



T.C.

ERZİNCAN BİNALİ YILDIRIM ÜNİVERSİTESİ

SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

**SPOR YAPAN VE YAPMAYAN BİREYLERİN BENLİK
SAYGISI VE SALDIRGANLIK DÜZEYLERİNİN
İNCELENMESİ**

Recep BİRİNCİ

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR BİLİM DALI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

ERZİNCAN

2019

T.C.

ERZİNCAN BİNALİ YILDIRIM ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

**SPOR YAPAN VE YAPMAYAN BİREYLERİN BENLİK
SAYGISI VE SALDIRGANLIK DÜZEYLERİNİN
İNCELENMESİ**

Recep BİRİNCİ

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR BİLİM DALI
YÜKSEK LİSANS TEZİ

Tez Danışmanı

Prof. Dr. İlhan ŞEN

ERZİNCAN
2019

TEZ KABUL TUTANAĞI

Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı Tezli Yüksek Lisans programında, Prof.Dr. İlhan ŞEN danışmanlığında, Recep BİRİNCİ tarafından hazırlanan "Spor Yapan ve Yapmayan Bireylerin Benlik Saygısı ve Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi "başlıklı bu çalışma 16/05/ 2019 tarihinde saat 14:00'da jürimiz tarafından oy birliği ile Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

Unvan Adı Soyadı

İmza

Jüri Başkanı

:

Prof.Dr. İlhan ŞEN



Üye

:

Dr. Öğr. Üyesi Sertaç ERCİŞ



Üye

:

Dr. Öğr. Üyesi B.Ali SİVAZ



Doç.Dr. Arda IŞIK

Enstitü Müdürü

TEZ BEYANI

Yüksek lisans tezi olarak sunduğum “Spor Yapan ve Yapmayan Bireylerin Benlik Saygısı ve Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi” adlı bu çalışmanın bilimsel ahlak ve geleneklere uygun şekilde tarafımdan yazıldığını, yararlandığım eserlerin tamamının kaynaklarda gösterildiğini ve çalışmanın içerisinde kullanıldıkları her yerde bunlara atıf yapıldığını belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

Recep BİRİNCİ

İÇİNDEKİLER

TEŞEKKÜR	III
SİMGELER VE KISALTMALAR	IV
TABLolar DİZİNİ	V
ÖZET	VII
ABSTRACT.....	VIII
1. GİRİŞ	1
2. GENEL BİLGİLER.....	2
2.1. Spor Kavramı	2
2.2. Sporun Faydaları	5
2.3. Eğitim ve Spor	8
2.4. Sporun Fiziksel Yararları.....	11
2.5. Sporun Psikolojik Yararları.....	12
2.6. Sporun Sosyal Yararları.....	12
2.7. Sporun Sağlığa Yararları	14
2.8. Benlik Saygısı.....	14
2.8.1. Düşük Benlik Saygısına Sahip Olan Bireylerin Özellikleri.....	22
2.8.2. Benlik Saygısını Etkileyen Faktörler.....	23
2.8.3. Benlik Saygısı Yüksek Olan Bireylerin Özellikleri.....	24
2.8.4. Benlik Saygısı Düşük Olan Bireylerin Özellikleri.....	25
2.8.5. Benlik Saygısıyla İlgili Araştırmalar	26
2.9. Saldırganlık.....	28
2.10. Saldırganlık Türleri	33
2.10.1. Amaç Yönelimli Saldırganlık	38
2.10.2. Düşmanca (Antisosyal) Saldırganlık	38
2.10.3. Sosyal Rol Olarak Saldırganlık	38
2.10.4. Diğer Saldırganlık Türleri.....	39
2.11. Saldırganlığın Nedenleri	40

2.11.1. Aile.....	40
2.11.2. Kitle İletişim Araçları.....	40
2.11.3. Zararlı Madde Kullanımı	41
2.11.4. Engellenme.....	41
2.11.5. Zorbalık.....	42
2.11.6. İnsanlar Arası iletişimsizlik.....	42
2.11.7. Cinsiyet.....	43
2.11.8. Baskı	44
2.11.9. Kişilik Özellikleri	44
2.11.10. Çevresel Faktörler.....	44
3. MATERYAL VE METOT.....	46
3.1. Araştırma Deseni.....	46
3.2. Evren ve Örneklem	46
3.3. Veri Toplama Araçları	46
3.4. Verilerin Analizi	48
4.BULGULAR.....	49
5. TARTIŞMA.....	73
6. SONUÇ VE ÖNERİLER.....	80
KAYNAKLAR	83
EKLER	92
EK-1 KİŞİSEL BİLGİ FORMU	92
EK-2 BENLİK SAYGISI ÖLÇEĞİ.....	93
EK-3 SALDIRGANLIK ÖLÇEĞİ	94
EK-4 ETİK KURUL RAPORU	95
ÖZGEÇMİŞ	96

TEŞEKKÜR

Öncelikle lisansüstü eğitimim süresince bana yardımcı olan, önerileri ile tez çalışmamda bana yol gösteren ve tecrübelerini her zaman benimle paylaşan değerli danışman hocam Prof. Dr. İlhan Şen’e teşekkür ederim.

Lisansüstü eğitimim süresince bilgilerini paylaşan, tez çalışmamda değerli vaktini ayırarak, önerilerde bulunan değerli hocalarıma, çalışmamın her aşamasında yanımda olan değerli meslektaşlarım Doç. Dr. Öğr. Üyesi Ozan Sever, Dr. Öğr. Üyesi M. Haluk Sivrikaya, Dr. Öğr. Üyesi Y. Sinan Biricik, Dr. Yavuz Akkuş ve Arş. Gör. Deniz Bedir ‘e şükranlarımı sunarım.

Anketlerin uygulanması aşamasında misafirperver yaklaşımlarından dolayı değerli fakülte dekan ve dekan yardımcısı hocalarıma ve meslektaşlarıma, çalışmamda büyük payı olan kıymetli öğrencilere teşekkür ederim. Çalışmam boyunca hep yanımda olan, her başım sıkıştığında bana çıkış yolu gösteren ve moralimi üst seviyede tutmamı sağlayan canım aileme teşekkür ederim.

SİMGELER VE KISALTMALAR

n = Kişi Sayısı

p = Anlamlılık

r = Korelasyon Değeri

S_s = Standart Sapma

t = T Değeri

$\bar{X}$ = Ortalama



TABLolar DİZİNİ

Tablo 1.1 Katılımcıların Demografik Özelliklerine İlişkin Bilgiler	49
Tablo 2.1. Benlik Sayısı Alt Boyut ve Puanlarının Cinsiyet Açısından İncelenmesi	40
Tablo 3.1. Benlik Sayısı Alt Boyut ve Puanlarının Aktif Spor Açısından İncelenmesi	52
Tablo 4.1. Benlik Sayısı Alt Boyut ve Puanlarının Lisans Açısından İncelenmesi	53
Tablo 5.1. Benlik Sayısı Alt Boyut ve Puanlarının Yaş Açısından İncelenmesi	54
Tablo 6.1. Benlik Sayısı Alt Boyut ve Puanlarının Milli Sporculuk Açısından İncelenmesi	55
Tablo 7.1. Benlik Saygısı Alt Boyut ve Puanlarının Yaşadığı Yer Açısından İncelenmesi	56
Tablo 8.1. Benlik Sayısı Alt Boyut 1 ve Puanlarının Baba Eğitimi Açısından İncelenmesi	57
Tablo 9.1. Benlik Sayısı Alt Boyut ve Puanlarının Anne Eğitimi Açısından İncelenmesi	58
Tablo 10.1. Benlik Sayısı Alt Boyut ve Puanlarının Ortalama Gelir Açısından İncelenmesi	59
Tablo 11.1. Benlik Sayısı Alt Boyut ve Puanlarının Spor Yaşı Açısından İncelenmesi	60
Tablo 12.1. Benlik Saygısı Alt Boyut ve Puanlarının Spor Yapma Sıklığı Açısından İncelenmesi	61
Tablo 13.1. Saldırganlık Alt Boyutları ve Puanlarının Cinsiyet Açısından İncelenmesi	62
Tablo 14.1. Saldırganlık Alt Boyut ve Puanlarının Aktif Spor Açısından İncelenmesi	62
Tablo 15.1. Saldırganlık Alt Boyut ve Puanlarının Lisans Açısından İncelenmesi	63
Tablo 16.1. Saldırganlık Alt Boyut ve Puanlarının Milli Sporculuk Açısından İncelenmesi	63
Tablo 17.1. Saldırganlık Alt Boyut ve Puanlarının Yaş Açısından İncelenmesi	64
Tablo 18.1. Saldırganlık Alt Boyut ve Puanlarının Yaşadığı Yer Açısından İncelenmesi	65

Tablo 19.1. Saldırganlık Alt Boyut ve Puanlarının Baba Eğitimi Açısından İncelenmesi	66
Tablo 20.1. Saldırganlık Alt Boyut ve Puanlarının Anne Eğitimi Açısından İncelenmesi	67
Tablo 21.1. Saldırganlık Alt Boyut ve Puanlarının Ortalama Gelir Açısından İncelenmesi	68
Tablo 22.1. Saldırganlık Alt Boyut ve Puanlarının Ortalama Spor Yaşı Açısından İncelenmesi	69
Tablo 23.1. Saldırganlık Alt Boyut ve Puanlarının Spor Yapma Sıklığı Açısından İncelenmesi	70
Tablo 24.1. Benlik Saygısı ile Saldırganlık Düzeylerinin Birbirleriyle Olan İlişkisinin İncelenmesi	70

ÖZET

Giriş ve Amaç: Spor yapmanın kişilik üzerindeki etkilerini araştıran çalışmalar giderek artmaktadır. Önemli bir kişilik özelliği olan benlik saygısı ve saldırganlık, rekabetin yanı sıra mücadeleyi de içeren spor kavramında doğası gereği öne çıkmaktadır. Çalışmamızda bu kişilik özelliklerinin, spor yapan ve spor yapmayan genç bireyler karşılaştırıldığında, çeşitli değişkenler ve alt boyutları bakımından önemli farklılıklar gösterip göstermediğinin tespit edilmesi amaçlanmıştır.

Materyal ve Metot: Çalışmamızın evrenini Atatürk Üniversitesinde öğrenim gören ve rastgele örnekleme yoluyla belirlenen 190'ını kadın, 310'unu erkek olmak üzere toplam 500 lisans öğrencisi oluşturmaktadır. Bu çalışmada nicel araştırma yöntemlerinden betimsel araştırma deseni kullanılmıştır. Katılımcılara benlik saygısı anketi ve saldırganlık düzeyi anketleri uygulanmıştır. Anketler üç bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde demografik özellikler yer alırken, ikinci bölümde ve son bölümde sırasıyla "Saldırganlık Ölçeği" ve "Benlik Saygısı Ölçeği" yer almaktadır. Anket sonuçlarından elde edilen verilerin istatistiksel değerlendirilmesinde lisanslı IBM SPSS 20 Windows paket programı kullanılmış ve anlamlılık seviyesi $p \leq 0.05$ olarak kabul edilmiştir. Katılımcılardan elde edilen veriler T-Testi, Tukey, Anova ve korelasyon gibi çeşitli parametrik testler kullanılarak analiz edilmiştir.

Bulgular: Bu çalışmada, araştırmaya dâhil olan katılımcıların demografik özelliklerine göre, hem "Saldırganlık Ölçeği" hem de "Benlik Saygısı Ölçeği" açısından bazı alt boyutlar arasında anlamlı farklılıklar ($p \leq 0.05$) bulunmuştur.

Sonuç: Çalışma sonucunda araştırmaya dâhil olan katılımcıların benlik saygısı ve saldırganlık açısından spor yapan ve yapamayanlar arasında karşılaştıklarında benlik saygısı, benlik değeri ve özgüven alt boyutlarında cinsiyet açısından erkekler lehine anlamlı bir farklılık saptanmıştır. Saldırganlık ölçeğinin; fiziksel saldırganlık, sözel saldırganlık ve öfke alt boyutlarında ise aktif spor açısından spor yapanlar lehine istatistiksel olarak anlamlı fark görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Benlik, Benlik Saygısı, Saldırganlık, Spor

ABSTRACT

Introduction and Aim: Studies investigating the effects of sports on personality are gradually increasing. Two important personality traits; self – esteem and aggression come into prominence on sport which includes competition and struggle. In this study, it was aimed to determine whether these personality traits differentiate significantly in terms of various variables and its sub – dimensions when compared to young athletes and sedantaries.

Material and Method: A total of 500 undergraduate students (190 women, 310 men) from Ataturk University determined by random sampling method for research sample. Descriptive research pattern from quantitative research method was used in this study. Self – Esteem Scale and Aggression Level Scale were applied to the participants. The data collection form consists of 3 parts. Demographic features take place in the first part of the tool. Self – Esteem and Aggression Level scales used in second and third part of the data collection tool. In the statistical evaluation of the data obtained from the participants and IBM SPSS Statistics 20.0 software was used for statistical analyses. Statistical significance level was determined as $p \leq 0.05$.

Results: In this study, according to demographic characteristics, significant differences ($p \leq 0.05$) were found between some sub – dimensions in terms of both “Aggression Scale” and “Self – Esteem Scale”.

Conclusion: As a result of this study, when the athletes who participated in the study were compared as young athletes and sadantaries in terms of self-esteem and aggression, a significant positive difference for male athletes in terms of sub-dimensions of self-esteem, self-value and self-confidence. It can be said that there was a significant statistical positive difference for young athletes in physical aggression, oral aggression and anger in the sub-dimensions of “Aggression Scale”.

Keywords: Self, Self-Esteem, Aggressiveness, Sports

1. GİRİŞ

İnsanoğlu varoluşundan beri içgüdüsel olarak neslini devam ettirebilmek ve daha iyi yaşam standartlarına ulaşabilmek için içinde yaşadığı doğayla devamlı mücadele halinde olmuştur. İnsanlığın bu serüveni boyunca öğrendiği her yeni bilgi, gerçekleştirdiği her keşif aynı zamanda fiziksel ve zihinsel sınırlarını zorlayarak, rekabetçi yapısının gelişmesinde, karakter ve davranışlarının şekillenmesinde çok önemli bir rol oynamıştır. İnsan kendisini tanıdıkça mükemmelin sınırının olmadığını farkına varmış, her zaman daha iyisini yapabilmenin peşinde olmuştur. Fiziksel olarak daha dayanıklı, daha güçlü, daha hızlı olmak tarih boyunca insanlara toplumsal ve bireysel statü kazandıran önemli unsurlardır (1).

Antik çağdan beri toplumlar için güçlü olmanın önemli bir göstergesi haline gelen rekabete dayalı bedensel aktivitelerin tamamına halk kitleleri ve yönetimler büyük ilgi göstermiştir. Antik çağda “*Gymnastik*” ve “*Agonistik*” terimleriyle ifade edilen günümüz modern spor kavramı 17.yüzyılda Latince *Disportare* kelimesinden türetilmiştir (2). Özellikle son yüzyılda spor kavramının diğer bilimlerle olan etkileşimi bu kavramın fizyolojik, sosyolojik ve psikolojik değerlendirmeler ışığında çok daha geniş bir perspektifte tanımlanmasını sağlamıştır. Felsefi olarak spor, spor kavramında dile gelen hakikati; sporun ruhunu, ana konusunu ve özünü felsefelerinden derlediği her yeni bilgi ile yeniden yorumlarken, sosyoloji açısından spor ise, belli olan bazı kuramların ve diğer bilim kollarının ışığı altında bağ kurarak sporun insan davranışlarını ve çevre ile ilişkilerinin etkisini inceler (3). Ayrıca sporun bireyin kabiliyeti ile bütünlenmiş bir güven duygusuna, psikolojik olarak uyumlu bir kişiliğin gelişimine, ahlaki değerlerin toplumsal faydası hakkındaki algıları üzerine çok önemli etkilerinin olduğunu bildiren çalışmaların sayısı günümüzde giderek artmaktadır (4).

Önemli bir kişilik özelliği olan benlik saygısı ve saldırganlık, içerisinde rekabet ve mücadele barındıran spor kavramının doğası gereği ön plana çıkmaktadır. Bu çalışmamızda, spor yapan genç bireylerin benlik saygısı ve saldırganlık duygularının spor yapmayanlarla karşılaştırıldığında çeşitli değişkenler ve alt boyutları bakımından önemli farklılıklar gösterip göstermediğini amaçladık (5).

2. GENEL BİLGİLER

2.1. Spor Kavramı

Kavramsal açıdan ele alındığı zaman spor, kişinin doğal (organik), ruhsal sağlığını iyiye götüren, sosyal ilişkilerini düzenleyen, mental ve hareketsel açıdan belirli bir düzeye getiren pedagojik, biyolojik ve geniş bir kavramdır (6). Sporun kelime manası “Latince ME *Disport* olup ve OF: *Delsport*” kelimelerinin kısa olarak yazılışıdır. Oyun, vakit geçirme, işten birazda olsa uzak durma anlamı taşımaktadır. Spor, insanların ilgili oldukları bir alanda fiziksel, zihinsel ve duygusal kapasitelerini kullanarak yaptıkları eğitici, öğretici, yarıştıran ve eğlendiren faaliyetler bütünüdür (7). “Sport” kavramı, aktif dinlenme, zamanını eğlenerek değerlendirme, zamanını mutlu ve neşeli (hoş) geçirmek için yapılan bütün etkinlikler için kullanılır. Zaman ilerledikçe teknolojik kazanımlar fazlalaşır. Hayat standartları değiştikçe tüm toplumlarda yarışma ve kazanma amaçlı ayrıca başkasına üstün gelme çabası için yapılan belirli kurallar çerçevesinde yapılan beden hareketleridir (8). Spor zamanınızda da herkesi ilgilendiren ve istemeseler de hitap eden, maddi olarak da çok büyük bir ekonomik alan olmuştur (9). Sporun en temel tarifi harekettir. Sosyal yapıya sahip olan spor bireysel yapıldığı gibi, grup halinde yapılabilir (10).

Sporun birçok alanda iç içe olmakla beraber, özellikle sosyal, parasal, siyasi ve kültürel olmak üzere pek çok kavram ile anıldığı görülmektedir. Spor gelecekte atılacak adımların iyi altılmasına buraya yönelik yatırımların, insan kaynaklarının iyi yetişmesinde çok büyük önem sahiptir (11). Spor, vücudun yapısal ve fonksiyonel özelliklerinin iyileştirebilmesi, eklemlerin ve kasların kontrolünü sağlayan orantılı bir şekilde gelişmesini artıran, fizik gücünü en kısa sürede kullanmayı, dolayısıyla el, ayak, gövde vb. uzuvların kontrollünü, düzenli bir şekilde hareket etmeyi öğreten etkinlikler bütünüdür. Ayrıca sportif aktiviteler insanların sosyal ihtiyaçlarını karşılamaya yönelik, yaşın ve genetik yapısının olması gereken güce ulaştırılması kazanma hırısı olmadan uygulanan bir bilim dalıdır (12).

Tarih boyunca spor denilince hep antik çağ akla gelir. Toplumların çoğunda, spor ve spora benzer faaliyetler bulunmaktadır. Bu da antik çağın önemi, sporun günümüzde benzerlik gösterecek şekilde olmasıdır. Hâlbuki eski çağlarda spor kelimesi yoktur, fakat iki şekilde karşımıza çıkar: “*Gymnastik*” ve “*Agonistik*” Bunların dilimize çevirisini yaparsak “Yarışma Sporları” ve Beden Eğitimi” dir (2).

Spor kelime anlamına bakıldığında Latince *Disportare* ve *Desport* biçiminde “dağıtmak, birbirinden ayırmak” manasında kelimelerden türemiştir. 18. yüzyılın başlarında ilk hecesi değişerek “*sport*” biçimine dönüştüğü edebiyat taramasında ortaya çıktığı görülmüştür. Spor felsefi olarak da, spor olgusunda dile gelen gerçeği; sporun sürekli olarak araştıran; kavramı sürekli genişleyen ve felsefelerinden topladığı ve düzenlediği her yeni bilgi ile yeniden yorumlayan, aydınlatan bir bilgi alanıdır. Sosyoloji açısından spor ise, belli kuramların ışığı altında diğer bilim dallarıyla işbirliği yaparak sporda sosyal yapılar ve sosyal davranışlar ile sporun sosyal etkilerini araştırır. Spor bireylerin “hareket” etme ihtiyacını karşılaması, eğlenme, oyun,

neşelenme, sosyalleşme, statü elde etme ve daha birçok nedenden dolayı tercih edilirken aynı zamanda meslek olarak da seçilebilmektedir (3).Türkçe sözlükte ise spor, “ kişisel ve toplu yarışlar biçiminde yapılan, bazı kurallara göre uygulanan beden hareketlerinin tümü” olarak tanılanmaktadır (13).Spor insan bedenini fiziki yönüyle geliştirdiği gibi oyunlar, hareketler, yarışmalar vasıtasıyla aynı zamanda insan seciyesini, benlik duygusunu, davranış özelliğini ve davranışlarındaki değişikliğinin öz geçmişinin yapısını inceleyen yeni bir bilim dalıdır (4). Spor, kişinin belli kurallar içerisinde fiziksel olarak yaptığı aktivitelerin ve kuvvet, güç dayanıklılık, beceri, sürat vb. özelliklerinin, zihinsel, psikolojik ve sosyal davranışlarını geliştiren, bu özelliklerin konulmuş belli kurallar içerisinde rekabet edilmesini hedefleyen pedagojik, biyolojik ve sosyolojik bir olgudur (14).

Yine farklı bir araştırma yapan Loy’a göre spor kavramı ise;

Doğada yapılması,

İçinde yarışma unsurlarının bulunması,

Fiziksel yeteneklere dayanması,

Şans, strateji ve yetenek unsurlarını içermesi,

Değişken bir sonuca sahip olması gibi fikirleri ile değişik bir bakış açısı ortaya koymuştur (3).

Spor, kişinin hayat biçimini tamamlayan, etkileyen, kişinin hayatına yön veren bir yaşam biçimidir. Spor hayatın tümü değildir. Zevkle yapılması gereken, gönülden yapılan, kendine has kurumları ve kuralları olan, genelde yarışma biçiminde ortaya çıkan sistematik ve fiziksel hareketler bütünü olan spor, insanların mental ve fiziksel gelişimlerine hizmet ettiği gibi, iş hayatın da ise verimin olumlu olarak artmasına etkisi

görülmektedir (15). Spor, sporcunun ruhsal yapısını, kas kuvveti, dayanıklılık ne kadar artırdığını, kanın yapısını yani kimyası ve fiziki yapısıyla yüksek oranda ilgilidir. Sporcuların başarıya yönlendirilmiş olma durumları, tesislerin fiziksel alt yapısı, antrenör-sporcu ilişkisi ve etkileşimi, antrenman bilgisi, spor eğitmenlerin veya çalıştırıcıların yada antrenörlerin bilgi ve fiziksel teknik becerileri, kuruluş ve kurumlar, spor politikaları ve sporla ilgili diğer bilgilerdir. Sporun geniş kitlelere ulaşması ve yayılması, uluslararası iletişim ölçütünü tarihsel olarak tamamlayan ilgi alanıdır (16).

