (1977) tarafından kullanılmış, insan davranışlarını açıklamada kişisel faktörlerden biri olarak ifade edilmiştir. (Çakır, 2009) Buna göre öğrenilmiş güçlülük stresli yaşam olayları ve sorunlarla başa çıkmada bireye yardımcı olan belirli tutumları içermektedir (Çakır, 2009). Diğer bir ifade ile öğrenilmiş güçlülük bireylerin stresle karşı karşıya kaldıkları ortamda bilinçli olarak bu durumdan ne denli başarıyla kendilerini kurtarabildiklerini ifade etmektedir (Dağ, 1991). Rosenbaum’un bu kavram ile ilgili yaptığı çalışmalarda öğrenilmiş güçlülüğün aslında öğrenilmiş çaresizlik kavramının tam olarak tersi olduğunu belirtmiştir (Rosenbaum, 1983, 1990). Dolayısı ile beden eğitimi ve sporun yukarıda bahsedilen hem fiziksel hem de duygusal ve psikolojik gelişimlerine katkısı düşünüldüğünde, beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin öğrenilmiş güçlülük düzeylerinin incelenmesi önemli görülmektedir.

## **MATERYAL ve METOT**

### **Araştırmanın Modeli**

Araştırmada nicel araştırma yöntemi kullanılmıştır. Araştırmada veriler anket yöntemi kullanılarak elde edilmiştir. Katılımcılara araştırma konusu ile ilgili bilgi verildikten sonra araştırmaya gönüllü olarak katılanlar tarafından anketlerin doldurulması istenmiştir.

### **Evren ve Örneklem**

Araştırmanın evrenini; Kastamonu, Siirt ve Dicle Üniversitesinde Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda öğrenim gören öğrenciler oluşturmuştur. Örneklem gurubunu ise gönüllü olur ilkesine göre evrenden rast gele örneklem yöntemi ile seçilmiş 148 (54 kadın, 94 erkek) öğrenci oluşturmaktadır.

### Veri Toplama Araçları ve Yöntemleri

Araştırmada veri toplama aracı olarak öğrencilerin demografik bilgilerini tespit etmek için, araştırmacılar tarafından oluşturulan kişisel bilgi formu ile öğrenilmiş güçlülük düzeylerini tespit etmek için Rosenbaum (1990) tarafından geliştirilen, Siva ve Dağ (1991) tarafından Türkçede uyarlanması ve geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapılmış olan “Rosenbaum’un Öğrenilmiş Güçlülük Ölçeği” (RÖGÖ) kullanılmıştır.

### İstatistiksel Analiz

Verilerin analizinde, normallik testleri yapılmış ve ikili karşılaştırmaların tespiti için T-testi ikiden fazla bağımsız değişkenler ile bağımlı değişkenler arasındaki farkın tespiti için ANOVA testi kullanılmıştır.

## BULGULAR

**Tablo 1) Öğrenilmiş Güçlülük Ölçeği Puanlarının Yaş Değişkenine Göre T Testi Sonucu**

	Yaş	N	X	S	sd	t	P
Öğrenilmiş Güçlülük	23 Yaş ve Altı	79	121,78	15,01	146	-1,705	,090
	24 Yaş ve Üzeri	69	125,99	14,89			

Tablo 1’de yer alan analiz sonuçlarına göre, katılımcıların öğrenilmiş güçlülük ölçeği puanlarının, yaş değişkeninde anlamlı bir farklılık göstermemektedir.  $t(146)=-1,705$ ,  $p>0,05$

**Tablo 2) Öğrenilmiş Güçlülük Ölçeği Puanlarının Cinsiyet Değişkenine Göre T Testi Sonucu**

	Cinsiyet	N	X	S	sd	t	p
Öğrenilmiş Güçlülük	Kadın	54	123,57	12,94	146	-,103	,918
	Erkek	94	123,84	16,20			

Tablo 2’de yer alan analiz sonuçlarına göre, katılımcıların öğrenilmiş güçlülük ölçeği puanlarının, cinsiyet değişkeninde anlamlı bir farklılık göstermemektedir.  $t(146)=-,103$ ,  $p>0,05$

**Tablo 3) Öğrenilmiş Güçlülük Ölçeği Puanlarının Üniversite Değişkenine Göre Anova Testi Sonucu**

	Kareler Toplamı	df	Kareler ortalaması	F	p
Gruplar Arası	1963,24	2	981,62	4,54	,012
Gruplar İçi	31331,00	145	216,08		
Toplam	33294,24	147			

Tablo 3’ de yer alan analiz sonuçları, katılımcıların öğrenilmiş güçlülük ölçeği puanlarının üniversite değişkenine göre anlamlı bir farkın olduğunu göstermektedir.  $F(2,145)=4,54$ ,  $p<0,05$ .

**Tablo 4) Öğrenilmiş Güçlülük Ölçeği Puanlarının Üniversite Değişkenine Göre Anova Testi Sonuçları Farkına İlişkin Tukey Testi Sonuçları**

(I) üniversite	(J) üniversite	Ortalama Fark (I-J)	ss	p
Dicle Üniversitesi	Siirt Üniversitesi	-,08	2,94	1,00
	Kastamonu Üniversitesi	-7,82*	2,97	,03
Siirt Üniversitesi	Dicle Üniversitesi	,08	2,94	1,00
	Kastamonu Üniversitesi	-7,74*	2,97	,03
Kastamonu Üniversitesi	Dicle Üniversitesi	7,82*	2,97	,03
	Siirt Üniversitesi	7,74*	2,97	,03

Tablo 4’de yer alan analiz sonuçlarına göre, katılımcıların üniversite değişkenine göre öğrenilmiş güçlülük puanlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılık vardır. Bu anlamlı farklılık Kastamonu üniversitesinden kaynaklanmaktadır. Kastamonu üniversitesinde öğrenim görenlerin diğer üniversitelerde öğrenim görenlere göre öğrenilmiş güçlülük düzeylerinin puanları daha yüksektir.

**Tablo 5) Öğrenilmiş Güçlülük Ölçeği Puanlarının Bölüm Değişkenine Göre Anova Testi Sonucu**

	Kareler Toplamı	df	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplar Arası	87,71	2	43,85	,191	,826
Gruplar İçi	33206,54	145	229,01		
Toplam	33294,24	147			

Tablo 5’ de yer alan analiz sonuçları, katılımcıların öğrenilmiş güçlülük ölçeği puanlarının bölüm değişkenine göre anlamlı bir farkın olmadığını göstermektedir.  $F(2,145)=,191, p>0,05$ .

**Tablo 6) Öğrenilmiş Güçlülük Ölçeği Puanlarının Baba Eğitim Durumu Değişkenine Göre Anova Testi Sonucu**

	Kareler Toplamı	df	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplar Arası	87,71	2	43,85	,191	,826
Gruplar İçi	33206,54	145	229,01		
Toplam	33294,24	147			

Tablo 6’ de yer alan analiz sonuçları, katılımcıların öğrenilmiş güçlülük ölçeği puanlarının baba eğitim durumu değişkenine göre anlamlı bir farkın olmadığını göstermektedir.  $F(4,143)=2,428, p>0,05$ .

**Tablo 7) Öğrenilmiş Güçlülük Ölçeği Puanlarının Baba Mesleği Değişkenine Göre Anova Testi Sonucu**

	Kareler Toplamı	df	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplar Arası	2117,23	4	529,31	2,428	,051
Gruplar İçi	31177,01	143	218,02		
Toplam	33294,24	147			

Tablo 7’ da yer alan analiz sonuçları, katılımcıların öğrenilmiş güçlülük ölçeği puanlarının baba mesleği değişkenine göre anlamlı bir farkın olmadığını göstermektedir.  $F(4,143)=,681, p>0,05$ .