Günümüz de ise hayat felsefesinde spor, yaşamın kaliteli bir parçası ve sosyal etkinliklerden en yararlı bir etken olarak görülmektedir. Performans gerektiren sporlar bir tarafa, bu zamanda ise hayat kavramında bireyin iyi ve dengeli, sağlıklı gelişimi içerisinde sürekli ve disiplinli spor yapmanın önemi çok büyüktür. Kişinin buluş çağı öncesi ve sonrası düzgün bir şekilde yaptığı spor faaliyetleri, sağlıklı bir bedensel ve ruhsal yapının gelişimini sağlarken; daha ileriki yaşlarda ise bedensel görünümün ve yapının olumsuz değişmesini ya da bozulmasını engeller (17).

Bütün bu yapılan tanımlardan da görüleceği gibi spor insana faydalı bir olgudur. Bundan dolayı sporun faydaları üzerinde aşağıdaki gibi durulmuştur.

2.2. Sporun Faydaları

Spor, bireyin duygusal ve fiziksel sağlığı teminat altına alır, bireyin sosyal çevreye uyumunu sağlayan, günlük yaşamın stres ve sürtüşmelerinin oluşmasını engeller. Görüşlerin diğer birinde ise spor, toplumdaki insanların var olan enerjilerini vücut olarak ve mental en olumlu bir şekilde tüketen; bireylerde ve kişinin yaşadığı çevre ve toplumda iyi bir iletişim oluşmasına imkân sağlayan; değişik durumdaki bireyi dengeli yaşam ve mutlu olmayı öğreten; insanlara disiplin ve kurallara uyum

göstermeyi benimseten ve barışa inanmış kişileri yetiştiren ve onların ortaya çıkmasını sağlayan bir araçtır (18).

Modern dünyada teknolojik yeniliklerin bireylere sağladığı en büyük katkı boş zamanlarının daha çok olması ve bu oluşan boş zamandan ötürü spora daha çok vakit harcamasıdır. Değerlendirme bakımından boş zamana bakıldığında; en büyük oranı rahatlama ve dinlenme aracı olan spor oluşturur. Spor katılım ve seyir düzeyinde yaşanan gelişmeler, ekonomi ve sektör olarak büyümesini sağlamış ve spora özgü yaklaşımların üzerinde durulması gerekli bir hale getirmiştir (19). Spor insanın hayatını, biçimleyen, tamamlayan, etkileyen ve yön veren bir hal almıştır. Ama hayatın tümü değildir. Kendi isteğiyle ve zevkle yapılan, özgün kuralları ve kurumları olan, rekabet tarzında ortaya çıkan sistemli fiziksel hareketler bütünüdür. Bireyin zihinsel ve bedensel gelişimine katkısı olduğu gibi, iş hayatına olumlu katkıda bulunmaktadır (5). Spor, birbirini tanımayan birey ve grupların tanınmasına ve kaynaşmasına sebep olacak şekilde, dayanışma özelliği kazandırmakta, bu yüzden birbirini tanıyan insanlar sporun bu özelliğinden dolayı kalıcı dostluklar kurabilmekte, ortak değerler kurabilmekte paylaşma ve iş paylaşımı ve işbirliği duygularını çoğaltmaktadır (20).

Kişi büyürken yaşadığı çevrenin gelenek, görenek ve kültürel olgularını yansıtan oyunlar ve bedensel etkinlikleriyle birlikte yetişir. Bu değerler ve aktiviteler bireyin becerilerini, karakterini, ruhsal ve zihinsel yapısının gelişimini sağlarken, diğer taraftan çevresindeki insanların rollerini, normlarını ve ortaya çıkan kuralların farkındalığını artırır. Sosyal çevre ile etkileşim halinde olma, ilişki kurabilme ve işbirliği kurma becerisini kazanır. Bu yüzden spor; sosyalleşme sürecinde etkili olan kurumlardan biridir (21). Kişi açısından spor, fiziksel gelişimin yanında kendini kabul açısından önemlidir. Bu sayede birey çevresini tanıma ve iletişim kurabilme becerisini

daha kolay kazanacaktır. Olumlu gelişmeler bireyin duygusal olarak da iyi gelişmesine yardım eder (17). Spor faaliyetleri belirlenmiş bazı kurallar çerçevesinde yapılır. Sağlık için yapılacağı gibi spor, serbest zamanları dolu dolu geçirmek için, rekabet olmaksızın mutlu ve huzurlu olmak, hayatın baskısından kurtulmak için, tene yaşadığı çevrenin yapmış olduğu bir faaliyete veya aktiviteye katılmak; ayrıca yarışmak içinde yapabilir. Eğer sporu performans için yapmıyorsanız bunu sonucuna ölçüsüne pek bakılmadan sonuç üzerinde pek durulmaz. Kimi spor faaliyetleri takımla (top ile oynanan/yapılan spor dalları), kimisi bireysel (yüzme/kayak) olarak yapılır. Yarışma amacıyla yapılıyorsa spor performans seviyesi önemli arz eder ve sonuç ölçülür. Bu yarışmada sporcu ya kendisiyle veya karşısındaki sporcunun performans ölçüsüyle değerlendirilir ya rakibiyle ya da rakip takımla mücadele eder. İster serbest zaman değerlendirme zevk veya etkinlik için yapılsın, isterse rekabet yani yarışma için yapılsın yeteneksiz beceriksiz zekâ olmadan ve çalışmadan yapılamaz.

Yukarıda belirtilen bazı genel özelliklere göre spor, “amaçlı, belli kurallara ve teknik yöntemlere bağlı olan, yapanlarda olduğu kadar izleyenlerde de haz duyma ve coşku gibi gereksinimleri doyuran, sporcuları ve izleyenleri bütünleştiren bir etkinlikler kümesidir.”

Spor insanların ruhen ve fiziksel olarak da yaşam kalitelerini ve hayat süreçlerini, iyi vakit geçirmelerini katkı sağlaması açısından çok önemli bir yer tuttuğu söylenebilir. Ayrıca yaşamlarının doyum etkenliği olarak adlandırılabilir. Spor sadece spor yapan bireylere değil toplumun büyük bir bölümüne yönelik olumlu etkileri vardır. Bu da spora uluslararası bir özellik kazandırır (22).

2.3. Eğitim ve Spor

Yaşadığımız dönemde çocuklara yönelik sportif aktivitelerin çoğalması bu alanda yapılan yeniliklerin artması bireylerin psiko-sosyal büyümesinde önemli bir yere sahip olarak spor adı söylenir. Sporun çocukların gelişmesinde ve sağlıklı büyümesinde gerek ruhsal gerekse toplumsal bakımdan hem oyunun hem de sporun etkisinin önemi büyüktür. Çocuk bu aktivitelere yaparken grup içerisinde nasıl davranması gerektiğini, başarılı olmayı ve olmamayı, varsa oyunun veya aktivitenin kuralları ona uyması gerektiğini öğrenir. Daha da fazlası kendine güven duymasını ve anlatabilmesini ve yaşadığı çevre içerisinde bir yerinin olduğunu bilmesi yâda farkına varmasıdır. Hazırlanan sportif etkinlikler çocukların gelişim özelliklerine uygun bir şekilde olması, sosyal olarak yetişmelerine yardım eder (23). Tarihin seyri içerisinde eğitim birçok araştırma sonuçlarında göstermiştir ki; beden eğitimi hep ön planda olmuş ancak çeşitli önem dereceleriyle ölçülendirilmiştir. Yunan tarihi içinde aynı zamanda bedene eğitiminin hem akıl hem de bedenin bir bütün olarak geliştirip öyle zirveye çıkılacağı vurgulanmıştır. Yani akıl ve beden beraber olmalıdır. Buda beden eğitimiyle mümkündür (3).

Oyun ve spor, beden eğitimi programlarının geniş bir kısmını oluşturmaktadır. Bir spor yâda oyundaki yetenek ve beceri gelişimi, beden eğitimi programlarının öncelikli amacı olarak kabul edilmektedir. Oyun ve sporda yetenekli ve becerikli bireylerin, aktivitelerde daha aktif birer katılımcı ve oldukça aktif bir hayat tarzına sahip oldukları, temel bir varsayımdır. Beden eğitimi öğretilerinin çabası, beden eğitimi dersiyle öğrencilerin oyun yeteneklerini geliştirmek olmuştur (14). Bir olgu olan spor, yüklendiği işlev açısından toplumsal bir kurumdur. Sporun bu niteliği ile

toplumsal yapıdan etkilenmesinin yanında, toplumsal yapıyı da etkilediği değişimlere aılabildiği günümüzün inkr edilemez bir gerçeğidir (4).

Sporun eğitsel amaçları aşağıdaki gibi sıralanabilir.

-Bireyin Kişilik Gelişimine Yardım Etmek: Sporun bu amacını gerçekleştirmek için, bireyin spor ve spor faaliyetler sırasında elde ettiği başarı, galibiyet veya rekor gibi sonuçlar sayesinde bireyin, kendine güven duyma artar. Yerinde ve çabuk karar verme, dostça ve centilmence oynama, yarışmayı kazananı takdir etme, kaybetmeyi kabullenme, hile ve haksızlığın karşısında olma gibi kişisel gelişimi tamamlayıcı özelliklerin kazanılmasına destek olur.

- Bireyi Yaşam İçin Hazırlamak: Spor bu amacı gerçekleştirmeye yönelik olarak, bireyin fizyolojik yönden gelişimine katkı sağlar. evresindeki eşyaları kullanabilmesi için gerekli olan becerilerin kazanılmasında pratik yapma imkânı sağlar, bunu yaparken de bireyin akıl yürütme ve karar alma yeteneği gibi özelliklerin gelişmesine yardımcı olur. Aynı zamanda birey için önemli olan boş vakitlerini daha sağlıklı ve verimli bir şekilde değerlendirmesinde bireye yol gösterir ve imkânlar sağlar.

-Bireyin evresini Benimsemesiyle Birlikte Toplumun Değer Yargılarını, Psikolojik Gelişme ve davranış Kurallarını Geliştirmek: Spor bu amacı gerçekleştirmek için, açık havada yapılabilcek spor ve spor faaliyetlere önem vererek doğayı ve çevreyi sevmeye, temiz hava ve güneşten faydalanabilme gibi özelliklerin gelişmesine katkıda bulunur. Aynı zamanda spor ve spor faaliyetlerinde bulunurken kuralları ve disiplini benimseme çalışmaları ile de toplumsal sorumluluğu geliştirmek, yasa ve kurallara uymak gibi zorunlulukların bireyde kolayca yerleşmesinde; aynı

zamanda bu kurallar sayesinde başkalarının kişiliğine saygılı olmasına ve hak kavramlarının geliştirilmesine de katkıda bulunur.

- **Bireyin Üretken Olması için Uyarmak ve Desteklemek:** Spor bu amacını gerçekleştirmek için, kişinin kendi çevresindeki bireylerin performanslarını dikkatlice incelemesi, analiz etmesi ve bu sayede kendine özgü bir hareket tarzı geliştirmesi konusunda imkânlar sağlayarak üretkenliğinin ve verimliliğinin gelişmesine yardım eder.

-**Bireyi Ekonomik Yönden Geliştirmek:** Sporun bu amacı; bireyin yapıcı ve üretken yeteneklerini geliştirmek, iş güzü ve meslek sorumluluğunun gelişimine katkı sağlamak iş ve çalışmalarda daha verimli olmasını sağlamak suretiyle gerçekleştirir. Bütün bunları yaparken de bireyin ailesine, çevresine ve okuluna çeşitli görev ve sorumluluklar yükler (17).

Eğer biz toplumun sağlıklı bireylerden oluşmasını istiyorsak iyi bir eğitimden geçmeleri gerektiğini bilmeliyiz ancak böyle bir nesil sağlıklı ve huzurlu olarak yetişecektir. Psikolojik ve sosyal gelişim yönünden sporun önemi büyüktür. Bireyin çevresinde sosyal ve psikolojik olarak daha aktif yer almasının sebeplerinden biride sporun olduğu unutmamalıdır. İnsanlar spor sayesinde farklı ortamlar, farklı çevreler, farklı insanlar ve olaylarla karşılaşarak birbirleriyle daha iyi iletişim kurabilirler. Bu yüzden insanlarla iletişimde, kendini ifade edebilmesinde başvurabilecekleri en basit ve ulaşılabilir yol eğlenceli oyun ve spordur (23). Genel eğitimi tamamlayan ve ayrılmaz olan beden eğitimi, vücudun tüm fonksiyonlarını etkileyen ve kişilik gelişimine etide bulunan bir kavramdır. Ayrıca bireyin vatandaşlık bilincini, iş ve özel hayatını etkileyen bir faktördür. Her hal ve durum karşısında ne yapacağını bilen bireyler yetişmesine katkıda bulunur. Sağlıklı ve mutlu bireylerin yetişmesine ön ayak

olur. Millî eğitim ilkelerine bağlı, ruhsal bilince sahip bireyler ortaya çıkar (24).Beden eğitimi ve spor kültürü, insanlık tarihinin her döneminde görülen uygulamaları ile gelişmiş ve günümüzde artık, her düzeyde eğitimin ayrılmaz bir parçası haline gelmiştir. Beden eğitimi ve spor etkinlikleri bireyin sağlıklı gelişmesinde önemli bir işleve sahip olmanın yanı sıra sosyal ve duygusal gelişim yönünden de olumlu katkılar sağlamaktadır. Bu etkinlikler, üreticilik, liderlik gibi yetenekleri işlevsel hale getirmekte, mücadeleci, azimli uyumlu, üretken, kararlı, birbirine saygılı ve anlayışlı olma, kurallara uyma, iş birliği yapma, bağımsız davranma, kendini disipline etme, çalışkan ve gayretli olma gibi kişilik özelliklerini geliştirmektedir (17).Sporun önemli işlevlerinden olan gruba ait olma duygusunun geliştirmesidir. Bu duygu insanın sosyal bir varlık olduğunu gösteren önemli değerlerden birisidir. Bu gruba ait olma duygusu (aile, takım, millet vb.) bireyin görevini belirlemesi ve statü kazanmasında büyük önem taşır. Sporda elde edeceği başarılar aidiyet duygusu artırarak geliştirir ve sosyalleşmesine katkıda bulunur (25).Spor bu özelliği ile ülkelerin eğitim sistemleri içerisinde önemli bir yere sahiptir. Okullarda eğitim gören öğrencilerin spor ve beden eğitimi derslerinde sosyalleştiği, sağlık ve fiziksel olarak kendini daha iyi hissettiği bilinmektedir.

2.4. Sporun Fiziksel Yararları

İnsanların spor aktivitelerine katılmaları fiziksel açıdan kas ve eklem yapılarının gelişmesine katkı sağlar. Okullarda uygulanan beden eğitimi dersleri de öğrencilerin eğitim ortamında fiziksel özelliklerinin gelişmesine katkı sağlamaktadır. Çünkü uygulanman fiziksel hareketlerde ekleme ve kaslar aktif rol oynarken kemikler pasif rol oynamaktadır. Dolayısıyla düzenli olarak yapılan spor etkinlikleri fiziksel

gelişimi desteklemekte olup, spor yapan ve yapmayan bireyler arasındaki fiziksel gelişim ve vücut yapısı farklılıkları kolay ayırt edilebilmektedir (26).

2.5. Sporun Psikolojik Yararları

Spor yapmak sadece fiziksel görünüm üzerinde değil, aynı zamanda psikolojik sağlığın korunması içinde önemlidir (11). Çünkü spora katılım insanların sadece fiziksel ve sosyal yönden değil, aynı zamanda psikolojik açıdan da gelişmelerine katkı sağlamaktadır (27). Spor ile bireyler, kurallara, saygı göstermeyi, başarı ve başarısızlığı kabullenmeyi hoşgörü ve işbirliği dayanışma duygularını öğrenir ve geliştirir. Psikolojik anlamda ise; heyecan, sevinç, üzüntü, korku öfke, kızgınlık, stres, haz duyma vb. duyguları yaşayarak kendilerine olan güven duygularının gelişmesini sağlarlar. Spor etkinliklerine katılım kişilerde; farkında olma, dikkat ve kontrol sahibi olma, problem çözerken pratikleşme, bir şeyi üretme ve hayal gücünü kullanma gibi özellikleri geliştirmektedir (28).

Spor, insanların yaşamlarını sağlıklı bir biçimde sürdürebilmesi için gerekli olan en önemli unsurlardan biridir. Spora katılımın fiziksel sağlığa olan katkıları kadar, ruhsal anlamda da birçok olumlu katkısı bulunmaktadır. Literatürde yer alan araştırmalarda düzenli sporun kişileri iyi bir bedensel dış görünüm yanında, kalp ve damar rahatsızlıkları başta olmak üzere birçok bedensel rahatsızlıklardan uzak tuttuğu söylenebilir. Ayrıca insan bedeninde biriken olumsuz enerjiyi atmasında ve oluşan olumsuz enerjinin üretebileceği, depresyon, stres, ruhsal bunalımlar, öfke, saldırganlık gibi olumsuz etkileri spor en aza indirmede etkisi çok büyüktür (17).

2.6. Sporun Sosyal Yararları

Spor etkinlikleri sosyal gelişim ve değişime katkı sağlayan bir olgudur. Diğer taraftan birçok sosyal değerın ortaya çıkmasına ve sürekli hale gelmesine yardımcı

olur. Sporun temelinde insanların etkinlikler esnasında kendilerini ifade edecekleri bir alanın bulunması yatar (29). Sporun kendine özgü toplumsal kuralları, değerleri, etkileşim sembelleri ve süreçlerinin bulunmasının da sporun sosyal faydalarının olduğu söylenebilir (8).

Sosyalleşme süreçlerinde spora katılımın sağladığı temel faydaların başında, arkadaş edinme, saygınlık kazanma, grup üyeliğini ve dayanışmayı öğrenme, kurallara saygılı olmayı öğrenme, kendine güven, rekabet etmeyi öğrenme, plan ve program edinme, sağlıklı bedene sahip olma ve bedenini tanıma, saldırganlık duygusunda azaltma ve rakibe saygılı olmayı öğrenme davranışlarındaki gelişim gelmektedir(30). İnsanların grup ve bireysel kişilik gelişimi üzerinde spora katılımın etkisi görülmektedir. Gelişmiş ülkelerde bu yüzden spora büyük önem verilmekte ve küçük yaşlardan itibaren çocukların spora ve beden eğitimine ilgisini artıracak programlar hazırlanır (31).

Spor faaliyetleri insanların bir arada ortak bir biçimde etkinlik yapmalarına olanak sağlamaktadır. İnsanlar böylece mücadele eden, iş düzeni, cesaret ve kazanma azmi ile yol bulurlar. Birlikte çalışma neticesinde insanların sosyal sorumluluk duyguları da iyileşir. Sosyalleşmenin gelişmesi sonucu toplumda sosyal sorumluluk duygusu tamamlanmış olur (28).

Spor etkinliklerine katılan bireyler diğer insanlar ile sosyal ilişkiye girmektedir. Bu noktada spor etkinlikleri bireyi kendi dar dünyasından kurtararak diğer kişilerden, inançlardan, düşüncelerden ve insanlardan etkilenmesini ve onları etkilemesini sağlamaktadır. Sportif faaliyetlere katılım yeni dostlukların kurulmasına, bu dostlukların pekiştirilmesine ve sosyal kaynaşmaya destek olmaktadır. Spor müsabakalarında da sporcular, seyirciler ve kitleler arasında kaynaşma meydana

gelmektedir. Bu unsurlarda sporun sosyal amaçlar taşıdığını göstermektedir (32). Bu nedenle sporda psiko-sosyal alanlarla ilgili çalışmaların artırılması ve bu konudaki bilincin geliştirilmesine ihtiyaç vardır (33).Kaynak olacak araştırmalarda spora katılım artıkça ruhsal, zihinsel ve bedensel sağlığın korunduğu ve geliştiği gözlenmiştir (34).

2.7. Sporun Sağlığa Yararları

Spor ait bazı özellikler bulunmaktadır. Bunların başında her grup ve insanın spora katılımını çoğaltarak "sağlıklı, mutlu, çalışkan, moral değerleri yüksek, dinamik ve çağdaş bir toplum yaratmak ve topluma karşı görev ve sorumluluklarını bilen, ahlaklı, erdemli ve fazilet örneği nesiller yetiştirmek ve toplumun her kesimini dinamik, zinde, yüksek moralli ve mutlu tutma” gelir (35). Bunun yanında spora katılımın bazı fiziksel, sosyal, fizyolojik ve psikolojik yararları bulunmaktadır. Sporun söz konusu yararlarına ilişkin bilgilere aşağıda değinilmiştir. Spor faaliyetleri bireylerin uğraş gücünü artırmak, rekabet etmek ve hoş zaman geçirmek, sağlıklı bir hayata ulaşabilmek için belirli kaideler içerisinde amaçlı ve bilinçli davranışları kapsamaktadır (36).

2.8. Benlik Saygısı

Benlik saygısı, bireyin yaşamının tümünü etkileyen ve yön veren, kişiliğinin oluşmasında en önemli etkenlerden biridir. Kişilik gelişiminde etkili olan, bireyin algı ve duygu düşüncelerinin bir bütün olarak etkileyen benlik saygısı kişinin sosyalleşmesine önemli katkıda bulunur (37).

“Ben kimim?” sorusunu cevaplayan bir birey kabiliyetlilik ve bütünlenmiş bir güven duygusu ile psikolojik olarak geliştirmiş olduğu uyumlu bir kişiliğin yanı sıra fiziki, kişiliği ve karakteri, etik değerleri ve ahlakı, toplumsal faydası hakkında

algılarının olumlu geliştiği söylenebilir (38). Benlik saygısı, kişinin kendini tanımasından dolayı vardığı benlik kavramından üreyen kendini sevmeye olayıdır. Benlik saygısının bilişsel, duygusal, bedensel ve toplumsal elemanları vardır. Kendini değerli ve kıymetli hissetme, yetenek ve becerilerini ve bilgiyi ortaya çıkarma, kabul görme, başarma, beğenilir olma, sevilme ve sayılma kendi fiziksel görünüm olarak kabullenme, benlik saygısının ortaya çıkmasında ve gelişmesinde rol oynar. Birey kendini eleştirdiği gibi ayrıca olumlu bulup kendini sevebilir. Kişinin kendinden hoşlanması, kişiliğine saygı duyması, üstün niteliklerini ön plana çıkarır. Çünkü benlik saygısı, kendini olduğundan aşağı yâda üstün görmeksizin kendinden emin ve memnun olma halidir. Benlik saygısı, benliğin psikolojik (duygusal) boyutudur. Kişi, kendisiyle alakalı belirli bilgilere sahip olmasının yanı sıra, kim olduğuyla ilgili belirli duygulara da sahiptir. Böylelikle benlik saygısı kişinin benliğini beğenme ve kıymetli bulma ölçüsüdür (1). Benlik saygısı, kişi kendini tanıtırken kendinde var özellikler birbirinden farklı benlik kavramı ortaya koyar. Bir kişi kendini iyi bir futbol oyuncusu, eğitim bilimlerine alakalı olarak görebilir. Bu özellikler bireyin benlik olgusudur.