**Tablo 8) Öğrenilmiş Güçlülük Ölçeği Puanlarının Anne Eğitim Durumu Değişkenine Göre Anova Testi Sonucu**

	Kareler Toplamı	df	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplar Arası	2648,790	3	882,930	4,149	,007
Gruplar İçi	30645,453	144	212,816		
Toplam	33294,243	147			

Tablo 8' de yer alan analiz sonuçları, katılımcıların öğrenilmiş güçlülük ölçeği puanlarının anne eğitim durumu değişkenine göre anlamlı bir farkın olduğunu göstermektedir.  $F(3,144)=4,149$ ,  $p<0,05$ .

**Tablo 9) Öğrenilmiş Güçlülük Ölçeği Puanlarının Anne Eğitim Durumu Değişkenine Göre Anova Testi Sonuçları Farkına İlişkin Tukey Testi Sonuçları**

(I) anne eğitim durumu	(J) anne eğitim durumu	Ortalama Fark (I-J)	ss	p
Okur-Yazar Değil	Okur-Yazar	1,81	3,27	,95
	İlköğretim	-8,21	3,16	,05
	Lise	-5,99	3,69	,37
Okur-Yazar	Okur-Yazar Değil	-1,81	3,27	,95
	İlköğretim	-10,02*	3,25	,01
	Lise	-7,80	3,76	,17
İlköğretim	Okur-Yazar Değil	8,21	3,16	,05
	Okur-Yazar	10,02*	3,25	,01
	Lise	2,22	3,67	,93
Lise	Okur-Yazar Değil	5,99	3,69	,37
	Okur-Yazar	7,80	3,76	,17
	İlköğretim	-2,22	3,67	,93

Katılımcıların anne eğitim durumu değişkenine göre öğrenilmiş güçlülük puanlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılık vardır. Bu anlamlı farklılığın okuryazar ve ilköğretim gruplarından kaynaklandığı görülmektedir. Okuryazar ve ilköğretim gruplarının öğrenilmiş güçlülük puanları diğer gruplara göre daha yüksektir.

**Tablo 10) Öğrenilmiş Güçlülük Ölçeği Puanlarının Anne Mesleği Değişkenine Göre t Testi Sonucu**

	Anne Mesleği	N	X	S	sd	t	p
Öğrenilmiş Güçlülük	Çalışmıyor	123	122,55	15,15	146	-2,161	,032
	Çalışıyor	25	129,60	13,33			

Tablo 10' de yer alan analiz sonuçları, katılımcıların öğrenilmiş güçlülük ölçeği puanlarının anne mesleği değişkenine göre çalışanlar lehine ( $X=129.60$ ) anlamlı bir farkın olduğunu göstermektedir.  $t(146)=-2,161$ ,  $p<0,05$ .

### TARTIŞMA ve SONUÇ

Çalışmamıza konu, öğrenilmiş güçlülük ile beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin bazı değişkenlere göre incelenmesindeki analizler sonucunda katılımcıların yaş, cinsiyet, bölüm, baba eğitim durumu, baba mesleği değişkenlerinde öğrenilmiş güçlülük ile arasında anlamlı fark görülmemiştir. Fakat okuduğu üniversite, anne eğitim durumu ve anne çalışma durumlarında istatistiksel olarak daha anlamlı fark bulunmuştur.

Literatür taraması sonucunda yapılan çalışmalarda öğrenilmiş güçlülük ile bazı değişkenler arasında doğrudan herhangi bir çalışmaya rastlanmamakla birlikte benzer çalışmalara bakıldığında aşağıdaki bulgular ortaya çıkmaktadır;

Sobacı ve Polatçı, Meslek yükseköğretiminde eğitim gören öğrencilerin öğrenilmiş güçlülük seviyelerini belirlemek ve bu seviyenin demografik değişkenlerle ilişkisini ortaya koymak amacıyla, toplam 340 öğrenci üzerinde yaptığı çalışmada; öğrencilerin öğrenilmiş güçlülük düzeyleri yaş, sınıf ve eğitime göre farklılık görülmezken, cinsiyet ve okula göre farklılık gösterdiği sonucuna ulaşmıştır (Sobacı & Polatçı, 2012).

Coşkun tarafından yapılan başka bir çalışmada, ortaöğretim öğrencilerinin öğrenilmiş güçlülükleri ile aile içi psikolojik ilişki örüntüleri arasındaki ilişki ve aile içi psikolojik ilişki örüntülerinin öğrenilmiş güçlülüklerini yor ayıcılığının belirlenmesi amaçlanmıştır. Araştırma sonucunda kız öğrencilerin öğrenilmiş güçlülüğü, erkek öğrencilerden; anneleri ilköğretim mezunu olan öğrencilerin öğrenilmiş güçlülüklerinin, anneleri ortaöğretim ve yükseköğretim mezunu olan öğrencilerden; babaları okul mezunu olmayan ve ilköğretim mezunu olan öğrencilerin öğrenilmiş güçlülüklerinin, babaları yükseköğretim mezunu olan öğrencilerden daha yüksek olduğu belirlenmiştir (Coşkun, 2007).

Öztürk, Orta Doğu Teknik Üniversitesi Eğitim Fakültesi öğrencileri üzerinde gerçekleştirdiği çalışmada, üniversite öğrencilerinin öğrenilmiş güçlülük düzeyleri ile çatışma davranışları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Öğrenilmiş güçlülük grubu temel etkisi ile cinsiyet temel etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olduğunu göstermiştir. Cinsiyet ve öğrenilmiş güçlülük etkileşimi anlamlı bulunmamıştır (Öztürk, 2006).

Sarı, Başkent Üniversitesi öğrencileri üzerinde gerçekleştirdiği çalışmada, öğrencilerin öğrenilmiş güçlülük düzeylerinin cinsiyet, akademik not ortalaması, burs durumu, duygusal ilişki statüsü, kaldığı yer, aile ve medeni durumuna göre belirlenmesini amaçlamıştır. Araştırma verilerinin analizi sonucunda; cinsiyet, duygusal ilişki statüsü, kalınan yer, aile ve medeni durum değişkenleri açısından anlamlı farklılıklar olmadığı görülmüşken, sadece akademik not ortalaması yüksek olan öğrencilerin öğrenilmiş güçlülük düzeylerinin yüksek olduğu görülmüştür (Sarı, 2004).

Mc Whirter tarafından yalnızlık, öğrenilmiş güçlülük, özgüven ve cinsiyet arasındaki ilişki açısından yapılmış bir başka çalışmada da, öğrenilmiş güçlülük açısından cinsiyet önemli bulunmamıştır (Mc Whirter, 1997).

Sonuç olarak çalışmamızda, katılımcıların kişisel özellikleri ile ilgili değişkenlerin öğrenilmiş güçlülük ile arasında sadece anne çalışma durumu ve anne eğitim durumunda farklılıklar olduğu, diğer değişkenlerde herhangi bir farklılık olmadığı görülmüştür. Genel olarak literatürde yer alan çalışmalara benzer sonuçların olduğu görülmektedir. Böyle bir genellemenin açıklamasını şu şekilde yapmak mümkün olacaktır. İnsanoğlunun her ne kadar büyük oranda ata-erkek bir toplumda yetişse de asıl etkiye anne sahiptir. Bu etkinin ise yetişme dönemlerinde hem duygusal hem de bilişsel olarak direkt annenin daha etkin rol almasından kaynaklandığını söylemek mümkündür.