Benlik saygısı; benlik olgusunda bulunan bilgilerin, olan ve olmayan beceriler, yetiler, özelliklerin görüşleri hakkında gerçekçi ve objektif bir değerlendirme yapması olarak ifade edilen bütünüdür. Olması gereken benlikle algılanan benlik arasında bir orantı varsa veya bir uyum varsa istenilen benlik saygısı ortaya çıkacaktır (39). Benlik saygısının kişinin kendi beceri ve kuvvetlerini iyi bir halde ölçülendirmesinin olur bir tarafı olduğunu, benlik saygısının içeriğinde bireysel onur, kişinin kendini özümsemesi ve özümseme duygusu gibi genel olması gereken ahlaki değerlerin olduğu görülmektedir. Daha önemlisi de kişinin kendi ihtiyaçlarının olduğu ve bunları ihtiyaçlarını nasıl elde edebilir ve nasıl tatmin olabileceğinin farkında olmasıdır ve

kurallar içerisinde bunu elde etmesidir. Chrzanowski'ye göre zekâ, dış görünüm, fiziksel yapısı gibi bireyin olması gereken özellikleri benlik saygısını oluşturan niteliklerdir. Hayat tecrübeleri, kültür, toplum, aile ve çevresel etkenler de bu kavramın oluşmasında rol almaktadır (40).

Benlik saygısı; ana tema olarak bireyin kendini ölçülendirirken kullandığı tutumun yönüne bağlıdır. Kişi kendini ölçülendirirken müspet bir yapı alıyorsa, benlik saygısı yüksek demek; menfi bir yapı içindeyse benlik saygısı düşük demektir. Düşük olan benlik saygısı kişinin iç dünyasında hiçlik duygusu oluşturmakta, sosyal çevrede değişik uyum bozukluklarına sebep olmakta ve giderek kişinin ruhsal sağlığının kötüleştiği görülmektedir (41). Yavuzer'e göre; 'benlik saygısı: kişinin kendisinin kim olduğu ve bundan sonrası içinde ne olmak istediği arasındaki ilişkidir. Benlik saygısı, birer kişi olarak değerlerin ulaştığı noktasıdır. Kendini beğenmesi, onaylaması ve kendinden hoşnut olması benlik kavramını belirler (42).

Benlik saygısı, olaylar karşısında kendini değerlendirmesi ve sonuçta kendini beğenme durumudur. Birey kendinde noksanlıklar görebilir ve eleştirebilir, kendini pozitif bulup eko yapabilir. Yani kendini beğenebilir. Bu beğenmesinde, kendine saygı duyması önemli özelliklere sahip olmasını gerektiren bir durum olması şart değildir. Kendini halinden aşağı veya halinden üstün ve başarılı hissetmek benlik saygısından memnun olma durumu söz konusudur. Aynaya baktığında ne görürse ne bilirse ve ne olursa kendini böyle sevmek, böyle kabullenme ve öz saygısına sahip bir ruh hali bu kişinin kendisine saygısının olduğunu gösterir bir ruh halidir. Kendini kıymetli, iyi, beğenilmeye ve sevmeye layık görmektir (43).

Benlik saygısı, bireyin kendi ruh haliyle barışıklığı söz konusudur. Benlik saygısı, insanın kendini ve olması gereken sınırları bilmesi, tanıması, kabul etmesi ve

bundan memnun olmasıdır. Benlik saygısı, yüksek olan kişilerde eleştirilerin dışardan yapılması veya özgüvenlerini etkilemez. Kendini olduğu ve görüldüğü gibi onaylanması, kendine güvenmeyi sağlayan davranıştır; başarısızlıklarındaki çevresinden yapılan yorumlar ve eleştiriler kişinin benlik saygısını etkilemez (44). Benlik saygısı, kendini öncelemek, kendini beğenmek, kendi çıkarları ve ihtiyaçlarını karşılamak Benlik saygısı bir hal ve durum değil, zaman içerisinde bir kişiliği belirleyen bir süreçtir ve kendini düşünme kesinlikle değildir (45). Hümanist bakış kişinin duygudaşlık kurması ve karşısındaki kişiyi anlaması davranışlarının şekillenmesinde ve benlik saygısının oluşmasında önemli bir unsur olarak karşımıza çıkar. Bu hümanist davranışlar normal ve doğal şekilde ortaya çıkmış olaylara olumlu bakmanın neticesinde ortaya çıkan durumdur ve gençken sağlanan kişisel kabul olarak karşımıza çıkar. Benlik saygısı yokluğunda ise; insancıl gelenek içerisinde görülmektedir. Genellikle iyi bir ruh hali benlik saygısına kendini ispat ettirmek için kendini merkez değil, daha çok o işin olabilmesi için ihtiyaç olduğunu zanneder (46). Benlik saygısı, kendini alt, düşük ve aşağı görme duygusundan, üst kendine güvenen ve kendini bilen duygusunu gösteren bir oldu olarak karşımıza çıkar. Doğuştan gelen herhangi bir rahatsızlık veya bir organ eksikliği kişiyi hem ruhsal eksiklik ve azlığının kendisini aşağılık duygusuna kaptıracaktır (47).

Rosenberg; benlik saygısının, gelişmesini sağlayan beş tür ruhsal seçicilik düzeninden söz eder. Bu psikolojik seçicilik iki şart üzerinde gösterir bunlar:

- Tercih seçeneklerinin çok olduğu durumlarda,
- Yapılanmamış ya da çelişkili durumlarda.

Kişinin kendine yönelik tutumunu etkileyen seçicilik işlevleri aşağıdaki gibidir.

- Durumsal seçicilik,
- Standartlarda seçicilik,
- Yorumlamada seçicilik,
- Kişilerarası seçicilik,
- Kendine değer biçiminde seçicilik

Kişilerin kendi arasındaki ilişkilerde benlik saygısı önemli rol oynar. Kişi arkadaşını seçerken arkadaşının onu hem beğenmesini hem de kendinde olan özellik veya davranışların seçmiş olduğu arkadaşında görmek ister. Bu durum karşı cinse duyulan ilişkilerde de böyledir. Benlik saygısını destekleyecek böyle ilişkilere kişiler ihtiyaç duyar ve isterler.

İnsanlar, vücut algısı, toplumsal yeterlilik ve bireysel değerlerinin bileşiminden oluşan bir yargıya sahiptirler. Bireyin bu değerlendirmeler sonucunda ulaştığı yargı, benlik saygısının seviyesini belirler. Yaptığı bu yargılardan dolayı benlik saygısı etkilenmektedir. Birey, diğer kişilerin de etkisi ile kendi özelliklerini ve tutumlarını gözleyerek kendine ilişkin yargısal tahminlerde bulunur. Bireyin çevresini (anne-baba, öğretmen, arkadaşlar ve varsa kardeşleri) değerlendirmesinde kendini değerlendirme biçimini ve sonucu etkileyerek benlik saygısını düzeyini değiştirir. Değerlendirmeler olumlu ise yüksek benlik saygına, olumsuz ise düşük benlik saygına sahip olacaktır. İster çocuk olsun ister yetişkin her kişinin benlik saygısı, kendi çevresinde olup bitenler ve karşılaştığı insanlardan etkilenecektir. Benlik saygısında, sosyal kimlik ve bununla ilgili olarak kazanılmış ya da verilmiş statü, etnik grup, aile ve çevre faktörleri önemli yer tutar. Yüksek düzeyde benlik saygısı, bireyin kendini beğenmesi değil, kendini değerli hissetmesi anlamına gelmektedir. Kendini düşük benlik saygısı hisseden kişi değerli değildir kendince; kendini dahi kabul etmez, hal ve durumdan

hiçbir zaman memnun değildir ve nefret edecek derecede kendinden hoşlanmazlar (48). Kişi, kendine has durumları ve özellikleri keşfederken ve çevresinde bulunan diğer kişilerde de bunu yaparken geri dönüşümlerde bulunabilir. Kendini iyi, güzel ve nitelikli bilgilerle doldurmuş hissediyorsa ve böyle bir algılıyorsa insan benlik saygısı yüksek hisseder, gereksiz ve lüzumsuz bilgiler falan olarak algılıyorsa benlik saygısı düşük olur. Kişinin aynı zamanda kendi iç dünyasında yaşamış olduğu kendiyle ilgili yorumları ulaşmak istediği ölçüleri varsa bunlara ne kadar uygun veya değil onun böyle algılaması benlik saygısını seviyesini belirleyici olarak gözlenmektedir. Kişiler arasındaki etkileşimlerde kendi gibi olanlardan arkadaşlık eder ve kendisi gibi olanları seçer. Ona destek olacak ilişkileri varsa onun benlik saygısı açısından bu ilişkileri bu durumu destekler. Kişi burada kendi yapısına ve doğasına uygun kendine yapı olarak benzeyen bireyleri arkadaş olarak seçer. Arkadaşını seçerken de bir gayret ve çaba vardır. Bu olaylara ve durumlara da yansır ve bunun böyle olması bireyin benlik saygısını olumlu olarak yükseltecektir (49). Benlik saygısı olumlu olan kişinin, kendini toplum içerisinde birey olarak kabul etmesi ve kendine değer verdiği olarak görülür. Kişinin benlik saygısını üst seviyede olması, her zaman kendini olumlu ve değere layık olduğunu sanmasına sebep olur ve buda kendi hakkındaki düşüncelerini güçlü hissetmesine sebep olur. Bu seviyede benlik saygısı olan kişilerde zayıf taraflarını görürler ve eksikliklerini gidermek için çaba sarf ederler. Yapılan kavram tanımlarında görüldüğü üzere kişi kendini olduğu gibi onaylaması veya onaylamaması halinde kendini aşağı görme benliğin egosunu yüksek çıkması kendini fazla beğenme aşırılık gibi olguları görmek mümkündür. Bunların kişide az veya çok olması insanın benlik saygısının yüksek veya düşük çıkmasına neden olacaktır (50).

Benlik saygısı, kişinin hal ve hareketlerinin belirlenmesinde önemli role

sahiptir. Kendisine yaptığı eleştirileri hayatı boyunca devamlı olarak sürdürdüğü değerlendirmesidir. Kendi benliğini onaylayan ya da onaylamayan tutumları, bireyin kendini yetenekli, önemli, başarılı ve değerli bulup bulmaması benlik saygısı düzeyini belirlemektedir. Benlik saygısı, bireylerin tüm değerlerini etkileyen toplumda saygın, etkin ve katılımcı olmasında rol oynayan bir faktördür. Benlik saygısını küçük yaşlardan itibaren geliştirmeyi etkileyen kişisel değerler ve standartlara göre kişinin performansını, kapasitesini ve yüklemelerini içeren yargısal süreç, kişisel değerlilik kararı olarak tanımlar ve bireyin kendi saygınlığı ile ilgili yaptığı bir değerlendirme olarak ifade eder. Benlik saygısı, normal koşullar altında değişmezlik gösterir ancak benlik saygısı, yaşantının farklı alanlarına, cinsiyete, yaşa ve diğer tanımlama koşullarına göre değişebilir Benlik saygısı üzerinde önemli etkiye sahip dört değişken tanımlamıştır. Bu değişkenler “başarı, değerler, istekler ve savunmalardır.” (51).

Benlik saygısı yüksek olan insanlar kendini başarılarına endeksler ve bu emeğin ve çabanın kendisinin becerisiyle ortaya çıktığını bilir. Başarısızlık halinde bile kendini kontrol etmesini bilir her halde kendini olaylara alıştırmaya ve etkilenmemeye çalışır. Bu başarısızlığının bir daha olmaması için bazı önlemlerin alınması gerektiğini ve bu durumun kendinden kaynaklandığını kabullenerek çevresini suçlamaktan kaçınır ve bunun bir daha olmaması için tedbirler alır (42).

Pole ve Hale tarafından (1988)’de yaptıkları çalışmalarında Yüksek benlik saygısı olan kişilerde benlik olgusu kişinin sağlıklı olması olarak tanımlanmıştır. Bireyde eğer eksiklikler varsa bunları kabullenmeli ve bunların giderilmesi için yapılacak olan önlemler üzerinde durulmalı ve kendisini bu konuda yersiz eleştiriler yapmaması bilincinde olması bu kişinin benlik duygusunu sağlıklı olduğunu gösterir (52). Benlik saygının düşük veya yüksek çıkmasının özellikleri şunlardır.

Benliği yüksek olan kişilerde kendilerini tanımlarken müspet ve iyi olurken benliği düşük olanlarsa kendisinden hoşnutsuzdur. İnanç bakımından da yüksek benlik sahipleri benlik saygıları düşük olan kişilere göre daha sağlam ve iç dünyalarında daha tutarlı davranırlar (53).

Cohen'nin yaptığı çalışmasında, benliği düşük olan insanın özelliklerini sıralarken; kendisiyle barışık değildir. Hep suçlayıcıdır, kedisine alt değer verir aşağı görür, yaptığı işleri beğenmez, katıdır ve varsa dikteleri değiştirmez, hareketleri yapmacık doğallıktan uzaktır. Benliği yüksek insanın özelliklerini ise; kendisiyle barışık ve uyumludur. Yeniliklere açık ve değişebilir, yeteneklerinin farkındadır ve reel yorumlar yapar. Becerilerini istediği gibi kullanır. Kendisine hayat hakkı tanır, hayal gücüne sahip ve içgüdülerine güvenen bir yapısı olan, çevresindeki iyi ve kötü olaylar, durumlar ve insanlardan az etkilenme yeteneğine sahip, hayal kırıklığını bu olaylar karşında az hissetmeye gayret eder. Başarısız bir olay karşısında çabuk toparlayan ve kendini yeniliye bilen ve yeniliklere açık olan başarıya giden yolda yılmayan bir yapıya sahiptir (47).

Kişinin benliğini gerçek anlamda iyileştirmesi veya geliştirebilmesi için; hayatta yaşanacak olan yeniliklere açık olmak, başaklarından çok kendine karşı dürüst davranması, kendinin artı ve eksi yönlerini görebilmesi, başkalarını ve kendini neyse öyle kabul etmeli eleştirilere açık ve çatışmalara kapılmadan davranmasını bilmelidir. Çevrenin istedikleri ve bireyin istedikleri arasında kişi bağ kurmalı ve böylece güven ortamını sağlamalı ki kendine olan güveni de artsın. Kişinin benlik saygısı düşük veya yetersiz ise; karşına çıkan engeller ve başarısızlıklar, kişinin içine kapanık, kendini korumasız hissetme, yeteneklerinden yoksun olarak iç dünyasında yaşamışına sebep olacaktır (54).

Pek çok düşük benlik saygısına sahip çocuklar, bir iş veya olayda başarılar elde ederlerken dışardan kaynaklı olduğuna inanırlar. Bu yüzden kendilerine güvenmedikleri için gelecekle ilgili başarı oranları düşer. Çocuklardan yüksek benlik saygısına sahip olanlar ise; yaptıkları işin kendileri sayesinde olduğuna inanır, kendilerine güvenir beceri ve kabiliyetlerinin etkisinin büyük olduğunu görürler. Başarısız olma durumunda ise bu telafi için umutsuzluğa düşmez başarıyı engelleyen faktörleri gidermek için kontrollü davranır, böyle hisseder ve daha etkilisini yapmak için ellinde geleni yapar ve bu şekilde kendini olaya veya yaptığı işe motive eder (42).

2.8.1. Düşük Benlik Saygısına Sahip Olan Bireylerin Özellikleri

1. “Hiçbir şeyi doğru yapamıyorum.”, “Kimse beni sevmiyor.”, “Ben çirkinim.”, “Bu benim hatam.” veya “Herkes benden daha akıllı.” Yorumlar yapar.
2. Kaybedeceğine veya başarısız olacağına inandığında yalan söyler.
3. Hayal kırıklığı yaşadığı an işi bırakır, iş süresi kısa olur.
4. Övgü veya eleştirileri kabul etmede güçlük yasar.
5. Arkadaşlarıyla ilişkileri yoktur veya azdır, sosyal olarak dışlanır.
6. Başarısızlık kaygısı ve güçsüzlük hissi verilen görevden kaçmasına sebep olur
7. Başkalarını suçlayarak veya dış etkenleri ileri sürerek mazeretler bulur.
8. İş yaparken evde ya aşırı yardım eder ve ya yardım için bir şey yapmaz.
9. Çevreden gelen eleştirilere ve arkadaşlarının kendisine ters davranması onu hem evde hem de okulda saldırgan, dışarda oyun oynarken oyunbozan, ciddi işleri hafife almak, dersleriyle ilgilenmemek ve büyüklerine saygısız davranmak gibi hal ve hareketleri sergilemesine neden olur ve bunları kabullenir (55).

2.8.2. Benlik Saygısını Etkileyen Faktörler

- Kùltür
- Toplumsal Normlar
- Terbiye (Bireysel ve toplumsal Ahlak)
- İktisat
- Aile tipi
- Ailenin babanın baskın olması veya annenin baskın olması,
- Yaş
- Cinsiyet
- Vücut İmgesi
- Kontrol merkezi
- Karı koca ilişki
- İletişim ve ilişki yöntemi
- Kişinin bir çocuk olması ya da birden fazla kardeş olması
- İlk doğan kişi olması
- Çevresini oluşturan tüm etkenler
- Kişinin ruhsal durumu
- Hayatında unutmadığı durumlar, anlar
- Bağımlılıkları (sigara, alkol vs.)
- Görevi
- Hastalığın kronikleşmesi, bedensel rahatsızlıklar ve kayıplar
- Babanın ya da annenin işi görevi
- Arta kalan serbest zaman faaliyetleri
- Anne baba ile alakalı haller

- Başarı-başarısızlık
- Çevresindekilerin kendisine verdiği önem
- İyi yönde destek
- Yaptığı işindeki işi yerine getirme ya da getirememe
- Başkalarıyla kendini kıyaslaması
- Kendisiyle alakalı çalışmalar ve tecrübeler
- Hayatındaki amaçlarını belirlemesi
- Geri besleme (Feed back) mekanizması
- Kişinin kendini değerlendirmesi
- Bilimsel başarı

2.8.3. Benlik Saygısı Yüksek Olan Bireylerin Özellikleri

- Başkaları tarafından saygı duyulmasını isterler,
- Yetenek hal ve hareketleriyle dış görünüşleriyle olumludurlar,
- İzlen sin veya izlenmesin eforl arını aynı şekilde sergilerler,
- Eleştiri yapıldığında kendilerini savunmazlar ama atılgan davranırlar,
- Kendilerine yöneltile n övgüleri hemen kabul ederler,
- Kendi performanslarını değerlendirirken gerçekçidirler,
- Birimlerinde çalıştıkları yerlerde pasif değil çok aktiftirler,
- Otoriter kişilere karşı veya durumlara karşı çok rahattırlar,
- Yaşamlarından genelde memnundurlar,
- Sosyal destekleri çok güçlüdür,
- Kendilerine hâkim olabilirler (iç kontrollüdürler),
- Sosyal hayatlarında birçok etkinlikte aktiflerdir,
- Güven duyguları kendilerinde üst düzeydedir,

- İnsanlara artı ve olumlu gösterirler,
- Liderlik özelliği grup çalışmalarında ön plana çıkar,
- Kendilerine özgü faaliyetleri veya etkinlikleri yapabilme kabiliyetleri vardır,
- Öneme değer olduklarını düşünür ve buna değdiklerini düşünürler,
- İlişkilerini hoş, iyimser ve mutlu insanlarla kurarlar,
- Kendilerini bazı farklı alanlarda diğerlerinden iyi olduğunu düşünürler,
- Varsa bir problem onu halletmede veya çözmede etkindirler

2.8.4. Benlik Saygısı Düşük Olan Bireylerin Özellikleri

- Eleştirilere kapalıdır,
- Yetenek hal ve hareketleriyle dış görünüşleriyle olumsuzdurlar,
- İzledikleri olayları sunduklarında performans olarak düşük gösterirler,
- Eleştiri yapıldığında kendilerini savunurlar ama çekinken veya pasif davranır,
- Kendilerine yöneltilen övgüleri kabullenmekte zorlanırlar,
- Kendi performanslarını değerlendirirken gerçekçi değildirler,
- Çalıştıkları yerlerde sınırlı hareket ederler ve pasiftirler,
- Otoriter kişilere veya durumlara karşı rahat değildirler,
- Yaşamlarından genelde memnun değildirler,
- Sosyal destekleri zayıftır,
- Kendilerine hâkim olamazlar (dıştan kontrollüdürler),
- Yaşamlarında birçok etkinlikte ve aktivitelere katılmada tereddüt gösterirler,
- İnsanlarla ilişkileri olumsuzdur, kendilerinde aşağılık hissi ve karamsarlık vardır.
- Olaylardan veya ilişkilerden hemen vazgeçme özellikleri söz konusudur,
- Başkalarının yanında kendini önemsiz, sevimsiz ve değersiz hissedirler,

- Sosyal ilişkileri yetersiz ve pasiftir,
- Başkalarının başarılarını gözleme, grupta beceriksizce faaliyetlerde yapma, dışardan desteğe ve motiveye aşırı derecede ihtiyaç duyma(56).

2.8.5. Benlik Saygısıyla İlgili Araştırmalar

Yapılan bir araştırmaya göre; üniversite öğrencilerinin aile sevgisi ve benlik saygısı arasında çok önemli etkileşim olduğunu, anne ve babaları demokratik olan çocukların, ilgi ve alaka gösteremeyen anne ve babaların çocuklarına göre daha üst düzeyde olduğu gözlenmiştir (57).