#### KAYNAKLAR

- Coşkun, Y. (2007). Lise öğrencilerinde öğrenilmiş güçlülük ve kontrol odağı algılama düzeyi ilişkisi. Marmara Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 25, 71-85.
- Çakır, Ö. (2009) *Öğrenilmiş güçlülük ve çalışma yaşamı, içinde: çalışma yaşamında davranış*, Editör: Aşkın Keser, Gözde Yılmaz, Senay Yürür, İzmit: Umutepe Yayınları.
- Çakır., Ö. (Mayıs 2009). *Çalışma Yaşamında Öğrenilmiş Güçlülük ve İş Stresi ile Başa Çıkma Rolünü Belirlemeye Yönelik Bir Araştırma*,17. Ulusal Yönetim ve Organizasyon Kongresi, 21-23, Mayıs, Eskişehir.

- Dağ, İ. (1991) *Rosenbaum'un öğrenilmiş güçlülük ölçeği'nin üniversite öğrencileri için güvenilirliği ve geçerliği*, *Türk Psikiyatri Dergisi*, 2, (4), 269-274.  
<https://sozluk.gov.tr/> erişim tarihi: 09.12.2019
- Mc Whirter, B. T. (1997). Loneliness, learned resourcefulness, and self-esteem in college students. *Journal of Counseling and Development*, 75, 460-469.
- Mcwhirter, B.T. (1997) Loneliness, Learned Resourcefulness, and Self-Esteem in College Students, *Journal of Counseling and Development*, 75, 460-469.
- Öztürk, S. (2006). *The relationship between learned resourcefulness and conflict behaviors*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Orta Dogu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Polatcı, S., Boyraz, E. (2010). Öğretmenlerin öğrenilmiş güçlüklerinin kaynak ve sonuçlarına ilişkin bir model önerisi. *Atatürk Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 24(4), 137-154.
- Reyhan, S. (2019). Profesyonel Liglerde Görev Yapan Futbol Hakemlerinin Hakemlik Deneyimlerine Göre Benlik Saygısı, Kaygı ve Mesleki Doyum Düzeylerinin İncelenmesi (11. Bölge Örneği)" *KOSBED*, 37. 161 - 172
- Rosenbaum, M. (1983) Learned Resourcefulness as a Behavioral Repertoire for the Self Regulation of Internal Events: Issues and Speculations, Rosenbaum, M., Franks, C. M & Jaffe, Y. (Der.), *Perspectives on Behavior Therapy in the Eighties*, New York, Springer, 54-73.
- Rosenbaum, M. (1990). The Role of Learned Resourcefulness in the Self-control of Health Behavior. In M. Rosenbaum (Eds.), *Learned Resourcefulness: On Coping Skills, Self-control, and Adaptive Behavior* New York: Springer, 3-30
- Sarı, T. (2004). Üniversite öğrencilerinde bazı degiskenlere göre öğrenilmiş güçlülük. <http://www.baskent.edu.tr/~tugba/Psikoloji%20bildiri.doc>. Web adresinden 15 Temmuz 2007 tarihinde edinilmiştir.
- Sobacı F, Polatcı S. "Öğrenilmiş Güçlülük: Meslek Yüksekokulu Öğrencileri Üzerinde Bir Araştırma", *Atatürk Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 2012, 28(2): 17-38.
- Türker, A., Er, Y., Yavuz Eroğlu, S., Şentürk, A., & Durmaz, M. (2018). Spor yapan bireylerin sosyal görünüş kaygısı ve benlik saygısının incelenmesi. *Muş Alparaslan Üniversitesi Uluslararası Spor Bilimleri Dergisi*. 2(1) 8-15.
- Yavuz Eroğlu, S. (2019). Spor yönetimi yapısı, Türkeri, C. (Ed). *Beden eğitimi ve spor bilimlerinin temelleri*. (ss. 91-103) Ankara. Akademisyen Yayınevi
- Yavuz Eroğlu, S., Karakuş, S & Işık, U. (2016). Türk spor politikasında güncel sorunların incelenmesi. *Türk & İslam Dünyası Araştırmaları Dergisi*. 3(9). 186-201