Yapılan bir araştırmada 437 üniversite öğrenciyle ve yaş oranı 20 olan, ailenin ekonomik gelirini ortalama olarak kabul eden, başarılı olduğuna inanan, , derslere katılan, hemen arkadaşlık edinen, cinsiyet farkı gözetmeden arkadaşlık yapabilen, öğrencilerin benlik saygılarının yüksek olduğu; belirsiz yerde ders çalışan ya da çalışmak istediğinde yer bulamayan, beslenmesini tam yapamayan ve ileriye dönük endişe içinde olan kötü düşüncelerde olan öğrencilerin ise benlik saygılarının düşük çıktığı gözlenmiştir (58). Ayrıca öğrencinin cinsiyeti, ana baba eğitimi düzeyi, yaşanılan yer, ailenin yapısı, ailenin kaç çocuğu var gibi etkenler, benlik saygısına etkisi olmadığı araştırmaya göre söylenmektedir (59). Aynı şekilde bilimsel olarak kendini başarılı hisseden, ekonomik durumu iyi olan, ailede ilk veya son çocuk olma durumu ve anne baba ilişkileri iyi olan bireylerin benlik saygılarının yüksek olduğunu görülmüştür (60). Diğer bir araştırmada ise, ilk ve ailenin tek çocuğu olması durumunda benlik saygılarının yüksek çıktığı görülmüştür (61).

Yapılan bir araştırmaya göre seçilen öğrencilerin arasından 300 öğrencide benlik saygısı, depresyon ve anksiyete seviyelerini ilişkilendirerek değişik demografik özelliklerine bakılmıştır. Anksiyete ve depresyon düzeyleri ile benlik saygısı arasında

olumsuz ilişki, depresyon ile anksiyete düzeyleri arasında olumlu anlamlılık ve benlik saygısı depresyon ve kaygı düzeyleri cinsiyet açısından herhangi bir anlamlılık gözlenmemiş, fakat cinsiyeti kız olanlarda ise; kaygı düzeyleri devamlı olduğu ve artığı görülmüştür (62).

Başka bir çalışmada ise; üniversite öğrencilerinin yakın ilişkiler kurabilme düzeyleri, yalnızlık, benlik saygısı arasındaki ilişki gözlenmiştir. Çalışma neticesinde; genel bir bakışla benliklerinin yüksek çıktığı, cinsiyetler arasında anlamlı bir fark olmadığı, bölüm farklarını ve sınıfın seviyesinin etkisinin anlamlılık açısından bir etkisi olmadığı görülmüştür. Yalnızlıkla, benlik saygıları arasında olumsuz bir etkileşim görüldüğü yani yalnızlık düzeyi azaldıkça benlik saygısının arttığı, yakın ilişki düzeyleri ile benlik saygıları arasında pozitif olduğu ve benlikte puan arttıkça ilişki düzeyleri de arttığı söylenebilir (63).

Başka bir çalışmada ise Arıca, aday olan öğretmenler üzerinde mesleki benlik saygısını ve benlik saygısını iyileştirmeyi sağlayacak yeni bir yol hazırlamak ve bu yöntemin etki alanını psikolojik danışman desteğiyle çalışmaktır. Yöntemin 26 öğretmen adayı birinci sınıftan seçilerek uygulamaya başlanılmıştır. Bu öğretmen adayları tarafsız olarak bir grubu deney değer grup ise kontrol gurumu olarak seçilmiştir. Kendilerine ait teste tabi tutularak denenmişlerdir. Bu çalışmalardan elde edilen istatistiksel bulgular herhangi bir anlamlı farklılığın mesleki benlik ile benlik saygısı üzerinde olmadığı çalışmalar sonucunda ortaya çıkmıştır (53).

Kernis,120 üniversite öğrencisi üzerinde yaptığı araştırmada, ruhsal etkenlerin değişik yönleri içinde tutarlılık rolü ve benlik saygısı üzerinde çalışmıştır. Kararlarında tutarsız olan kişiler tutarlı olanlara göre daha konu genel hatlarıyla alarak ve içleştirerek ve olumsuz olaylara bakışları gözlenmiştir. Başarısızlıkta görülen

tutarsızlıklar görüntüsü veya çıkan sonuçlar genellemeleri olduğundan fazla yapma aşırıya kaçma eğilimi içerisinde olan kişilerle tutarsız olan kişiler arasında benlik saygısının açısında anlamlı bir fark görülmüştür (64).

2.9. Saldırganlık

Latince "ad" (doğru) ve "gradi" (adım) kavramlarından ortaya çıkmıştır. İngilizcede 'agression diye söylenen saldırganlık ise; kelime manası olarak ileriye doğru hareket etme anlamına gelmektedir (8). Saldırganlık ister iki kişi arasındaki sözlü tartışmalar, ister ülkeler arasındaki büyük savaşlar olsun insanlık tarihi kadar eski bir olgudur (65). Sözcük anlamı saldırganlık "Kötülük ya da yıpratma amacıyla bir kimseye karşı doğrudan doğruya silahlı ya da silahsız bir eylemde bulunma, bireyin kendi düşünce ve davranışlarını dıştaki direnmelere karşın, zorla karşısındakine benimsetme çabası" olarak tanımlanabilir (66). Literatürde saldırganlık ile ilgili birçok tanım yapılmış olmakla beraber bu tanımlardan bazılarını şu şekilde sıralamak mümkündür (67). Bayram'a göre saldırganlık, kişinin karşısındaki kişiye üstünlük sağlaması, onu yenebilmesi, kişiye acı vermesi, acı/ağrı hissettirmesi, karşısındaki kişinin işini boşa çıkarmasıdır. Ona incitici davranması, yıpratması, onu baskıyla yönetmesi olacak olan işini engellemesi ve onu aşağılayıcı davranış biçimini oluşturur (68). Saldırganlık, "bedensel ve ruhsal açıdan başkalarına zarar vermek amacıyla yapılan kızgınlık, öfke ve nefret dolu yıkıcı davranışlar" şeklinde tanımlanmıştır (69). Saldırganlık, bir veya birkaç canlının bir veya birden fazla canlıya fiziksel ve psikolojik açıdan zarar verme olayıdır. Saldırganlık sonucunda saldırıya uğramış kişi veya canlı da fiziksel ve ruhsal tahribat meydana gelir (70). Saldırganlık, bireyin kasıtlı veya bilinçli olarak çevresine zarar vermek, onları kontrol altına almak, egemenlik kurmak, duygusal ve fiziksel amaçları içeren, devamlılığı olan bir eğilim

şeklidir (71). Saldırganlık, kişinin karşısında bulunan başka bir kişiye zarar vermek amacı ile bazı davranışlarda bulunmasıdır (17). Stres, insanların hem iç hem de dış dünyaları tarafından tehdit edilip kafa tutma durumları ile karşılaştıkları zaman üretmiş oldukları psikolojik, fizyolojik ve davranışsal reaksiyonları ifade etmektedir. Genel anlamıyla bir kişinin, başka bir kişiye hem sözel hem de darp olarak iş yapamaz duruma getirme olarak ifade edilebilir (72). Temel saldırganlık davranışları bir maddeyi şiddetle tutup atmaktan alında, bir insana veya kendi bedenine yaralamak, bir kişiyi sözlü olarak uyarmak, toplum içerisinde küçük düşürmek, kötü söz söylemek ya da bireyi o toplumda hiç yokmuş gibi davranmak saldırganlığı tetikleyen etkenlerdendir (70).

Yukarıda yapılan tanımlardan da anlaşılacağı gibi saldırganlık insanlara zarar verici ve toplum tarafından hoş karşılanmayan bir davranış biçimidir (16). Buna karşılık saldırganlık, insan yaşamının her alanında sıklıkla karşılaşılan, sokak, okul, aile içinde ve son yıllarda spor yarışmalarında biraz daha sık görülmeye başlayan önemli bir sorundur. Saldırganlık, bazı olumsuz sonuçlar doğurduğu için bilim dünyası tarafından nedenleri ve önleme çalışmaları sürekli araştırılan bir konu haline gelmiştir. Çünkü saldırganlık ve şiddet içeren olaylardaki artışın saldırganlığın okullara sıçraması, okul çağı çocuk ve gençleri de içine alır şekilde yaygınlaşması saldırganlığın önlenmesi için ciddi ve kalıcı çözümler üretilmesi zorunluluğunu ortaya çıkarmaktadır (62). Saldırganlık, bazen şiddet kavramı ile eş anlamlı olarak kullanılmaktadır. Ancak iki kavram arasında bazı farklılıklar bulunmaktadır. Şiddet kavramı genellikle fiziksel saldırganlıkla sınırlı olarak kullanılmaktadır. Saldırganlık ise şiddet içermeyen bazı yollarla da (jestler, mimikler, eleştiriler, ironi, fanteziler, vb.) anlaşılabilir (16). Hangi biçimde olursa olsun saldırganlık insanın toplumsal

açıdan uyumsuz bir birey olduğunu göstermektedir (73).Yapılan araştırma sonuçlarına göre; kişinin yaşadığı toplum içerisinde yalnızlık hissi, ifade etmede güçlük çekmesi, kendi kurallarıyla toplumun kurallarında arasında çelişki yaşaması saldırgan davranışlar sergilemesine yol açar. Davranış bozukluğu ve toplumsal sorumluluk duygularından uzak olduğunu gösterir. Diğer bir ifade ile bu saldırganlık kişinin sosyalleşememesinden ortaya çıkar (28).

Saldırganlığın nedenlerinin incelendiği çalışmalarda bazı kuramcılar beynin merkezi sinir sisteminin ve endokrin sisteminin saldırganlığa yol açtığını öne sürmüşlerdir. Saldırganlıkla ilgili amigdalalar organizmada duygu kontrolünü sağlayan beyin alanları olup, limbik sistemin bir parçasıdır. Saldırgan davranışlar sergileyen hayvanların amigdalaları çıkarıldığında hayvanların önceki halinin karşıtı bir durumun, sakinlik halinin ortaya çıktığı gözlenmiştir. Yine beynin bu gölgesinde oluşmuş olan bazı tümörlerin aşırı saldırganlığa yol açtığı belirtilmektedir. Geçmiş yıllarda saldırgan davranışların nedenleri ele alınırken genellikle çevresel değişkenler üzerinde durulmakla beraber, gelişimsel ve sonradan meydana gelen beyin hasarları üzerinde durulmamıştır. Son yirmi yıllık süre içerisinde yapılan araştırmalarda ise nöropsikiyatrik ve nörolojik sorunların saldırgan bireylerde, saldırgan olmayanlara oranla daha yaygındır (26). Karşısındakilere hem sözel olarak hem de fiziksel olarak zarar verme hedefi taşıyan bütün hareketler saldırganlık olarak isimlendirilen ve bu iki kişi arasında olacağı gibi ikiden fazla kişinin karıştığı olaylarda da görülür. Bu saldırganlık davranışları kişiyi aşağılama, hakaret etme, fiziksel darp, sözel saldırı olarak da görülebilir. Milyonlarca kişinin savaşlarda katledildiği görülür. Saldırganlık bu bakımından İnsanlık tarihi kadar eski bir olgu olarak karşımıza çıkar (65).

Saldırganlıkla ilgili birçok kavram ve boyut vardır. Bu kavram ve boyutlar

birçok bilim dalında kullanılır. Özellikle davranış bilimlerinde kullanılan kavram ve boyutlar geniş bir alan oluştururlar. Psikolojide, psikolojinin alt dallarında tıpta, tıp bir dalı olan nörolojide görülür. Her biri farklı manalara gelse de içerik olarak aynıdırlar. Şiddetle saldırganlık eş anlamlıdır. Bu yüzden bir birinin yerine kullanılabilir. Şiddet(violence), “yaralamak ya da zarar vermek amacıyla kullanılan fiziksel güç” veya “güç ve kuvvetin, başkalarını birtakım haklardan mahrum edebilecek şekilde adaletsiz bir biçimde kullanılması” isimlendirilir (74).

Öfke insanda bulunan en doğal duygularından birisidir. Saldırganlığın temelini bu duygusallık özelliği olan öfke oluşturur. Öfke kişilerin iletişimini etkileyerek sürtüşmeye ve çatışmaya yol açarak kızgınlığa oda saldırganlığa sebep olacaktır (75). Öfke kişiden kişiye değişkenlik gösteren ve öğrenmeye bağlı olarak ifade edilen bir kavramdır. Bu değişkenlikler nedeniyle, bireyin öğrenmesiyle ve eleştirilerin dozuna göre değişiklik gösterir. Çalışmalarda öfkenin, en çok vurgulanan özelliği öğrenilebilir oluşu olgusudur. Buda bize olumsuz saldırganlık duygusu olanların bu özelliklerini öğrenilebilir öfke ile yenileyebilecekleridir. Sonuçların kötü görünmesine karşın öfkenin bireye aslında, koruyucu, uyarıcı bir şey olduğunda olayın durumuna göre harekete geçirici görevleri de içerir. Buda öfkenin bireyin yaşatışında ne kadar önemli olduğunu gösterir. Canlıların yaşamlarını devam ettirebilmeleri için var olan tehlikelere karşı kendilerini korumalarında anlık karar vermede hayatta kalabilmelerinde çok önemli bir yere sahiptir. Bu yüzden öfkenin organizmayı hem uyarmayı hem de gelecek olan anlık saldırılara karşı her an hazır halde tutmak, zarar verici saldırılara karşı onu uyanık tutmaktır. Böylece saldırılara karşı koyar ve olayları anlık olarak kendi kontrolü altına almış olur (76). Bir olay eğer stres ve baskı ile yapılıyorsa öfkenin saldırganlığa yol açacağını ve bunu da yaparken stresten ve

baskıdan saldırganlığı araç olarak kullanmaktan çekinmeyeceği gösterir (77). Saldırganlık, toplum hayatında hiç hoş karşılanmaz. Ahlaki olarak da kötü olarak nitelendirilen bir kavramdır (78). Ama yine de insanın yaşamı içerisinde diğer duygularında olduğu gibi öfkede olması gereken ve ihtiyaç duyulan bir duygudur. Özellikle insan vücudunda oluşan bazı sorunlara içerden olsun dışardan olsun gelen anlık tehditlere tepki göstermesi açısından öfke çok büyük öneme sahiptir. Öfkeyle gelen stres hemen organizmayı korumaya alır (79). Bu yüzden saldırganlık, geniş bir anlamıyla öfkenin ortaya çıkmasıyla oluşur. Saldırganlık öfkeyle bağlantılıdır (80). Saldırganlığın daha sade tanımını yaparsak ‘karşı tarafı kıran inciten ve hakaret edebilecek her türlü davranışı yapan olarak tanımlanabilir. Fakat bu tanımda saldırganlıkta niyet belli değildir. Kişileri aşağılayan, rencide eden incitmek niyetinde olan birey amaç olarak karşı tarafa bu şekilde davranmaya seçenler için niyet çok önemli kurumsal analiz kavramı olarak karşımıza çıkar (81). Saldırganlık, böyle başka davranış ve kavramlarla sürekli irtibat içerisinde bulundurduğu söylenebilir. Bu kavramları sıralarsak eğer; merak, konuya vakıf olabilme için araştırma, karşı tarafa ve çevresine kendisini kabul ettirme, ego, hakkı olmadığı halde istismar gibi kavramlar söylenebilir. Bunların sonucunda üstünlük, arzusunu yerine getirme, duygusal haz duyma, cinsel doyumluluk ve çevreyi kontrol edebilme gibi süreçler bütünü olarak görülür. Saldırganlığın öğrenmeyle kontrol edilebileceğini var olan dürtülerimizi hâkimiyet altına alabileceğimizi görmemizdir (82). Saldırganlığın başka bir kişiye zarar vermek amacıyla, bir kişi ya da grup tarafından gerçekleştirilen davranış olarak tanımlandığını ve davranışa dönüştürülmeyen düşmanlık duygularının bu tanımlamanın dışında kaldığını ifade etmektedir (83). Saldırganlık, vurma, kırma, hakaret, düşmanca davranışlar, küfür, sözlü sataşmalar, fiziksel şiddet gibi duygulara

kadar uzanan geniş bir yelpazeyi kapsamaktadır. Öte yandan saldırganlık bireyin varoluş sebebi, kişiliğini ve çevresini tanımasını sağlayan bir kavram olarak da görülebilir (84). Bireyler bazen yaşadıkları çevrelerini değiştirmek ve kendilerine göre ayarlamak için saldırganlığı bir araç olarak kullanabilmektedirler. Böyle bakıldığında saldırganlık hâkim olmak, kazanmak, idareyi elde etmek için, çok etkili hareket; tahrip edici ve yıkıcı davranış biçimidir (85). Sosyalleşmeyle birlikte öğrenilen bazı davranış biçimlerinde olduğu gibi saldırganlığında bu süreç içerisinde öğrenebilmektedir. Son yapılan çalışmalarda natüralist yaklaşımın, saldırganlığı diğer öğrenilen duygular gibi sosyalleşmenin neticesi olarak öğrenildiğini tezi savunulur. Tanımların çoğunda ortak bir sonuç elde edilir. Çıkan bu ortak tanımlardan saldırganın yaptığı davranışlarıyla, hedefi ve amacı paraleldir (86).

2.10. Saldırganlık Türleri

Saldırganlıkla alakalı kaynak araştırması yapıldığında saldırganlığın; “fiziksel”, “sözel”, “sembolik”, “duygusal”, “cinsel”, “siyasal”, “yapıcı-yaratıcı”, “yıkıcı”, “amaçlı- amaçsız” ve “araç sal” olarak saldırganlık sınıflandırıldığı görülür (87) ,(88) .

“Fiziksel” ve “sözel” saldırganlık olmak üzere iki ana başlık vardır. Hedefte olan kişiye direk olarak zarar verme, şiddet gösterme “fiziksel saldırganlık” olarak kısaca ifade edilebilir. “Sözel Saldırganlık” ise nesneye veya kişiye küfür, hakaret, aşağılama gibi sözle söylenen ve hareketleriyle küçümseyen davranışlarıdır (89). Fiziksel saldırganlıkta kişinin bedenini darp etme sert ve acı verici bir madde ile fizik bütünlüğüne hasar verecek şekilde temasta bulunma sağlığını hiçe sayma hak ve özgürlüklerine tehdit oluşturma gibi davranışlar olarak ifade edilir (90).

Çoğu yapılan araştırmalarda saldırganlığın “fiziksel saldırganlık” yönü ele alınmış fakat “sözel saldırganlıkla” ilgili çalışma hemen hemen yok gibidir (91).

Öfkenin sözel olarak dışa vurması, lakap verme, küfür, küçük görme, hararete varan sözler söyleme gibi davranışlar “sözel saldırganlık” içinde yer alır (92). Fiziksel saldırganlığı ortaya çıkmasında “sözel saldırganlık” önemli bir faktör olarak karşımıza çıkar. Yani fiziksel saldırganlığın oluşabilmesi için sözel saldırganlık çok büyük yer alır (93). Cüceloğlu yaptığı bir çalışmada; Alay etme ve aşağılama öfkenin dışa vurması, saldırganlığın harekete geçiren unsur olduğunu söyler. Yaşadığımız çevrede her zaman karşılaşacağımız olaylarda dayak, kavga, cinsel istismar, tecavüz, silahlı çatışma, yakma, bombalama, kundaklama, yıkım, işkence, hakaret, küfür etme, baskın gibi davranışlarla hayatımızda her an sözel ya da fiziksel saldırganlıkla çevremizin kuşatıldığı görülmektedir (94).

Saldırganlığın sınıflandırılmasında diğer bir kavramda sembolik bir değer taşıyan sembolik (göstergesel) saldırganlıktır. Sembolik (göstergesel) saldırganlık, saldırganlığı açık bir şekilde yapamadığı vakalarda ortaya gizli ve kibar saldırganlık olarak görülür Saldırganlık kendini fiziksel olarak gösterdiği durumlarda kesinlik ve netlik söz konusudur. Ama sembolik saldırganlıkta ortada görünür bir durum yoktur ve tartışmaya açıktır Psikolojide ise farklı saldırganlık türlerinden davranışsal ve düşünsel saldırganlık olarak kendini gösterir (95). Saldırganlığın düşünsel yapılması niyet olarak başkalarına zarar vermeyi ve amacı belli olan stratejik bir saldırganlık çeşididir. Düşünsel saldırganlığı itaat davranışı ile ilgili 1974 ‘deki çalışmalarında ilk ele alan Milgram ve Stanley’dir. Çalışmada katılımcılar öğretmen ve öğrencilerdir. Öğretmenler katılan öğrencilere elektro şok uygularlar. Amaç yanlış yapan öğrencilere şiddet uygulamak değil ceza sonucunda öğrenmeyi stratejik olarak benimsetmektir (96). Sosyal psikolojide kullanılan “Davranışsal saldırganlık” kavramı ise daha çok fiziksel saldırganlıkla aynı anlama gelir. Sinirlilik ve düşmanlığın ortaya çıkmasıyla

davranışsal saldırganlık gerçekleşir. Bu olay sonucunda zarar verme ve yaralama davranışı görülür. Davranışsal saldırganlıkta vücudumuzda bir takım fizyolojik değişiklikler görülür. Bunlar kan basıncını artması, adrenalin salgılanması sonucu nabızın hızlanması, gibi kimyasal değişiklikler gözlenir (97).

Saldırganlık kavramına ilişkin ele alınan diğer bir sınıflama da çeşitli araştırmalarda farklı şekillerde ele alınan dolaylı ilişkisel ve sosyal saldırganlıktır (98). Dolaylı, ilişkisel ve sosyal saldırganlık türleri en az fiziksel saldırganlık kadar zararlı bir saldırganlıktır (99), (100). Bu tür saldırganlık başkalarını kullanarak zararlı olma şeklinde ortaya çıkmaktadır (101). Tanım olarak dolaylı, ilişkisel ve sosyal şeklinde ele alınan bu üç kavram birbirlerine benzemesine rağmen aslında birbirlerinden farklıdırlar (102). Dolaylı saldırganlıkta saldırgan tanımlanamaz bir özelliğe sahiptir. İlişkisel saldırganlık daha yakın ilişkilerde (arkadaşlık, dostluk gibi) gizli veya açık olabilir. Daha az sıklıkla kullanılan sosyal saldırganlık sosyal gruplar içinde açık veya gizli olabilir. Bu konu ile ilgili olarak yapılan birkaç araştırmada, arkadaşlarını reddetme, toplum dışına itme ve dedikodu yayma gibi bazı zararlı davranışlar saldırganlık olarak tanımlanmakta ve buna "ilişkisel saldırganlık" (relational aggression) adı verilmektedir. Bu tür saldırganlık ise kadınlarda erkeklere göre daha fazla görülmektedir (103). Saldırganlıkla ilgili yapılan çalışmalar incelendiğinde kişilerin iş hayatı ve ilgi alanları seviyeleri veya çeşitlerinin (Fiziksel, sözel, dolaylı, öfke ve düşmanlık) aynı olmadığı farklı olduğu incelenmiştir. Dolayısıyla beden gücü gerektiren işlerde çalışanların daha çok fiziksel olarak saldırgan oldukları gözlenmiştir. Seçilen mesleklerin ya da iş alanlarının niteliklerinin özellikleri kişilerin saldırganlık eğilimlerinin sonucu veya nedeni olabilir. Kişilerin yaşadıkları çevrede saldırganlıkta ilişkili olarak görülmektedir (96).

Başka bir deyişle saldırganlık insan tabiatı gereğini yoksa sonradan öğrenilerek kazanılan değer mi olduğu savulan fikirler söz konusu olabilmektedir (104).

Araştırmacıların bazıları, saldırganlığın ortaya çıkış sebebi olarak genetiğin, iç salgı bezi sistemi ve merkezi sinir sisteminin rolünün olduğunu söylemişlerdir (105). Pek çok araştırmacı özellikle cinsiyet genleri üzerinde çalışma yapmışlardır. 23. kromozom dizilimi cinsiyeti açıklayan kromozomdur. XX dişi, XY erkek kromozom dizilimi cinsiyeti gösterir. Yapılan bazı akademik çalışmalarda, cinsiyet kromozomlarının fazlalığının (XYY ve XXY yapısı), nörolojik sisteme etki ederek kişinin gelişiminde olumsuz bazı gelişim bozukluklarıyla birlikte bireyin suç oran sapmalarına sebeplerden biri olduğu savunulmuştur. (106). Saldırganlığın biyolojik temelli yaklaşımlarının biride bu merkezi sinir sistem üzerindeki görevlerin işleyişindeki organizmanın göstermiş olduğu aksaklık olarak kendini göstermesidir (107). Merkezi sistem bölgelerinin görevlerine bağlı olarak elde edilen akademik çalışmalar özellikle hipotalamus bölgesinin en çok etkin olduğu bölge olarak saptanmıştır. Deneysel hayvanlarda yapılan çalışmalarda ise özellikle hipotalamus bölgesine verilen elektrik şoklarda hayvanın saldırganlığının artmasına sebep olduğu gözlenmiştir. Şokun süresi uzatıldığında ise deney hayvanlarının etraflarındaki nesnelere veya canlılara daha saldırgan ve tehditkâr davrandıkları gözlenmiştir (79). Yine merkezi sinir sisteminde bulunan limbik sistem ve amigdala bölgesinin saldırganlık davranışı üzerinde çok etkili bir faktör olarak karşımıza çıktığı görülür. Duyguların kontrol edildiği bölge amigdala bölgesi olarak bilinmektedir. Amigdala bölgesinin çıkarıldığı deneysel hayvanlarda saldırganlığın yerini sakinlik aldığı gözlenmiştir. Bazı lokalize olmuş tümörlü bölgelerde ise aşırı derecede saldırganlığın arttığını saptanmıştır (108).

Biyolojik temelli yaklaşımlar hormonların saldırganlık davranışlarının etkilerini ortaya çıkarmıştır. Bu tür yaklaşımlar hormonların saldırganlığı etkileyen biyolojik faktör olarak görmesinden kaynaklanır. Merkezi sinir sistemi, Endokrin sistemi, fiziksel yapı ve anatomik olarak çok yakın ilişkileri vardır. Salgı bezi sistemi ile salgılanan bazı hormonların beyindeki işlevle birlikte, merkezi sinir sistemini etkileyerek fiziksel gelişim ile birlikte kasını yapısal gelişimini etkileyerek, saldırganlığa dolaylı olarak etkide bulunduğu söylenebilir. Endokrin sistemde özellikle erkeklik hormonu olan androjenin saldırgan davranışları üzerinde etkisi büyüktür (109). İnsanlarda olduğu gibi memeli bazı hayvanlarda yapılan araştırmalarda erkek olanların dişi olanlara göre daha saldırgan tavır gösterdikleri saptanmıştır (110). Mesela, kullanılan bazı deneysel hayvanlarda özellikle çiftleşme döneminde anrojen hormonunun artışı ve bu yüzden saldırganlıklarının da buna paralel olarak yükseldiği ve kavgacı oldukları gözlenmiştir. Farklı topludaki insanların yaşadıkları çevrelerdeki özelliklere göre saldırganlık düzeylerinde farklı olduğu söylenebilir. Örneğin batı toplumlarında, erkeklerin kız çocuklarına göre daha çok fiziksel saldırganlığa yatkın kızların ise sözel saldırganlık gösterdikleri söylenebilir (92). Sosyalleşme sürecinde olan erkek ve kız çocuklarında hormonal değişikliklerin ergenlik döneminde görülen saldırganlığa sebep olduğu konusunda elde edilen pek veri yoktur. Araştırmacıların bazılarına göre cinsiyet değişikliklerinden veya farklılıklarından daha çok algılayışların farklı olduğu öne sürülmüştür. Bu yüzden erkeklerin fiziksel saldırganlığa daha yatkın oldukları oran olarak da kızlardan daha saldırgan oldukları söylenebilir (111). Fakat kültürlerin farklı olması ve kişinin kültür çatışmasına girmesi, cinsiyet hormonunun kişilerde değişiklik göstermesi yaşadığı çevrenin etkisinin olduğunu göstermiştir. Bu yüzden

biyolojik temelli veriler gözle görülebilen ve somut olması bakımından önemlidir. Ayrıca kişinin sosyal süreçlerini, duygusal ve zihinsel olgularını göz ardı etmesi nedeniyle yetersiz kalınmakta sonucunda saldırganlığın ortaya çıkmasında etkili olduğu görülmektedir. Bundan dolayı temel yapı göz önünde bulundurulmalı ve psikososyal değişkenler daha çok etkin hale getirilmelidir (112).

2.10.1. Amaç Yönelimli Saldırganlık

Amaç yönelimli saldırganlık davranışında temel amaç kişiye zarar vermek değildir (67). Basketbolda oyuncuların sayı yapacak rakiplerinin eline vurmak, su topunda gol atmaya amaçlayan rakibini suyun içine çekme veya karatede rakibine üstünlük sağlamak için tekme atma davranışları düşmanlık niyeti içermeyen, amaç yönelimli saldırganlıklardır. Amaç yönelimli saldırganlıklar genellikle, daha iyi bir derece elde etmek, rakibini yenmek, rekor kırmak, madalya kazanmak amacıyla ya da yüksek bir ödül veya primin kaybedilme riskinin arttığı durumlarda ortaya çıkar (71).

2.10.2. Düşmanca (Antisosyal) Saldırganlık

Saldırganlık davranışları her zaman bir hedefe yönelik olmayıp, bazen düşmanca da gerçekleşebilir. Hedefe yönelik ortaya çıkan saldırganlıkta amaç saldırganlık göstererek hedefe ulaşmaktır. Ancak düşmanca saldırganlıkta temel amaç, başka bir kişiye acı çektirmektir (113). Düşmanca saldırganlık davranışı genellikle kişinin aşağılandığı veya kasıtlı bir biçimde tahrik edildiği durumlarda ortaya çıkmaktadır (69).

2.10.3. Sosyal Rol Olarak Saldırganlık

Saldırganlık davranışları sosyalleşme bakımından kendini gözlemleme ve taklit yoluyla gösterir. Bu yüzden çocuklar bu yöntemle saldırganlığı çok kullanırlar. Sporcular ise kendileriyle özdeşleştikleri ve kendi yapılarına yakın gördükleri popüler

sporcuları gözleme ve taklit yoluyla örnek almaya çalışırlar. Böyle popüler olan bir sporcunun veya kişinin saldırgan davranışları çocuklarda ve genç olan sporcularda amaçlanan başarı için saldırganlığın bir temel yapı olduğu kanısına varıp saldırgan davranışlar gösterebilirler (71). Bundan dolayı popüler sporcuların iyi bir model olması saldırganlıktan uzak durması nezaket ve kibar davranışlar sergilemesi çocuk ve gençlere saldırganlığın kötü sonuçları açısından iyi bir örnek olacaktır.

2.10.4. Diğer Saldırganlık Türleri

Yıkıcı saldırganlık: İnsanların sahip oldukları beklentilerini gerçekleştiremediği zamanlarda hayal kırıklığı, üzünlük, korku gibi karmaşık duygular içerisine girebilirler. Ortaya çıkan söz konusu duygu yoğunluğu içindeki kişi, toplumun kabul etmeyeceği saldırgan bir tutum sergileyebilir. Bunun sonucunda ortaya çıkan yıkıcı saldırganlıkta genellikle kişi kendine zarar verdiği inandığı kaynağa zarar verme yoluna gider. **Tepkisel saldırganlık:** Bu saldırganlık türü ya doğrudan bizi üzen kişiye karşı ya da öfkemizin nedenini oluşturan olaylara karşı ortaya koyulan bir saldırganlık çeşididir. Tepkisel saldırganlıkta kişi bazen kendisine karşı da saldırganlık gösterebilir. **Edilgen saldırganlık:** Edilgen saldırganlıktaki temel amaç bir insanın karşısındaki kişinin öfkelerini ve kızgınlığını kazanmadan, saldırganlık duygusunun tatmin edilmesidir. Burada, karşısındakini soyut olarak değil, ancak somut olarak incitme veya yaralama arzusu baskın çıkmaktadır (114).

Saldırganlığı, dürtü ve içgüdü olgularına yer veren kuramcılar, insan tabiatında olan ve doğuştan gelen bir davranış biçimi olarak saldırganlığı savunmuşlardır. Bunlara göre saldırganlık, doğuştan gelen davranışlarda olduğu gibi biyolojik yapıda da dürtü mekanizmasının organizmanın içinde gerçekleşir. Bir bilim adamı olan Freud çalışmasında insan yaşamını etkileyen iki temel iç içgüdü üzerinde durmuştur.

Bunlardan birincisi yaşam, ikincisi de ölüm içgüdüsüdür. İnsan davranışlarını yönlendiren bu iki temel içgüdüdür. Yaşam içgüdüsünün türevi cinsellik ölüm içgüdüsünün türevi ise saldırganlık olduğunu söyler (115).

2.11. Saldırganlığın Nedenleri

Saldırganlığa neden olan faktörler tek başına etkili olabileceği gibi bir veya birkaç faktör aynı anda birleşerek saldırgan davranışın ortaya çıkmasına neden olabilmektedir. Ayrıca insan yaşamında bazı durumlarda saldırganlığa neden olan unsurlar ilerleyen dönemlerde saldırganlığın ortadan kalkmasına da katkı sağlayabilmektedir (58).

2.11.1. Aile

Aile faktörü çocukların ve gençlerin saldırgan davranışları üzerinde önemli bir belirleyicidir. Çocukluk döneminde ortaya çıkan saldırganlık davranışlarının temelinde anne-babanın aşırıcı koruyucu veya reddedici, aşırı ilgisiz ya da ilgili davranması ile fiziksel ya da sözel şiddet uygulaması gibi faktörler yatmaktadır. Bu nedenle çocuklarda saldırgan davranışın ortaya çıkmasında anne babanın hatalı davranmasının etkili olduğu söylenebilir (68). Çocuklar üzerinde yapılan çeşitli araştırmalarda da aile tutumunun ve anne-baba yaklaşımının çocukların saldırganlık düzeyleri üzerinde belirleyici bir rol oynadığı tespit edilmiştir (116). Ayrıca çocuklarda küçük yaşlarda başlayan saldırgan davranışların ilerleyen yıllarda artarak devam edebileceği belirtilmiştir (73).

2.11.2. Kitle İletişim Araçları

Çocuklarda özellikle televizyonlarda gördükleri karakterleri taklit etmeye çalışmak bazen saldırgan davranışlar sergilemelerine neden olabilir. Çünkü çocukların televizyonlarda gördükleri şiddet içerikli eylemlere özenme ve söz konusu eylemleri

taklit etme gibi davranışlar içerisinde girdikleri bilinmektedir. Bunun yanında çocukların yaşadıkları çevre içerisinde şiddet ve saldırganlık davranışının özendirildiği durumlar varsa kişinin de saldırgan davranışlar sergilemesi muhtemel bir sonuçtur (117). Televizyon programları en sakin toplumlarda bile insanlarda hıncı artırımı, nefret ve şiddetin körüklenmesi ve dengesiz davranışlar sergilenmesine neden olabilmektedir. Bunun yanında kitle iletişim araçlarının ortaya koydukları şiddet yönelimli görüntüler insanların yaşadığı toplumun özelliklerine göre insanlarda saldırganlık eğilimlerini farklı oranlarda ortaya çıkarmaktadır (68). Kitle iletişim araçlarının saldırganlık davranışlarının arttırmasının temelinde, saldırganlığı normal bir olguymuş gibi göstermelerinin yattığı belirtilmiştir (66).

2.11.3. Zararlı Madde Kullanımı

Saldırganlığa neden olan ve insan bilincine zarar veren maddelerden birisi alkoldür. Alınan alkolün etkilerinin miktarına bağlı olarak değiştiği, az miktarda alınan alkolün saldırganlığı ortadan kaldıracabildiği, buna karşılık fazla miktarda alınan alkolün davranış hâkimiyetini ortadan kaldırarak saldırganlığı artırabildiği bilinmektedir. Alkol alımına bağlı olarak ortaya çıkan saldırganlığın temelinde alkol alınmadan önceki engellenme durumu veya ruh hali yatmaktadır (68).

2.11.4. Engellenme

İnsanların engellenmeye yönelik olarak sergiledikleri tepkiler, karakteristik yapı ve önceden kazanılan deneyimler etkilenmektedir. İnsanların yaşadıkları farklı şekillerde öğrenme, aynı engellenme durumları, değişik şekillerde saldırganlık türlerine insanı götürebilir. Anında olan durum, önceden yapılan tepkilere gösterilen alışkanlıklar, engellenmeye karşı benimsenen tutum ve engellenmenin birbirinden farklı tepkiler doğurması engellenme ile saldırganlık arasında basit bir bağ kurulmasını

zorlaştırır (71). Saldırganlığa neden olan engellenme genellikle bir amaca, ödüle veya hedefe ulaşmaya çalışırken kişinin söz konusu hedef veya ödüllere ulaşmasının engellenmesi şeklinde ortaya çıkmaktadır. Örneğin; futbolda savunma oyuncusunu geçemeyen hücum oyuncusunun savunma oyuncusuna tekme atması engellenme sonucu ortaya çıkan bir saldırganlıktır. Engellenme-saldırganlık kuramına göre, kişinin engellenmesi daima saldırganlık ile sonuçlanmakta, diğer bir ifade ile her saldırganlığın altında bir engellenme durumu yatmaktadır (118).

2.11.5. Zorbalık

Zorbalık dünyada olduğu gibi ülkemizde de karşılaşılan bir davranış bozukluğudur (119). Saldırganlık genellikle başka bir kişiye sözlü veya fiziksel olarak zarar verme eylemini içerirken, zorbalık bir insanın başka bir insana acı çektirmesini amaçlamayan saldırganlığın farklı bir formu olup, zorba davranışlara uğrayan mağdurlar fiziksel veya psikolojik olarak acı çekmektedir (120). Ancak düzenli olarak tekrarlayan zorbalık davranışı saldırganlığın bir alt boyutunu oluşturmaktadır (119). Özellikle çocukluk ve gençlik yıllarında sıklıkla görülen zorbalığın temelinde aile (anne-baba) veya akran ilişkilerinin yattığı belirtilmektedir (121). Çocuklarda ve gençlerde özellikle okullarda zorbalık davranışları sıklıkla görülmektedir (119).

2.11.6. İnsanlar Arası İletişimsizlik

Toplumsal yaşam düzeni içerisinde insan ilişkilerinde iletişimde üstün olan insanlar, karşılarındaki insanlarla doğru bir şekilde etkileşime geçebilmektedirler. Ama iletişimleri zayıf olan insanlar, kendi düşüncelerini karşı taraftaki kişiye anlatmakta zorluk çekerler ve karşılarındaki insanı doğru bir şekilde anlayamazlar. Bu yüzden insanlar arasında görülen bu iletişimsizlik sonucunda bireylerin saldırgan davranışta bulunma eğilimleri artar. Bu nedenle insanlar arası ilişkilerde öncelikli

olarak empati becerisinin geliştirilmesinin ve karşıdaki insanın da düşüncelerinin anlaşılabilmesinin saldırganlık davranışlarını azaltabileceği belirtilmektedir (122).

2.11.7. Cinsiyet

Erkeklerin doğal ve yaratılıştan gelen saldırganlık özelliği iki cins arasındaki en belirgin davranış özelliklerinden birisidir. Erkeklerin saldırganlıklarının temelinde testosteron hormonunun yattığı, diğer taraftan dişilik hormonu östrojenin testosteronun bu etkisini nötralize ettiği bilinmektedir. Erkeklerde testosteron hormonunun fazlalığına bağlı olarak saldırganlık düzeyi artmakta, buna karşılık kadınlarda bu etki görülmemektedir. Bu durumun temelinde, erkek beyninin testosterona duyarlı biçimde programlanmış olmasının yattığı belirtilmektedir. Sözlü olarak yapılan saldırganlık davranışlarında iki cinsiyet arasında belirgin bir fark olmaması ise kadınların sözel konularda daha yetenekli olmalarından kaynaklanmaktadır. Kadın ve erkekler arasındaki duyuş, düşünüş ve davranış farklılıklarına sosyal açıklamalar da getirilmiştir. Örneğin sosyalleşme açısından erkekler, kızlara oranla saldırgan olma yönünde daha çok baskı görmektedirler. Anne ve babaların çocuğa verdiği önem, çocuğun saldırgan davranışların sergilendiği farklı ortamlarda bulunma süreleri önemlidir. Cinsiyet rollerindeki farklılığa bağlı olarak, erkekler ve kızlar nasıl davranmaları gerektiğini farklı şekilde gözlemleyip algılamaktadırlar (71). Literatürde yer alan çeşitli araştırmalarda da cinsiyetin saldırganlık üzerinde etkili bir unsur olduğu bulunmuştur (123). Cinsiyete göre saldırganlık farklılıklarının ortaya çıkması çocukluk dönemine kadar dayanmaktadır. Özellikle toplumun çocuk yetiştirme tarzı erkek çocukların kız çocuklara kıyasla daha fazla saldırgan olmalarına neden olabilmektedir. En basit örnekle açıklanırsa, erkek çocukların şiddet içerikli oyunlar veya oyuncaklar oynamaları genellikle toplum

tarafından doğal karşılanmaktadır (71).

2.11.8. Baskı

Baskı saldırganlığın en temel nedenlerinden biri olarak görülür. Bir kişi ya da grup, karşı tarafı baskıyı sindirme aracı olarak kullanır (67). İnsanların baskı altında ortaya koydukları saldırgan davranışlar baskının boyutuna ve insanda oluşturduğu psikolojik yüke göre farklılık gösterebilir. Örneğin; üzerinde geçim sıkıntısı ve maddi baskı olan bir kişinin ortaya koyacağı saldırganlık davranışı ile antrenörünün baskısına bağlı olarak maçı kazanmak isteyen sporcuların karşılaşmada sergiledikleri saldırganlık birbirinden farklı olacaktır.

2.11.9. Kişilik Özellikleri

İnsanlar toplumsal bir varlık oldukları için yaşadıkları toplumsal çevrelerde kabul görmek isterler. Ayrıca toplum tarafından dışlanmamak için toplumsal kurallara uyarak yaşamaya çalışırlar. Toplumsal değer yargılarına göre yaşam bazen saldırganlığı önleyebilirken, bazı durumlarda da insanların saldırganlık düzeylerini arttırmaktadır. Bu nedenle insanlar toplumsal yaşamın gereklerini de göz önünde bulundurarak saldırgan davranışlar sergilerler. Ancak bireyler her zaman toplum kurallarına bağlı yaşayamazlar. Bu nedenle bazen toplumun onaylamadığı saldırganlık davranışlarını da sergileyebilirler. Bu tür saldırgan davranışların temelinde insanların sahip oldukları kişilik özellikleri yatmaktadır (66).

2.11.10. Çevresel Faktörler

Saldırganlığın oluşmasında birçok unsur rol oynadığı gibi, çevresel unsurlar saldırganlık oluşumunda oldukça büyük bir etkiye sahiptir. Özellikle sosyal çevre saldırganlık oluşumunu tetikleyecek birçok unsuru içerisinde barındırmaktadır (124). İnsanların etrafında gördükleri tüm unsurlar çevreyi oluşturmaktadır. İnsanlar çevrenin

bir parçası oldukları için yaşadıkları çevreden etkilenmemeleri mümkün değildir. Bu nedenle insanlar mutlu olmak için, yaşamlarını devam ettirebilmek için çevrenin kendilerine verdiği görevleri yerine getirmek zorundadırlar. İnsanlar çevrelerine yönelik uyumlarını kaybettiklerinde saldırgan davranışlar sergileyebilirler, insanları etkileyen ve saldırgan olmalarına neden olan en önemli çevresel unsurların başında yaptığı ise konsantre olamama, ağır rahatsızlık, kızgınlık, can sıkıntısı, ne yaptığını bilememe, kendisini kaybetme gibi unsurlar yatmaktadır (66). Çocukluk ve gençlik döneminde yaşanan çevre saldırganlık üzerinde oldukça etkili olabilmektedir. Özellikle sosyal destekten yoksun ve yurt ortamında yetişen çocuklarda saldırgan davranışlara sık rastlanmaktadır (120).

3. MATERYAL VE METOT

Bu çalışmanın amacı, spor yapan ve spor yapmayan bireylerin benlik saygısı ve saldırganlık düzeylerini incelemektir.

3.1. Araştırma Deseni

Bu çalışmada nicel araştırma yöntemlerinden betimsel araştırma deseni kullanılmıştır. Betimsel araştırma, yaşayanların, hali hazırda var olanların, yaşananların ne olduğunun betimlenip açıklanarak ortaya konulması şeklinde tanımlanabilir (125).

3.2. Evren ve Örneklem

Çalışmanın evrenini Atatürk Üniversitesinde öğrenim gören lisans öğrencileri oluştururken, örneklemine ise rastgele örnekleme yoluyla belirlenen 190 kadın 310 erkek olmak üzere 500 lisans öğrencisi oluşturmaktadır.

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırma grubuna benlik saygısı anketi ve saldırganlık düzeyi anketleri uygulanmıştır. Anketlerin dağıtılması ve cevaplanması üç bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde demografik özelliklerin cevaplanması, ikinci bölümde ise; Buss ve Perry (125) tarafından geliştirilen, H Andaç Demirtaş (126) tarafından 2012 yılında güvenirlik çalışması yapılarak Türkçeye çevrilerek güvenirlik çalışması yapılmış, “saldırganlık ölçeği” kullanılmıştır. “Benim Karakterime hiç uygun değil”, “Çok az uygun”, “Biraz uygun”, “Çok uygun” ve “Tam uygun” olmak üzere, anket 5’li likert

tipi şeklinde bir ölçektir. Fiziksel saldırganlık, Sözel saldırganlık, Öfke ve Düşmanlık olmak üzere dört farklı saldırganlığın bu alt boyutlarını ölçmeyi amaçlamaktadır.