#### EXTENDED ABSTRACT

Physical Education and sports literature is accepted, very very useful. These benefits are both psychological, sociological and physical and physiological. Of course, we regularly prioritize to see these benefits of physical education and sport. Sport has positive effects for individuals. In addition, one of the most important social phenomena today, both physical education and sports, continues to exist as an economic, social and cultural dynamic (Reyhan, 2016). Physical education and sport of others is a personalized phenomenon on individuals and societies (Yavuz Eroğlu, Karakuş & Işık, 2016). The place of healthy and strong individuals in deep society. When this type is looked at, it is expressed in every aspect of the society and in different age groups and in numerous research benefits of sports (Türker et al., 2018). The concept that comes to mind when power is mentioned is undoubtedly sport. Although this discourse brings to mind a physical situation, the main point that should be understood is that it should not only include the development of physical power, but also psychological and emotional elements as mentioned above. The concept of learned

resourcefulness; It indicates the ability of the person to cope with negative events and to accomplish the job even in the most difficult situations (Polatçı & Boyraz, 2010). In other words, learned resourcefulness is a way of thinking, emotion, pain, etc. that prevents individuals from behaving in a targeted way. It is defined as skills that help to control factors (Rosenbaum, 1983, 1990). Learned resourcefulness; the elimination of negative emotions and thoughts completely means that the negative consequences of these emotions should be rearranged and managed to minimize them (McWhirter, 1997). Therefore, considering the contribution of physical education and sport to both the physical and emotional and psychological developments mentioned above, it is important to examine the learned strength levels of the students of physical education and sports.

Quantitative research method was used in the research. The data were obtained by using survey method. After the participants were informed about the research subject, they were asked to complete the questionnaires by the volunteers. The universe of the research; Kastamonu, Siirt and Dicle University School of Physical Education and Sports. The sample group consisted of 148 students (54 females, 94 males) selected by random sampling method. In order to determine the demographic information of the students as a data collection tool in the study, the personal information form created by the researchers to determine the learned strength levels of Rosenbaum (1990), developed by Siva and Mountain (1991) in Turkish adaptation and validity and reliability study was done "Rosenbaum Learned resourcefulness scale (RÖSÖ) was used. In the analysis of the data, normality tests were performed and T-test was used for the determination of binary comparisons and ANOVA test was used to determine the difference between more than two independent variables and dependent variables.

In conclusion, as a result of the analysis of the subject, learned resourcefulness and physical education and sports school students according to some variables, there was no significant difference between the participants' age, gender, department, father education status and father profession variables. However, it was found that there was a statistically significant difference in the university, mother education and mother working conditions

Although there is no direct study between the learned difficulty and some variables in the studies conducted as a result of the literature review, the following findings emerge when similar studies are examined; Sobacı and Polatçı, In order to determine the levels of learned resourcefulness of the students studying in vocational schools and to reveal the relationship between demographic variables, 340 students; it was found that while students' learned resourcefulness levels did not differ according to age, class and education, they differed according to gender and school (Sobacı & Polatçı, 2012). In another study conducted by Coşkun, it was aimed to determine the relationship between the learned strengths of the secondary school students and the patterns of psychological relationships within the family, and the difficulty of learning learned strengths of the patterns of psychological relationships within the family. As a result of the research, the learned strength of female students was compared to male students; the learned strengths of the students whose mothers are primary school graduates and those whose mothers are secondary and higher education graduates; it was determined that the learned resourcefulness of the students whose fathers were not school graduates and those who were primary school graduates was higher than those whose fathers were higher education graduates (Coşkun, 2007). In another study conducted by Mc Whirter in terms of the relationship between loneliness, learned resourcefulness, self-confidence and gender, gender was not found important in terms of learned resourcefulness (Mc Whirter, 1997).