Fiziksel saldırganlık alt boyutu, başkalarına zarar vermeyi fiziksel olarak ölçen 9 soru (13,8,2,11,25,16,29,22ve5.maddeler) ile ifade edilmiştir.

Sözel saldırganlık alt boyutu, başkalarını incitmeyi sözel yolla ilişki kuran ve ölçen 5 soru (27,6,21,14 ve 4. maddeler) bulunmaktadır.

Öfke alt boyutu, saldırganlığın boyutunu duygusal ölçmeyi hedefleyen 7 soru (19,28,1,18,9,23 ve 12. maddeler) ile ifade edilmiştir.

Düşmanlık alt boyutu ise saldırganlığın bilişsel boyutunu ölçmeyi hedefleyen bu 8 soruyu (20,24,3,26,10,15,7.ve 17. maddeler) içermektedir (126).

Üçüncü bölümde ise; araştırmadaki bireylerin benlik saygısı düzeylerini ölçebilmek için Rosenberg benlik saygısı ölçeği de verilmiş O.T.Arıcak 1999 tarihinde geliştirilen Benlik Saygısı Ölçeğinden yararlanılmıştır (124). Ölçek, 5’li likert tipi bir ölçek olup ,“tamamen katılıyorum”, “katılıyorum”, “kararsızım”, “katılmıyorum” ve “hiç katılmıyorum” şeklinde oluşturup, araştırmaya katılan öğrencilerden her maddeyi okuyup, kendileri için uygun olanını işaretlenmesi istenmiştir. Benlik değeri, kendine güven, depresif duygulanım, kendine yetme, başarıma ve üretkenlik şeklinde olan beş alt ölçeğe ayrılmıştır (123).

Benlik Değeri alt boyutu, olması gereken özelliklere ve kendinde olan bir değer verme durumudur. Bu faktörde 7 soru (1, 13, 16, 19, 22, 27, 29. maddeler) bulunmaktadır.

Özgüven alt boyutunda ise, kendi özelliklerine bir değer atfetme ve bu değerler sayesinde kendini onaylama durumudur. Bu faktörde ise, 9 soru (5, 8, 9, 10, 11, 17, 20, 21 ve 25. maddeler) ile ifade edilmiştir.

Depresif Duygulanım alt boyutunda ise, kişinin veya bireyin kendini daha zayıf, daha çaresiz ve güçsüz olduğunu anlaması ve algılaması durumudur. Bu faktör altında 5 soru (3, 4, 6, 12, 31. maddeler) bulunmaktadır.

Kendine Yetme alt boyutunda, Bireyin davranışsal ve zihinsel anlamda kendi hedeflerini ve beklentilerini gerçekleştirme durumudur. Bu faktör de 5 soru (14, 15, 24, 26, 30. maddeler) ile ifade edilmiştir.

Başarma ve Üretkenlik alt boyutunda de, kişinin kendini yeterince faydalı ve başarılı görme durumudur. Bu faktörde 6 soru (2, 7, 18, 23, 28, 32. maddeler) ile ifade edilmiştir. 152 öğrenciye uygulanan ve madde analizi sonucunda 32. maddeye inen ölçeğin SPSS paket programında Cronbach Alpha güvenirlik katsayısı hesaplanmış ve ölçeğin güvenirlik katsayısı 90 olarak bulunmuştur. Korelasyon katsayıları alt ölçeklere göre, Benlik değeri; 74, Özgüven; 68, Depresif duygulanım; 75, Kendine yetme; 60, Başarma ve üretkenlik; 70 şeklinde hesaplanmıştır (123).

Ölçeğin güvenirliği iki şekilde test edilmiştir. Birincisi, testin tekrarı yöntemi ile elde edilen güvenirlik katsayısıdır. Diğeri ise ölçeğin iç tutarlılığının bir ölçüsü olan ve likert tipi ölçekler için öncelikle kullanılan Cronbach Alpha formülü ile güvenirlik katsayısının hesaplanmasıdır (123).

Bu 32 sorunun 13 maddesi olumlu (2, 5, 8, 10, 12, 14, 17, 20, 22, 24, 26, 28 ve 30), 19 maddesi ise olumsuz (1, 3, 4, 6, 7, 9, 11, 13, 15, 16, 18, 19, 21, 23, 25, 27, 29, 31 ve 32) şeklinde düzenlenmiştir (124).

3.4. Verilerin Analizi

Anket sonuçlarında elde edilen verilerin istatistiksel değerlendirilmesinde lisanslı SPSS 20 Windows paket programı kullanılmış ve anlamlılık seviyesi $p \leq 0.05$ olarak kabul edilmiştir.

4.BULGULAR

Araştırmaya katılan bireylerle ilgili tanımlayıcı bilgiler Tablo 1.1’de gösterilmiştir.

Tablo 1.1. Katılımcıların Demografik Özelliklerine İlişkin Bilgiler

	Kategoriler	n	%
Yaş	18	35	7.0
	19-21	274	54.8
	22-24	139	27.8
	25 ve Üzeri	52	10.4
Cinsiyet	Erkek	310	62.0
	Kadın	190	38.0
Yaşadığı Yer	Köy	81	16.2
	Kasaba	56	11.2
	Şehir	196	39.2
	Büyükşehir	167	33.4
Baba Eğitim	İlköğretim	130	26.0
	Ortaöğretim	147	29.4
	Lisans	195	39.0
	Lisansüstü	28	5.6
Anne Eğitimi	İlköğretim	275	55.0
	Ortaöğretim	124	24.8
	Lisans	81	16.2
	Lisansüstü	20	4.0
Ortalama Gelir	500 ve altı	63	12.6
	501-1250	122	24.4
	1251-2000	130	26.0
	2001-2750	86	17.2
	2751 ve üzeri	99	19.8
Aktif Spor	Evet	250	50.0
	Hayır	250	50.0
Lisans	Lisanlı	144	28.8
	Lisanslı Değil	106	21.2
	Spor Yapmayan	250	50.0
Spor Yaşı	1 ve az	19	3.8
	1-2 yıl	32	6.4
	2-3 yıl	31	6.2
	3-4 yıl	31	6.2
	5 yıl ve üzeri	137	27.4
	Spor Yapmayan	250	50.0
Spor Sıklığı	Ayda birkaçkez	42	8.4
	Haftada birkez	66	13.2
	Haftada 3-4 kez	85	17.0
	Haftanın her günü	57	11.4
	Spor Yapmayan	250	50.0
Milli Sporcu	Evet	53	10.6
	Hayır	197	39.4
Toplam		500	100

Tablo 1.1. incelendiğinde; katılımcıların yaşlarına ilişkin dağılımlarına bakıldığında 18 ve altı yaş 35 kişi ile % 7.0, 19-21 yaş 274 kişi ile % 54.8, 22-24 139 kişi ile %27.8, 25 ve üzeri yaş 52 kişi ile %10.4'ü olarak görülmektedir. Katılımcıların cinsiyetlerine ilişkin dağılımlarına bakıldığında erkek; 310 kişi ile %62.0 kadın ise 190 kişi ile %32.0' ını oluşturduğu görülmektedir. Katılımcıların yaşadığı yere ilişkin dağılımlarına bakıldığında; 81 kişi ile %16.2'sinin köyde, 56 kişi ile %11.2'sinin kasabada, 196 kişi ile %39.2'sinin şehirde ve 167 kişi ile %33.4'ünün büyükşehirde yaşadığı görülmektedir. Katılımcıların baba eğitimine ilişkin dağılımlarına bakıldığında 136 kişi ile %26.0'ının ilköğretim 147 kişi ile %29.4'ünün ortaöğretim, 195 kişi ile %39.0'ının lisans ve 28 kişi ile %5.6'sının lisansüstü oldukları gözlenmiştir. Katılımcıların anne eğitimine ilişkin dağılımlarına bakıldığı zaman; 275 kişi ile %55' inin ilköğretim, 124 kişi ile %24.8'inin ortaöğretim, 81 kişi ile %16.2'sinin lisans ve 20 kişi ile %4.0'ının ise lisansüstü oldukları görülmektedir. Ailelerin ortalama gelire ilişkin dağılımlarına bakıldığında 500 ve altı, 63 kişi ile %12.6'sını 501 ve 1250 ortalama gelire sahip 122 kişi ile %24.4 ünü, 1251-2000 ortalama gelire sahip 130 kişi ile % 26.0 ını 2001-2750 86 kişi ile %17.2'sini ve 2751 ve üzeri ortalama gelire sahip olanlar ise 99 kişi ile %19.8'ini oluşturduğu görülmüştür. Aktif spor ilişkin dağılımlarına bakıldığında; evet 250 kişi ile %50'sini hayır ise 250 kişi ile %50'sini oluşturduğu görülmektedir. Lisans verilerine ilişkin dağılımlarına bakıldığında; 144 kişi ile %28.8'inin lisanlı, 106 kişi ile %21.2 'sinin lisanslı değil ve spor yapmayanın da, 250 kişi ile %50.0'ının lisanla ilgili verilerin dağılımları görülmektedir. Spor yaşına ilişkin dağılımlarına bakıldığında; 1 yıl ve az 19 kişi ile %3.8'sini 1-2 yıl spor yaşı 32 kişi ile %6.4 ünü, 2-3 yıl 31 kişi ile % 6.2'sini 3-4 yıl 31 kişi ile %6.2'sini 5 yıl ve üzeri spor yaşı olanlarda ise; 137 kişi ile %27.4'ünü oluşturduğunu ve spor

yapmayanların ise 250 kişi ile %50'sini oluşturduğu görülmüştür. Spor yapma sıklığına ilişkin dağılımlarına bakıldığında; ayda birkaç kez, 42 kişi ile %8.4'ünü, haftada birkez 66 kişi ile %13.2'sini, haftada 3-4 kez 85 kişi ile % 17.0 ını haftanın her günü ise 57 kişi ile %11.4'ünü ve spor yapmayanların ise 250 kişi ile %50'sini oluşturduğu görülmüştür Milli sporculuk durumlarına bakıldığı zaman ise, 53 kişi ile %10.6'sının milli sporcu oldukları, 198 kişi ile %39.4,'ünün ise milli sporcu olmadıkları ve spor yapmayanların ise 250 kişi ile %50'sini oluşturduğu görülmüştür.

Tablo 2. 1. Benlik Saygısı Alt Boyut Puanlarının Cinsiyet Açısından İncelenmesi

Boyutlar	Cinsiyet	n	X	ss	t	p
Benlik Değeri	Erkek	310	17.24	5.75	2.92	.004*
	Kadın	190	15.68	5.76		
Özgüven	Erkek	310	21.16	6.51	-2.38	.017*
	Kadın	190	19.79	5.75		
Depresif Duygulanım	Erkek	310	12.16	4.09	0.23	.818
	Kadın	190	12.07	4.55		
Kendine Yetme	Erkek	310	10.80	3.79	1.29	.191
	Kadın	190	10.34	4.07		
Başarma ve Üretkenlik	Erkek	310	13.88	4.35	0.35	.721
	Kadın	190	13.73	4.38		

* p<0.05

Tablo 2.1. incelendiğinde benlik saygısı alt boyutlarından olan benlik değeri ve özgüven puanlarının cinsiyet açısından erkekler lehine anlamlı bir farklılık gösterdiği gözlenmiştir (* p<0.05). Diğer alt boyut puanlarında ise cinsiyet açısından herhangi bir anlamlı farklılığa rastlanmamıştır. Elde edilen sonuçlara göre erkeklerin benlik değeri ve özgüvenlerinin kadınlardan yüksek olduğu söylenebilir.

Tablo 3.1. Benlik Saygısı Alt Boyut Puanlarının Aktif Spor Açısından İncelenmesi

Boyutlar	Aktif Spor	n	X	ss	t	p
Benlik Değeri	Evet	250	16.44	5.78	-0.81	.414
	Hayır	250	16.86	5.82		
Özgüven	Evet	250	20.32	6.39	-1.13	.257
	Hayır	250	20.96	6.13		
Depresif Duygulanım	Evet	250	11.71	4.25	-2.19*	.028*
	Hayır	250	12.54	4.24		
Kendine Yetme	Evet	250	10.62	4.20	-0.01	.991
	Hayır	250	10.63	3.59		
Başarma ve Üretkenlik	Evet	250	13.58	4.31	-1.26	.208
	Hayır	250	14.07	4.40		

* p<0.05

Tablo 3.1. incelendiğinde benlik saygısı alt boyutlarından olan depresif duygulanım puanlarının aktif spor açısından aktif olarak spor yapmayan bireyler lehine anlamlı bir farklılık gösterdiği gözlenmiştir (*p<0.05). Diğer alt boyutlarında ise aktif spor açısından herhangi bir anlamlı farklılığa rastlanmamıştır. Fakat genel ortalamalara bakıldığında benlik saygısı alt boyutlarının tümünde aktif olarak spor yapmayan bireyler lehine yüksek ortalamalar çıkmıştır.

Tablo 4.1. Benlik Saygısı Alt Boyut Puanlarının Lisans Açısından İncelenmesi

Boyutlar	Lisans	n	X	ss	t	p
Benlik Değeri	Lisanslı	144	16.22	5.87	-0.67	.503
	Lisanslı değil	106	16.72	5.65		
Özgüven	Lisanslı ^b	144	19.57	6.14	-2.18*	.030*
	Lisanslı değil ^a	106	21.34	6.61		
Depresif Duygulanım	Lisanslı	144	11.36	4.31	-1.52	.129
	Lisanslı değil	106	12.18	4.15		
Kendine Yetme	Lisanslı	144	10.36	4.09	-1.14	.255
	Lisanslı değil	106	10.98	4.32		
Başarma ve Üretkenlik	Lisanslı	144	13.27	4.40	-1.29	.197
	Lisanslı değil	106	13.99	4.17		

* p<0.05 a>b

Tablo 4.1. incelendiğinde; benlik saygısı alt boyutlarından olan özgüven puanlarının lisans açısından lisanslı olmayanlar lehine daha yüksek anlamlı bir farklılık gösterdiği gözlenmiştir (*p<0.05). Diğer alt boyutlarda ise lisans açısından herhangi bir anlamlı farklılığa rastlanmamıştır. Elde edilen sonuçlara göre lisanslı olmayanların özgüvenlerini lisanslı olanlardan yüksek olduğu söylenebilir.

Tablo 5.1. Benlik Saygısı Alt Boyut Puanlarının Yaş Açısından İncelenmesi

Boyutlar	Yaş	n	X	ss	f	p
Benlik Değeri	18	35	16,11	5,70	.093	.100
	19-21	274	16,34	5,70		
	22-24	139	16,70	5,54		
	25 ve üzeri	52	18,48	6,78		
Özgüven	18 ^b	35	19,22	5,63	.271	.005*
	19-21	274	20,39	6,11		
	22-24 ^b	139	20,45	6,28		
	25 ve üzeri ^a	52	23,42	6,81		
Depresif Duygulanım	18 ^b	35	11,45	4,11	.353	.071
	19-21	274	12,16	4,19		
	22-24	139	11,73	4,37		
	25 ve üzeri	52	13,44	4,30		
Kendine Yetme	18 ^b	35	10,14	4,30	.774	.041*
	19-21 ^b	274	10,50	3,79		
	22-24 ^b	139	10,45	3,92		
	25 ve üzeri ^a	52	12,07	3,94		
Başarma ve Üretkenlik	18	35	13,57	4,01	.899	.129
	19-21	274	13,56	4,33		
	22-24	139	13,91	4,54		
	25 ve üzeri	52	15,11	4,10		

* p<0.05 a>b

Tablo 5.1. incelendiğinde; katılımcıların yaşlarına ilişkin benlik saygısı alt boyutlarında, özgüven ve kendine yetme alt boyutlarında 25 ve üzeri yaş grubunun ortalamaları diğer gruplara göre anlamlı şekilde yüksektir. Buna göre benlik saygısı alt boyutlarından olan özgüven ve kendine yetme puanlarının yaş açısından diğer yaş aralıklarına göre anlamlı bir farklılık gösterdiği gözlenmiştir (*p<0.05). Diğer alt boyutlarda ise herhangi bir anlamlı farklılığa rastlanmamıştır. Fakat genel ortalamalara bakıldığında benlik saygısı alt boyutlarının tümünde 25 yaş ve üzeri bireyler diğer yaş aralığı lehine yüksek ortalamalar çıkmıştır.

Tablo 6.1. Benlik Saygısı Alt Boyut Puanlarının Milli Sporculuk Açısından İncelenmesi

Boyutlar	Milli Sporculuk	n	X	ss	t	p
Benlik Değeri	Evet	53	15.62	5.32	-1.16	.247
	Hayır	197	16.65	5.89		
Özgüven	Evet ^b	53	18.75	5.78	-2.30	.043*
	Hayır ^a	197	20.75	6.49		
Depresif Duygulanım	Evet	53	10.71	4.03	-1.92	.055
	Hayır	197	11.97	4.28		
Kendine Yetme	Evet	53	9.92	4.21	-1.37	.170
	Hayır	197	10.81	4.18		
Başarma ve Üretkenlik	Evet	53	12.62	3.76	-1.82	.069
	Hayır	197	13.83	4.42		

* p<0.05 a>b

Tablo 6.1. incelendiğinde benlik saygısı alt boyutlarından olan özgüven puanlarının Milli sporcu açısından milli sporcu olmayan sporculardan daha düşük veya milli olmayan sporcuların milli olan sporculardan daha yüksek anlamlı bir farklılık gösterdiği gözlenmiştir (* p<0.05). Diğer alt boyutlarda ise milli sporculuk açısından herhangi bir anlamlı farklılığa rastlanmamıştır. Elde edilen sonuçlara göre yine milli olan sporcuların diğer alt boyutları milli olmayan sporculara göre daha düşük olduğu söylenebilir.

Tablo 7.1. Benlik Saygısı Alt Boyut Puanlarının Yaşadığı Yer Açısından İncelenmesi

Boyutlar	Yaşadığı Yer	n	X	ss	f	p
Benlik Değeri	Köy ^a	81	18.76	5.34	4.86	.002*
	Kasaba ^{a,b}	56	16.39	5.55		
	Şehir ^b	196	15.88	5.67		
	Büyükşehir ^b	167	16.61	6.04		
Özgüven	Köy ^a	81	22.51	6.26	3.13	.025*
	Kasaba ^{a,b}	56	19.66	6.08		
	Şehir ^b	196	20.35	6.15		
	Büyükşehir ^b	167	20.40	6.33		
Depresif Duygulanım	Köy	81	13.01	4.05	1.55	.199
	Kasaba	56	12.32	4.18		
	Şehir	196	11.85	4.34		
	Büyükşehir	167	11.96	4.28		
Kendine Yetme	Köy ^a	81	13.01	4.21	3.97	.008*
	Kasaba ^{a,b}	56	12.32	3.99		
	Şehir ^b	196	11.85	3.71		
	Büyükşehir ^b	167	11.96	3.84		
Başarma ve Üretkenlik	Köy ^a	81	15.27	4.29	3.60	.013*
	Kasaba ^{a,b}	56	13.46	4.13		
	Şehir ^b	196	13.56	4.26		
	Büyükşehir ^b	167	13.55	4.47		

* p<0.05 a > b

Tablo 7.1. incelendiğinde; Benlik saygısı alt boyut puanlarının köy, kasaba şehir ve büyükşehrin benlik değeri, özgüven, kendine yetme ve başarma ve üretkenlik alt boyutlarının yaşadığı yer açısından köylerde daha yüksek olarak anlamlı bir fark gözlenmiştir.

Tablo 8.1. Benlik Saygısı Alt Boyut Puanlarının Baba Eğitimi Açısından İncelenmesi

Boyutlar	Baba Eğitimi	n	X	ss	f	p
Benlik Değeri	İlköğretim	130	16.56	5.19	2.10	.099
	Ortaöğretim	147	16.13	5.22		
	Lisans	195	16.74	6.28		
	Lisans Üstü	28	19.10	7.35		
Özgüven	İlköğretim	130	20.53	5.84	.768	.512
	Ortaöğretim	147	20.72	5.96		
	Lisans	195	20.42	6.82		
	Lisans Üstü	28	22.32	5.64		
Depresif Duygulanım	İlköğretim	130	11.89	4.16	.803	.492
	Ortaöğretim	147	12.25	4.11		
	Lisans	195	12.04	4.32		
	Lisans Üstü	28	13.21	5.10		
Kendine Yetme	İlköğretim	130	10.64	3.63	.050	.985
	Ortaöğretim	147	10.58	3.88		
	Lisans	195	10.61	4.09		
	Lisans Üstü	28	10.89	4.13		
Başarma ve Üretkenlik	İlköğretim	130	13.76	4.39	.349	.790
	Ortaöğretim	147	13.98	3.86		
	Lisans	195	13.65	4.63		
	Lisans Üstü	28	14.42	4.86		

* p<0.05

Tablo 8.1. incelendiğinde; katılımcıların baba eğitimi ilişkin benlik saygısı alt boyutlarında, herhangi bir anlamlılık gözlenmemiştir. Ancak lisansüstü eğitim yapan bireylerin baba eğitimi diğer demografik özelliklere göre daha yüksek olduğu söylenebilir.

Tablo 9.1. Benlik Saygısı Alt Boyut Puanlarının Anne Eğitimi Açısından İncelenmesi

Boyutlar	Anne Eğitimi	n	X	ss	f	p
Benlik Değeri	İlköğretim	275	16.17	5.26	8.06	.000*
	Ortaöğretim	124	16.51	6.10		
	Lisans	81	17.00	6.28		
	Lisans Üstü	20	22.60	5.95		
Özgüven	İlköğretim	275	20.49	5.96	2.35	.071
	Ortaöğretim	124	20.09	6.44		
	Lisans	81	21.20	7.13		
	Lisans Üstü	20	23.85	4.49		
Depresif Duygulanım	İlköğretim	275	11.81	4.15	2.56	.054
	Ortaöğretim	124	12.19	4.34		
	Lisans	81	12.58	4.41		
	Lisans Üstü	20	14.30	4.28		
Kendine Yetme	İlköğretim	275	10.49	3.79	1.42	.235
	Ortaöğretim	124	10.38	3.96		
	Lisans	81	11.13	4.10		
	Lisans Üstü	20	11.90	4.14		
Başarma ve Üretkenlik	İlköğretim	275	13.65	4.26	2.13	.094
	Ortaöğretim	124	13.86	4.35		
	Lisans	81	13.76	4.63		
	Lisans Üstü	20	16.20	4.22		

* p<0.05

Tablo 9.1. incelendiğinde; bireylerin anne eğitimi ilişkin benlik saygısı alt boyutlarında, benlik değeri lisansüstü eğitim yapan annelerin lehine anlamlı bir fark olduğu gözlenmiştir. ($p \leq 0.05$). Diğer alt boyutlarda ise herhangi bir anlamlı farklılığa rastlanmamıştır. Fakat genel ortalamalara bakıldığında benlik saygısı alt boyutlarının tümünde lisansüstü eğitim diğer eğitimlerden bireyler lehine yüksek ortalamalar çıkmıştır.

Tablo10.1. Benlik Saygısı Alt Boyut Puanlarının Ortalama Gelir Açısından İncelenmesi

Boyutlar	Ortalama Gelir	n	X	ss	f	p
Benlik Değeri	500 ve altı ^b	63	15.76 ^b	5.70	3.18	.013*
	501-1250 ^a	122	17.75 ^a	5.67		
	1251-2000 ^{a,b}	130	16.60 ^{a,b}	5.87		
	2001-2750 ^a	86	17.36 ^a	5.94		
	2751 ve üzeri ^b	99	15.30 ^b	5.53		
Özgüven	500 ve altı	63	19.96	5.64	.953	.433
	501-1250	122	21.55	6.09		
	1251-2000	130	20.30	6.11		
	2001-2750	86	20.60	6.31		
	2751 ve üzeri	99	20.43	6.95		
Depresif Duygulanım	500 ve altı	63	11.50	4.46	1.84	.119
	501-1250	122	12.73	4.03		
	1251-2000	130	12.08	4.27		
	2001-2750	86	12.58	3.78		
	2751 ve üzeri	99	11.44	4.71		
Kendine Yetme	500 ve altı	63	10.17	3.59	1.70	.147
	501-1250	122	11.27	4.01		
	1251-2000	130	10.12	3.44		
	2001-2750	86	10.90	4.03		
	2751 ve üzeri	99	10.55	4.34		
Başarma ve Üretkenlik	500 ve altı	63	13.42	4.73	1.17	.319
	501-1250	122	14.53	4.21		
	1251-2000	130	13.68	3.95		
	2001-2750	86	13.79	4.15		
	2751 ve üzeri	99	13.42	4.93		

* p<0.05 a > b

Tablo 10.1. incelendiğinde; katılımcıların ortalama gelire ilişkin benlik saygısı alt boyutlarında, ortalama geliri 501-1250 arası olan ve 2001-2750 arası olan katılımcıların benlik değeri ortalama puanı ile diğer gelir grubundaki katılımcıların benlik değeri ortalama gelir puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı derecede daha yüksek olduğu gözlenmiştir. Özgüven, Depresif Duygulanım, Kendine Yetme ve Başarma ve Üretkenlik alt boyutlarında ise ortalama gelir puanı olarak herhangi bir anlamlılığa rastlanmamıştır.

Tablo11.1. Benlik Saygısı Alt Boyut Puanlarının Spor Yaşı Açısından İncelenmesi

Boyutlar	Spor Yaşı	n	X	ss	f	p
Benlik Değeri	1 ve az	19	17.63	6.82	1.75	.139
	1-2 yıl	32	18.50	6.24		
	2-3 yıl	31	16.35	5.89		
	3-4 yıl	31	15.12	5.66		
	5 yıl ve üzeri	137	16.10	5.44		
Özgüven	1 ve az	19	20.05	5.81	1.89	.111
	1-2 yıl	32	21.37	6.81		
	2-3 yıl	31	22.83	6.99		
	3-4 yıl	31	20.12	6.09		
	5 yıl ve üzeri	137	19.59	6.21		
Depresif Duygulanım	1 ve az	19	12.73	4.90	1.56	.185
	1-2 yıl	32	12.78	4.24		
	2-3 yıl	31	12.38	4.05		
	3-4 yıl	31	11.74	4.13		
	5 yıl ve üzeri	137	11.16	4.20		
Kendine Yetme	1 ve az	19	11.15	3.77	3.04	.018*
	1-2 yıl	32	12.12	4.26		
	2-3 yıl	31	12.09	4.94		
	3-4 yıl	31	10.00	4.22		
	5 yıl ve üzeri	137	10.01	3.92		
Başarma ve Üretkenlik	1 ve az	19	13.57	4.10	1.43	.223
	1-2 yıl	32	14.18	3.94		
	2-3 yıl	31	14.93	4.87		
	3-4 yıl	31	13.83	4.92		
	5 yıl ve üzeri	137	13.07	4.11		

* p<0.05

Tablo 11.1. incelendiğinde; katılımcıların spor yaşı ilişkin benlik saygısı alt boyutlarında, kendine yetme alt boyutlarında 2-3 yıl spor yapan grubunun ortalamaları diğer gruplara göre anlamlı şekilde yüksektir. Buna göre benlik saygısı alt boyutlarından olan kendine yetme puanlarının spor yaşı açısından diğer spor yaşı aralıklarına göre anlamlı bir farklılık gösterdiği gözlenmiştir (* p<0.05). Diğer alt boyutlarda ise herhangi bir anlamlı farklılığa rastlanmamıştır.

Tablo 12.1 Benlik Saygısı Alt Boyut Puanlarının Spor Yapma Sıklığı Açısından İncelenmesi

Boyutlar	Spor Yapma Sıklığı	n	X	ss	f	p
Benlik Değeri	Ayda birkaç kez ^a	42	18.80	5.34	3.58	.014*
	Haftada birkez ^{a,b}	66	16.65	6.021		
	Haftada 3-4 kez ^b	85	15.94	5.33		
	Haftanın her günü ^b	57	15.19	6.05		
Özgüven	Ayda birkaç kez ^a	42	23.14	5.26	4.27	.006*
	Haftada birkez ^{a,b}	66	20.75	6.65		
	Haftada 3-4 kez ^b	85	19.49	6.17		
	Haftanın her günü ^b	57	19.00	6.62		
Depresif Duygulanım	Ayda birkaç kez ^a	42	13.57	3.92	5.93	.001*
	Haftada birkez ^{a,b}	66	12.48	4.75		
	Haftada 3-4 kez ^b	85	10.91	3.81		
	Haftanın her günü ^b	57	10.63	3.97		
Kendine Yetme	Ayda birkaç kez	42	11.92	3.94	2.40	.068
	Haftada birkez	66	10.90	4.46		
	Haftada 3-4 kez	85	10.34	4.19		
	Haftanın her günü	57	9.77	3.92		
Başarma ve Üretkenlik	Ayda birkaç kez ^a	42	15.71	4.30	4.72	.003*
	Haftada birkez ^{a,b}	66	13.60	4.07		
	Haftada 3-4 kez ^b	85	13.03	4.28		
	Haftanın her günü ^b	57	12.78	4.21		

* p<0.05 a>b

Tablo 12.1. incelendiğinde; katılımcıların spor yapma sıklığına ilişkin benlik saygısı alt boyutlarında, benlik değeri, özgüven depresif duygulanım ve başarma ve üretkenlik alt boyutlarında ayda birkaç kez spor yapma sıklığı grubunun ortalamaları diğer gruplara göre anlamlı şekilde yüksektir. Buna göre benlik saygısı alt boyutlarından olan benlik değeri, özgüven depresif duygulanım ve başarma ve üretkenlik alt boyutlarında ayda birkaç kez spor yapma sıklığına göre anlamlı bir farklılık gösterdiği gözlenmiştir ($p \leq 0.05$). Diğer alt boyutta ise herhangi bir anlamlı farklılığa rastlanmamıştır. Fakat genel ortalamalara bakıldığında benlik saygısı alt boyutlarının tümünde ayda birkaç kez spor yapan bireyler lehine yüksek ortalamalar çıkmıştır.

Tablo 13.1. Saldırganlık Alt Boyut Puanlarının Cinsiyet Açısından İncelenmesi

Boyutlar	Cinsiyet	n	X	ss	t	p
Fiziksel Saldırganlık	Erkek	310	24.90	6.56	6.71	.000*
	Kadın	190	20.72	7.03		
Düşmanlık	Erkek	310	22.18	4.71	1.55	.120
	Kadın	190	21.52	4.36		
Öfke	Erkek	310	19.81	4.98	.372	.710
	Kadın	190	19.65	4.67		
Sözel Saldırganlık	Erkek	310	14.58	3.47	1.92	.055
	Kadın	190	13.96	3.54		

* p<0.05

Tablo 13.1. incelendiğinde cinsiyet değişkeni açısından fiziksel saldırganlık alt boyutundan alınan puanlara göre erkekler lehine anlamlı farklılık olduğu gözlenmiştir (p<0.00). Bu sonuca göre erkeklerin fiziksel saldırganlığa kadınlara göre daha meyilli olduğu söylenebilir.

Tablo 14.1. Saldırganlık Alt Boyut Puanlarının Aktif Spor Açısından İncelenmesi

Boyutlar	Aktif Spor	n	X	ss	t	p
Fiziksel Saldırganlık	Evet	250	24.55	7.05	3.98	.000*
	Hayır	250	22.07	6.82		
Düşmanlık	Evet	250	22.05	4.80	.575	.566
	Hayır	250	21.81	4.36		
Öfke	Evet	250	20.22	5.09	2.14	.033*
	Hayır	250	19.29	4.58		
Sözel Saldırganlık	Evet	250	14.65	3.49	1.96	.050*
	Hayır	250	14.04	3.50		

* p<0.05

Tablo 14.1. incelendiğinde; katılımcıların aktif spora ilişkin saldırganlık alt boyutlarında, fiziksel saldırganlık, öfke ve sözel saldırganlık alt boyutlarında aktif spor yapan grubun ortalamaları aktif şekilde spor yapmayan gruba göre anlamlı şekilde yüksektir. Buna göre saldırganlık alt boyutlarından olan fiziksel saldırganlık, öfke ve sözel saldırganlık puanlarının aktif spor açısından diğer aktif spor yapmayanlara göre anlamlı bir farklılık gösterdiği gözlenmiştir (p≤0.05). Diğer alt boyutta ise herhangi bir anlamlı farklılığa rastlanmamıştır.

Tablo 15.1. Saldırganlık Alt Boyut Puanlarının Lisans Açısından İncelenmesi

Boyutlar	Lisans	n	X	ss	t	p
Fiziksel Saldırganlık	Lisanslı	144	24.93	6.84	.989	.323
	Lisanslı Değil	106	24.03	7.32		
Düşmanlık	Lisanslı	144	22.04	5.05	-.040	.968
	Lisanslı Değil	106	22.06	4.46		
Öfke	Lisanslı	144	20.38	5.15	.585	.559
	Lisanslı Değil	106	20.00	5.03		
Sözel Saldırganlık	Lisanslı	144	14.53	3.60	-.639	.524
	Lisanslı Değil	106	14.82	3.34		

* $p \leq 0.05$

Tablo 15.1. incelendiğinde; katılımcıların lisansa ilişkin saldırganlık alt boyutlarında, herhangi bir anlamlı farklılığa rastlanmamıştır.

Tablo 16.1. Saldırganlık Alt Boyut Puanlarının Milli Sporculuk Açısından İncelenmesi

Boyutlar	Milli Sporculuk	n	X	ss	t	p
Fiziksel Saldırganlık	Evet	53	24.20	6.06	-.400	.690
	Hayır	197	24.64	7.30		
Düşmanlık	Evet	53	21.90	5.03	-.249	.803
	Hayır	197	22.09	4.75		
Öfke	Evet	53	20.09	4.82	-.202	.840
	Hayır	197	20.25	5.18		
Sözel Saldırganlık	Evet	53	14.13	3.39	-1.23	.220
	Hayır	197	14.79	3.51		

* $p < 0.05$

Tablo 16.1. incelendiğinde; katılımcıların milli sporculuğa ilişkin saldırganlık alt boyutlarında, herhangi bir anlamlı farklılığa rastlanmamıştır.

Tablo17.1. Saldırganlık Alt Boyut Puanlarının Yaş Açısından İncelenmesi

Boyutlar	Yaş	n	X	ss	f	p
Fiziksel Saldırganlık	18	35	23.82	6.30	.835	.475
	19-21	274	23.45	7.11		
	22-24	139	22.58	7.35		
	25 ve üzeri	52	24.15	6.22		
Düşmanlık	18	35	22.57	5.28	.788	.501
	19-21	274	22.01	4.44		
	22-24	139	21.48	4.71		
	25 ve üzeri	52	22.28	4.52		
Öfke	18	35	19.62	4.83	.381	.767
	19-21	274	19.93	4.84		
	22-24	139	19.63	4.95		
	25 ve üzeri	52	19.21	4.82		
Sözel Saldırganlık	18	35	14.97	3.87	.674	.568
	19-21	274	14.36	3.39		
	22-24	139	14.32	3.63		
	25 ve üzeri	52	13.88	3.52		

* p<0.05

Tablo 17.1. incelendiğinde katılımcıların yaşa ilişkin saldırganlık alt boyutlarında, herhangi bir anlamlı farklılığa rastlanmamıştır

Tablo18.1. Saldırganlık Alt Boyut Puanlarının Yaşadığı Yer Açısından İncelenmesi

Boyutlar	Yaşadığı Yer	n	X	ss	f	p
Fiziksel Saldırganlık	Köy ^{a,b}	81	24.40	7.05	3.54	.015*
	Kasaba ^{a,b}	56	22.14	6.34		
	Şehir ^a	196	22.35	6.74		
	Büyükşehir ^b	167	24.30	7.42		
Düşmanlık	Köy	81	22.54	4.38	.585	.625
	Kasaba	56	21.94	4.84		
	Şehir	196	21.81	4.38		
	Büyükşehir	167	21.77	4.83		
Öfke	Köy	81	19.62	5.09	.459	.711
	Kasaba	56	19.23	4.81		
	Şehir	196	19.69	4.61		
	Büyükşehir	167	20.05	5.07		
Sözel Saldırganlık	Köy	81	14.45	3.25	.531	.661
	Kasaba	56	14.80	3.10		
	Şehir	196	14.15	3.63		
	Büyükşehir	167	14.36	3.61		

* p<0.05

Tablo 18.1. Saldırganlık ölçeğinin fiziksel saldırganlık alt boyutunda yaşadığı yer bakımından köy ve büyükşehirlerde yaşayanların ortalama puanı kasaba ve şehirlere göre istatistiksel olarak daha yüksektir($p<0.05$). Diğer alt boyutlarda ise herhangi bir anlamlı farklılığa rastlanmamıştır.

Tablo19.1. Saldırganlık Alt Boyut Puanlarının Baba Eğitimi Açısından İncelenmesi

Boyutlar	Baba Eğitimi	n	X	ss	f	p
Fiziksel Saldırganlık	İlköğretim	130	23.01	6.92	.667	.752
	Ortaöğretim	147	23.86	6.71		
	Lisans	195	22.97	7.44		
	Lisans Üstü	28	24.17	6.38		
Düşmanlık	İlköğretim	130	22.16	5.02	.455	.714
	Ortaöğretim	147	21.76	4.19		
	Lisans	195	21.80	4.62		
	Lisans Üstü	28	22.64	4.33		
Öfke	İlköğretim	130	19.92	4.78	.338	.798
	Ortaöğretim	147	19.93	5.09		
	Lisans	195	19.59	4.81		
	Lisans Üstü	28	19.14	4.51		
Sözel Saldırganlık	İlköğretim	130	14.42	3.62	.087	.967
	Ortaöğretim	147	14.30	3.41		
	Lisans	195	14.36	3.50		
	Lisans Üstü	28	14.07	3.69		

* p<0.05

Tablo 19.1. incelendiğinde; katılımcıların baba eğitimlerine ilişkin saldırganlık alt boyutlarında herhangi bir anlamlı farklılığa rastlanmamıştır.

Tablo20.1. Saldırganlık Alt Boyut Puanlarının Anne Eğitimi Açısından İncelenmesi

Boyutlar	Anne Eğitimi	n	X	ss	f	p
Fiziksel Saldırganlık	İlköğretim	275	22.91	7.06	1.21	.305
	Ortaöğretim	124	24.08	7.19		
	Lisans	81	23.06	7.14		
	Lisans Üstü	20	25.00	4.74		
Düşmanlık	İlköğretim	275	21.91	4.63	.117	.950
	Ortaöğretim	124	22.04	4.75		
	Lisans	81	21.74	4.28		
	Lisans Üstü	20	22.30	4.35		
Öfke	İlköğretim	275	19.77	4.87	2.24	.083
	Ortaöğretim	124	20.48	5.01		
	Lisans	81	18.77	4.63		
	Lisans Üstü	20	18.90	4.07		
Sözel Saldırganlık	İlköğretim	275	14.20	3.61	.498	.684
	Ortaöğretim	124	14.37	3.20		
	Lisans	81	14.67	3.65		
	Lisans Üstü	20	14.80	3.42		

* p<0.05

Tablo 20.1. incelendiğinde; katılımcıların anne eğitimlerine ilişkin saldırganlık alt boyutlarında herhangi bir anlamlı farklılığa rastlanmamıştır.

Tablo21.1. Saldırganlık Alt Boyut Puanlarının Ortalama Gelir Açısından İncelenmesi

Boyutlar	Ortalama Gelir	n	X	ss	f	p
Fiziksel Saldırganlık	500 ve altı	63	22.07	7.23	1.83	.120
	501-1250	122	23.86	6.91		
	1251-2000	130	24.36	7.09		
	2001-2750	86	22.62	7.02		
	2751 ve üzeri	99	22.63	6.89		
Düşmanlık	500 ve altı	63	21.88	4.78	1.35	.249
	501-1250	122	22.40	4.42		
	1251-2000	130	22.35	4.91		
	2001-2750	86	21.33	4.25		
	2751 ve üzeri	99	21.35	4.46		
Öfke	500 ve altı	63	20.26	5.43	2.34	.054
	501-1250	122	20.02	4.69		
	1251-2000	130	20.43	5.09		
	2001-2750	86	18.73	4.22		
	2751 ve üzeri	99	19.09	4.77		
Sözel Saldırganlık	500 ve altı	63	14.60	3.46	1.56	.182
	501-1250	122	14.38	3.71		
	1251-2000	130	14.83	3.58		
	2001-2750	86	14.06	3.36		
	2751 ve üzeri	99	13.74	3.25		

* p<0.05

Tablo 21.1. incelendiğinde; katılımcıların ortalama gelir ilişkin saldırganlık alt boyutlarında herhangi bir anlamlı farklılığa rastlanmamıştır

Tablo22.1. Saldırganlık Alt Boyut Puanlarının Ortalama Spor Yaşı Açısından İncelenmesi

Boyutlar	Spor Yaşı	n	X	ss	f	p
Fiziksel Saldırganlık	1 ve az	19	24.89	7.92	1,745	.141
	1-2 yıl	32	22.15	5.86		
	2-3 yıl	31	26.00	7.67		
	3-4 yıl	31	26.22	5.13		
	5 yıl ve üzeri	137	24.35	7.31		
Düşmanlık	1 ve az	19	22.52	4.58	0,675	.610
	1-2 yıl	32	22.25	3.13		
	2-3 yıl	31	23.16	4.35		
	3-4 yıl	31	21.41	4.71		
	5 yıl ve üzeri	137	21.83	5.26		
Öfke	1 ve az	19	20.57	5.03	0,490	.743
	1-2 yıl	32	19.31	4.03		
	2-3 yıl	31	19.61	4.70		
	3-4 yıl	31	20.29	4.79		
	5 yıl ve üzeri	137	20.50	5.49		
Sözel Saldırganlık	1 ve az	19	15.42	4.25	1,295	.273
	1-2 yıl	32	14.28	3.11		
	2-3 yıl	31	15.70	3.41		
	3-4 yıl	31	14.06	3.55		
	5 yıl ve üzeri	137	14.53	3.45		

* p<0.05

Tablo 22.1. incelendiğinde; katılımcıların spor yaşına ilişkin saldırganlık alt boyutlarında herhangi bir anlamlı farklılığa rastlanmamıştır.

Tablo 23.1. Saldırganlık Alt Boyut Puanlarının Spor Yapma Sıklığı Açısından İncelenmesi

Boyutlar	Spor Sıklığı	n	X	ss	f	p
Fiziksel Saldırganlık	Ayda birkaç kez	42	25.90	6.68	1.59	.192
	Haftada birkez	66	24.83	7.67		
	Haftada 3-4 kez	85	24.75	7.24		
	Haftanın her günü	57	22.92	6.08		
Düşmanlık	Ayda birkaç kez	42	23.19	4.39	1.46	.224
	Haftada birkez	66	22.25	4.10		
	Haftada 3-4 kez	85	21.90	5.18		
	Haftanın her günü	57	21.19	5.19		
Öfke	Ayda birkaç kez	42	20.88	4.96	1.03	.378
	Haftada birkez	66	20.13	5.35		
	Haftada 3-4 kez	85	20.58	5.39		
	Haftanın her günü	57	19.28	4.37		
Sözel Saldırganlık	Ayda birkaç kez	42	15.04	3.42	.487	.692
	Haftada birkez	66	14.81	3.71		
	Haftada 3-4 kez	85	14.61	3.48		
	Haftanın her günü	57	14.24	3.34		

* p<0.05

Tablo 23.1. incelendiğinde; katılımcıların spor sıklığına ilişkin saldırganlık alt boyutlarında herhangi bir anlamlı farklılığa rastlanmamıştır.

Tablo 24.1. Benlik Saygısı ile Saldırganlık Düzeylerinin Birbirleriyle Olan İlişkisinin İncelenmesi

Kolerasyon		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1. Benlik Değeri	r	-										
	p											
2. Özgüven	r	,236**	-									
	p	,000										
3. Depresiz Duygulanım	r	,642**	,237**	-								
	p	,000	,000									
4. Kendine Yetme	r	,213**	,168**	-,103*	-							
	p	,000	,000	,021								
5. Başarma ve Üretkenlik	r	,544**	,277**	,467**	-,083	-						
	p	,000	,000	,000	,063							
6. Fiziksel Saldırganlık	r	-,092*	-,014	-,030	,149**	-,038	-					
	p	,040	,756	,507	,001	,397						
7. Öfke	r	,070	,027	,041	,019	,042	,599**	-				
	p	,119	,542	,361	,665	,347	,000					
8. Düşmanlık	r	-,077	-,014	-,086	,127**	-,082	,450**	,573**	-			
	p	,084	,751	,055	,004	,069	,000	,000				
9. Sözel Saldırganlık	r	-,040	-,025	-,035	,042	,027	,547**	,527**	,361**	-		
	p	,374	,571	,441	,352	,553	,000	,000	,000			
10. Benlik Toplam	r	,790**	,550**	,793**	,166**	,731**	-,021	,067	-,056	-,015	-	
	p	,000	,000	,000	,000	,000	,640	,136	,215	,738		
11. Saldırganlık Toplam	r	-,042	-,008	-,031	,104*	-,012	,831**	,850**	,718**	,779**	,005	-
	p	,351	,861	,496	,020	,793	,000	,000	,000	,000	,914	

Tablo 24.1. incelendiğinde; katılımcıların benlik saygısı ve saldırganlık alt boyutları korelasyonları görülmektedir. Benlik saygısı toplam puan benlik saygısı alt boyutları ile düşük düzey ile yüksek düzey ($r=0.166-0.790$) arasında pozitif yönlü ilişkilidir. Saldırganlık toplam skoruda tüm saldırganlık puanları ile yüksek derecede pozitif ilişki göstermiştir ($r=0.718-0.850$). Yine ağırlıklı olarak benlik saygısı alt boyutları birbirleri ile pozitif ilişki halindeyken, saldırganlık alt boyutları da birbirleriyle pozitif yönlü ilişki içeresindedir. Benlik değeri ile depresif duygulanım ve benlik değeri – başarıma ve üretkenlik arasında orta düzeyde ($r=0.642-0.544$) bir ilişki vardır. Benlik değeri ve özgüven, kendine yetme arasındaki ilişkiler anlamlı olmasına rağmen oldukça düşüktür ($r=0.236- r=0.213$). Benlik değeri ve saldırganlık alt boyutu olan fiziksel saldırganlık arasında ($r=-0.092$) düzeyinde düşük negatif bir ilişki vardır. Özgüven ve benlik saygısı alt boyutlarından depresif duygulanım, kendine yetme ve başarıma ve üretkenlik arasında düşük düzeyde pozitif ilişki vardır. ($r= 0.237, 0.168, 0.277$), depresif duygulanım alt boyutu ile kendine yetme ve başarıma ve üretkenlik arasında sırasıyla düşük negatife ve pozitif ilişki vardır ($r= 0.103, r= 0.149$). Kendine yetme ve saldırganlık alt boyutlarından düşmanlık arasında düşük pozitif ilişki söz konusudur ($r=0.127$). Saldırganlık alt boyutlarında yine birbirleri ile olan orta ve düşük düzeyli pozitif ilişki fiziksel saldırganlık ve öfke ($r=0.599$), fiziksel saldırganlık – düşmanlık ($r=0.450$), fiziksel saldırganlık- sözel saldırganlık ($r=0.547$, öfke – düşmanlık ($r= 0.573$), düşmanlık – sözel saldırganlık ($r=0.527$) düşmanlık – sözel saldırganlık arasında ($r=0.361$) düzeyinde bir ilişki vardır.

5. TARTIŞMA

Yapılan çalışmalarda benlik saygısının etkisi ile ilgili benlik saygısının yüksek olması durumunun olumlu kişilik özellikleriyle ilişkili içinde olduğu, benlik saygısının düzeyinin düşük olmasının kişide olumsuz sonuçları arttıracak yönünde önemli verilere rastlanmıştır. Yapılan çalışmalar taranıp incelendiğinde Günaydın (2008) ve Kurtyılmaz (2011)'da yaptıkları saldırganlık ve benlik saygısı arasındaki ilişkiyi araştıran çalışmalarında kişinin benlik saygısı arttıkça saldırganlık düzeyinin de aynı ölçüde azaldığını tespit etmişlerdir. Dryden (1990), öfkenin derecesi ve ölçülebilirliğinin, daha çok bireyin kendi benlik saygısı ile doğru orantılı olduğunu, benlik saygısı yüksek olan kişilere göre, benlik saygısı düşük olan kişilerin daha kolay ve daha çabuk öfkelenedikleri izlenmiştir. (Balkaya, 2001: 34). Yapılan bu çalışmada saldırganlık düzeyi ile benlik saygısı arasında negatif yönlü bir ilişki gözlemiştir (127).

Avşaroğlu'nun yaptığı bu araştırmada üniversite öğrencilerinin (2007), 502 erkek ve 639 kız öğrenci üzerinde yaptığı çalışmada karar verme, stresle başa çıkma stilleri ve karar vermede özsaygının benlik saygısı ve bazı değişkenler üzerinde incelenmesi konulu çalışmasında benlik saygısı ve karar vermede özsaygı arasında güçlü bir ilişki olduğunu saptamıştır. Paisley ve Hubbard (1994) etkili karar verme becerisinin daha yüksek kendilik değeri ile ilişkili olduğu görülmüştür (128).

Bu çalışmada, kırsal ve kentsel alanda erkeklerin benlik saygısı ile kızların benlik saygısında göze çarpacak anlamlı bir fark saptanmamıştır. Bu çalışmaya paralel olarak Türk (2007), herhangi bir spor dalında görev alıp almamanın benlik saygısına etkisini inceleyen çalışma yapmıştır. Cinsiyetler arasında herhangi bir fark olmayıp buna benzer Ürün'ün (2010) başka bir çalışmasında ise, lise öğrencilerinde kendine saygı ve mesleki olgunluğu inceleyen araştırmasında, Ceylan (2013) benlik saygısı ve

duygusal öz-yeterliliği inceleyen çalışmada cinsiyetler arasında herhangi bir anlamlı ilişki saptanmamıştır. Yapılan çalışmalar araştırıldığında ise İnanc (1987), Şahin (2012), Duran (2007) yaptıkları çalışmalarda kızların benlik saygısını erkeklerin benlik saygısından daha yüksek olduğunu gösteren bir çalışma ortaya çıkmıştır. Çetin ve Çavuşoğlu (2009)'da yaptığı araştırma da yetiştirme yurdunda yaşayan adölesanlar üzerinde yaptıkları çalışmada ise kızların benlik saygılarının erkeklerin benlik saygısından daha düşük olduğunu saptanmışlardır. Bu da ülkemizde ailelerin kız çocuklarını daha çok korunması ve gözetmeleriyle alakalı olduğunun açık bir kanıtıdır. Anne baba sahibi olan kız çocuklarının erkek çocuklarına göre benlik saygısı bu aşırı korumasından dolayı daha yüksek çıkmış olması rahatlıkla söylenebilir. Ayrıca toplumsal değerler bakımından, cinsiyet rollerinin ve cinsiyete dayalı farkların giderek azalması da kızların benlik saygısını olumlu yönde etkileyebileceği söylenebilir (127).

Kentte yetişen öğrencilerin yaşa göre benlik saygısında, kırsala göre anlamlı fark gözlenmemiştir. Yenidünya (2005) yaptığı çalışmalarda yaşa göre benlik saygısı düzeyinde anlamlı bir farklılık bulamamıştır. Kırsalda yetişen öğrenciler kentte yetişen öğrenciler arasında ise 11 yaşında olan öğrencilerin 12 yaşında olan öğrencilere göre benlik saygısının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Kentte ise yaşa göre fark olmaması hemen hemen tüm öğrencilerin ortak uyaranlara maruz kalması yaşadığı toplumda benzer kültür benzerliklerinin olması ve birbirinin aynı koşullar altında yetişmeleri örnek gösterilebilir. Çetinkaya ve arkadaşlarının (2006) yaptığı bir araştırmada benlik saygısının yaş ile arttığı ve olumlu yönde bir ilişkisi içinde olduğu ortaya çıkmıştır. Buna rağmen bu çalışmada benlik saygısı ile yaş ilişkilerine bakıldığında yaşça küçük olan grup lehine bir sonuç çıkmıştır. Buna paralel olarak Simmons, Rosenberg, Rosenberg (1973) ve Cairney (2004) ve McMullin yaptıkları

çalışmalarda yaş ılerledıkçe benlik saygısının azaldığı gözlenmiştir (2012: 65). Bu da çocukluk döneminde ailenin çocuğu koruması, göreceli olarak yüksek olan benlik saygısının, ergenlik döneminin başlaması ve bu dönemde kişinin içine kapanması, olarak görölür. Çekingen tavırlar sergilemesi, ergenlik duygusu ile cinsiyetinin farkına varması, vücudunu yeni yeni tanımaya başlaması ile birlikte kendisine de bir takım karamsar duygular ve olumsuz düşünceler oluşturarak düşmesine sebep olduğu söylenebilir. Ayrıca yaşanılan bölgede küçüklerin büyükler tarafından daha çok korunup kollanması da diğer etkenler arasında örnek olarak gösterilebilir (127).

Literatüre bakıldığında ise; anne ve babanın eğitim düzeyi ve toplum yaşantıları kırsalda ve kentte yetişen öğrencilerde benlik saygısı üzerinde anlamlı bir fark oluşturmadığı gözlenmiştir. Araştırmaların bazılarında ise, anne ve babanın eğitim ve kültür seviyeleri arttıkça benlik saygısının da arttığı görölmüştür. Özkan (1987), Yiğit (2010), Ünüvar (2003) ve Aydoğan (2010) yaptıkları araştırmalarda ailenin eğitim ve kültür seviyesi arttıkça çocuğun benlik saygısının da arttığı gözlenmiştir. Anne ve babanın eğitim düzeyi arttıkça çocuğuyla daha kaliteli ve fazla zaman geçirdiğinden çocuğun da psikolojik ihtiyaçları olduğunun farkında olmasından dolayı çocuğun benlik saygısı da artıyor olabilir. Bununla birlikte Çetin (2008) annenin eğitim düzeyinin, Cengil (2009) ise babanın eğitim düzeyinin benlik saygısı ile anlamlı düzeyde ilişkisi olmadığını savunmuştur (127).

Üniversite öğrencileri içinde köy-mezradan gelen öğrenciler kasabadan gelen öğrencilere göre fiziksel saldırganlık davranışını daha fazla sergilemektedirler. Köy-mezradan gelen öğrencilerin daha fazla fiziksel saldırganlık davranışı sergilemeleri, yaşadıkları fiziksel ortamın özellikleriyle doğru orantılı olduğu söylenebilir. Başka bir deyişle köy- mezralardaki sosyal ve fiziksel imkânlar, hayat şartlarını özellikle

ergenlik dönemini bu ortamlarda geçiren öğrencilerde daha fazla zorlaştırmıştır. Bunun sonucunda bu öğrenciler belirli olaylara karşı tepkilerini fiziksel saldırganlık sergileyerek gösterebilirler. Bahsi geçen sosyal ve fiziksel imkânların kasabadan gelen öğrencilerin içinde bulunduğu şartları göreceli olarak olumlu etkilediği varsayıldığında fiziksel saldırganlık davranışlarının daha az sergilendiği ortaya çıkmaktadır. İlçe ve büyükşehirlerden gelen lise öğrencilerinin köy-mezradan gelen lise öğrencilerine göre daha fazla sözel saldırganlık davranışı sergilemeleri bu öğrencilerin köy- mezradan gelenlere göre sözel saldırganlık içeren sözel ifadeleri daha fazla kullandıklarını göstermektedir. Bu öğrencilerin sosyal çevreleri ve arkadaş ortamları köy-mezradan gelen öğrencilere nazaran farklılıklar içermektedir. Farklılıkların ortaya koyduğu bu durum ilçe ve büyükşehirlerden gelen öğrencilerin fiziksel saldırganlık davranışı değil saldırganlığı sözel olarak bir davranış dönüştürmelerine yol açmıştır. Farklı yerleşim yerlerinden gelen lise öğrencilerinin öfke davranışını üniversite öğrencilerine göre daha fazla sergilemeleri onların eğitim düzeyleri ve çevreleriyle açıklanabilir. Henüz yükseköğretim kurumlarından eğitim almayan lise öğrencileri öfke davranışlarının kontrolü yönünde herhangi bir bilgiye sahip olmamalarından dolayı üniversite öğrencilerine göre farklı davranışlar sergileyebilmektedirler (129).

Cinsiyet değişkenliğiyle ilgili yapılan çalışma ve tespitler sonucunda erkek öğrencilerin her iki eğitim düzeyinde de kız öğrencilerden daha fazla saldırganlık içeren davranışlar gösterdiklerini ortaya koymuştur ki; bu beklenmedik bir durum değildir. Kuramsal açıdan da erkeklerin kadınlara oranla daha saldırgan olması gerçeği bu çalışmada da ortaya çıkmıştır. Bu durumun sebeplerini açıklamak için her iki cinsiyetin sosyal rol yüklenmelerine bakmak yeterli olacaktır. Erkekler kızlara oranla

daha serbest ve daha rahat bir ortamda büyürler. Bunun sonucunda erkekler kızlara oranla davranışlarını daha serbest gösterebilme imkânı bulmaktadırlar. Bu davranışlar içinde saldırganlık, erkeklere has bir olgu olarak ortaya çıkmaktadır. Kızlar saldırganlık içerebilecek davranışlarını hem sosyal hem de psikolojik açıdan bastırabilirken, erkekler bunun için özel bir çaba harcamadıkları gibi saldırganlık içeren davranışları göstermek bir erkeklik göstergesi olarak algılanmaktadır. Böylece erkeklerin kızlardan daha fazla saldırganlık içeren davranışlar göstermesi toplum tarafından da beklenen ve kızlara oranla daha alışılmış bir durumdur. Erkekler gelişen sosyal becerileriyle dolaylı saldırganlığı eskisine oranla daha çok tercih etseler de, hem dolaylı hem de doğrudan saldırganlık açısından kızlardan daha yüksek düzeylerde yer almaktadırlar (Björkqvist ve ark. 1992). Bu bulgulara göre, erkeklerin saldırganlık düzeylerinin genel anlamda kızlardan daha yüksek olduğu, saldırganlık davranışlarının da farklı biçimlerde ifade edildiği söylenebilir (129) .

Cinsiyete göre bireylerin saldırganlık düzeyleri arasında anlamlı bir fark bulunduğu tespit edilmiştir. Erkek öğrencilerin saldırganlık düzeyleri kız öğrencilere göre anlamlı düzeyde yüksektir (130).

Spor yapma durumuna göre spor yapan öğrencilerin, spor yapmayan öğrencilere göre yıkıcı saldırganlık düzeylerinin daha düşük olacağı düşünülse de elde edilen bulgular bunun tam tersini göstermiştir. Spor yapan öğrenciler fiziksel olarak genellikle spor yapmayan öğrencilerden daha güçlüdürler, akranları tarafından bu gücü gerektiğinde kullanmaları konusunda baskı altında tutuldukları, bir tartışma esnasında sakin davrandıklarında, güç kullanmadıkları için korkaklıkla suçlanabileceklerinden dolayı saldırgan davranışlarda bulunma oranlarının yükseldiği söylenebilir. Sporcu öğrenciler spor ortamlarında kötü örneklerle karşılaştıklarında,

kazanmak için her şey yapılabilir inancına kapılırlar ve yaş itibari ile kazanma hırsına fazlası ile sahip oldukları düşünüldüğünde, saldırganca davranışlar sergileme ihtimallerinin yükseldiği söylenebilir (131).

Genel olarak öğrencilerin saldırganlık eğilimleri ile spor yapıp yapmama durumları arasında; Spor yapmayan öğrenciler arasında pozitif ve yüksek düzeyde ($r=.723, p<.01$); spor yapan öğrenciler arasında ise negatif ve yüksek düzeyde ($r=-.869, p<.01$) ve spor yapan ve yapmayan öğrenciler arasında ($r=-.869, p<.01$); bir ilişki vardır. Öğrencilerden spor yapanların saldırganlık eğilimlerinde düşme ve spor yapmayanların ise saldırganlık eğilimlerinde yükselme vardır. Spor ile saldırganlık eğilimi arasında ters bir orantı vardır. Spor yapma oranı arttığında saldırganlık eğilimi azalmakta; spor yapma azaldığında saldırganlık eğilimi de artmaktadır (132).

Spor yapma durumuna göre spor yapan öğrencilerin, spor yapmayanlara göre yıkıcı saldırganlık düzeylerinin daha düşük olacağı düşünülse de elde edilen bulgular bunun tam tersini göstermiştir.

Sporcu öğrenciler, spor yaptıkları ortamlarda çeşitli örneklerle karşılaşarak yaşları dolayısı ile kötü örneklerden etkilenebilirler, akranlarına güçlerini ispatlama isteği ve kazanma hırsı ile hareket edebilecekleri düşünüldüğünde, saldırganca davranışlar sergileme ihtimallerinin yükseldiği söylenebilir.

Cinsiyete göre erkeklerin yıkıcı saldırganlık düzeylerinin, kızların yıkıcı saldırganlık düzeyinden yüksek çıkmasının sebebi genetik faktörlere ve çevresel etmenlere söylenebilir. Erkeklerin fiziksel olarak kızlardan daha güçlü olmaları, kızların toplum yaşantımızda saldırganca davranışlar göstermelerinin onaylanmaması gibi sebeplerden dolayı erkeklerin yıkıcı saldırganlık puanlarının daha yüksek çıktığı düşünülebilir. Spor yapıp veya yapmama öğrencilerin cinsiyete göre yıkıcı

saldırganlık puanları karşılaştırıldığında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Spor yapıp yapmama ve cinsiyete göre incelendiğinde, spor yapanlarda erkeklerin yıkıcı saldırganlık puanı kızlardan daha yüksek fakat aradaki fark anlamlı değildir. Spor yapmayanlarda da erkeklerin yıkıcı saldırganlık puanı kızlardan daha yüksek fakat aradaki fark anlamlı değildir. Aradaki farkların anlamsız çıkmasının sebebi olarak, cinsiyet ne olursa olsun spor yapan veya spor yapmayan öğrencilerin kendi içlerinde değerlendirildiklerinde, yaşam tarzları, öğrenmeleri, kendilerini ifade etme biçimleri yakın olacağından, birbirlerine yakın sonuçlar elde edilmesi gösterilebilir (130).



6. SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu tez çalışmasında, spor yapan ve yapmayan bireylerin benlik ve saldırganlık düzeylerinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Benlik saygısının alt boyutlarından olan benlik değeri ve özgüven değişkenlerinin cinsiyet açısından incelendiğinde erkekler lehine fark olduğu saptanmıştır. Bunun da nedenleri olarak kadınların büyürken daha özgüvensiz olarak büyüdüğünü ve bunun da yetişkin dönemlerindeki hayatını etkilediği düşünülmektedir. Benlik saygısı alt boyutlarından olan depresif duygulanım değişkenlerinin spor yapan ve yapmayan bireyler açısından incelendiğinde aktif olarak spor yapmayan bireylerin lehine anlamlı bir fark olduğu belirlenmiştir. Bunun nedeni ise spor 'un kişiler üzerindeki sosyolojik, psikolojik ve fizyolojik olarak rahatlama yaptığı yapmayanlarda ise olumsuz etki gösterdiği düşünülebilir.

Benlik saygısı alt boyutlarından özgüven ve kendine yetme değişkenlerinin çalışmamıza katılan kişilerin yaşları ile arasındaki ilişkiye bakıldığında; 25 ve üzeri yaştaki katılımcıların değerleri diğer yaş aralığındaki katılımcıların ortalamalarından yüksek olduğu saptanmıştır.

Benlik saygısı alt boyut puanlarının yaşadığın yer ile ilişkisine bakıldığında özgüven, kendine yetme, başarı ve üretkenlik alt boyutları açısından bakıldığında köyde yaşayanların büyükşehirde yaşayanlara oranla daha pozitif fark tespit edilmiştir. Benlik saygısı alt boyutunda spor yapma alışkanlıklarına bakıldığında hemen hemen bütün alt boyutlarında anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir.

Günümüzde saldırganca davranışlarının artmış olduğu bilinen bir gerçektir. Çünkü yapılan bilimsel araştırmalar ve medyada çıkan haberlere bakıldığında alınan

tüm önlemlere rağmen ergenlik dönemindeki gençler arasında suç ve şiddet olaylarının arttığı görülmektedir. Bu olaylar özellikle kentlerdeki okullarda artış göstermiştir. Benlik saygısının kişinin dünyayı algılayışında önemli bir yeri olduğu bilinmektedir. Yapılan araştırmalar benlik saygısının kişinin hayatında pek çok faktöre etki ettiğini ortaya çıkarmıştır. Kentte yetişen öğrenciler üzerinde benlik saygısı ve saldırganlık ile ilgili pek çok araştırma yapılmış olmasına rağmen literatür incelendiğinde kırsalda yetişen öğrenciler üzerinde çok fazla araştırma yapılmadığı gözlenmektedir. Bundan dolayı “Kentte yaşayan öğrencilerin benlik saygıları ile saldırganlık düzeyleri arasındaki ilişki kırsalda yaşayan öğrencilerin benlik saygıları ile saldırganlık düzeyleri arasındaki ilişkiden ne kadar farklıdır?” sorusu ortaya çıkmıştır. Literatür tarandığında benlik saygısı ile saldırganlık arasında negatif yönlü ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. Bu çalışmada da buna paralel olarak benlik saygısı arttıkça saldırganlığın azaldığı bulunmuştur. Bu araştırmada benlik saygısı ve saldırganlık davranışı çeşitli değişkenlerle ele alınmış, bulunan sonuçlar doğrultusunda önerilerde bulunulmuştur.

Üniversite öğrencilerinin benlik saygısı ve saldırganlık düzeylerinin diğer psikolojik unsurlarda göz önünde bulundurularak (stres, beden algısı, kişilik özellikleri, sosyal beceri düzeyi, empatik beceriler vb.) yeni araştırmalar yapılabilir. Böylece üniversite öğrencilerinde benlik saygısı ve saldırganlığa neden olan psikolojik unsurların daha iyi anlaşılması mümkün olacaktır.

Üniversite öğrencilerinde spora katılımın psikolojik özellikler üzerindeki olumlu etkileri göz önünde bulundurularak gençlerin spora katılımlarını arttırabilmek için çeşitli projeler geliştirilmeli ve yatırımlar yapılmalıdır. Bütün lisans eğitimi ve daha sonrası için üniversite öğrencilerine fırsat eşitliği tanınmalı ve

yaşanılan çevrenin benlik ve saldırganlık üzerine bazı etkileri araştırılmalıdır. Bu nedenle farklı sosyo-kültürel çevrelerde yaşayan üniversite öğrencilerinin benlik saygısı ve saldırganlık düzeylerinin incelendiği yeni araştırmalar yapılabilir. Böylece yaşanılan çevrenin öğrencilerin benlik saygısı ve saldırganlık düzeyleri üzerindeki etkilerine dair önemli sonuçlara ulaşılabilir. Üniversite öğrencilerine, okul idarecilerine, öğrenci velilerine ve kamuoyuna sporun sadece fiziksel faydalarının olmadığı, birey ve toplum için psiko-sosyal faydalarının da çok önem taşıdığı daha kuvvetli anlatılmalıdır. Okullarda veya yaşadığı çevrede öğrencilerinin spor yapabilmesi için fiziki mekânların sayısı ve niteliği artırılabilir, daha fazla öğrenci sporun içine çekilerek okullardaki beden eğitimi dersine ve spora ayrılan süreler uzatılmalıdır. Spor kulüpleri, bünyesindeki lisanslı sporculara psikolog sağlayarak onları psikolojik olarak desteklemeli ve eğitmelidir. Öğrencilerde spor kültürünün yerleşmesi ve doğru spor bilincinin oluşabilmesi için okullardaki ders programlarına amatör ruhunu gençlere aktaracak dersler eklenmelidir.

KAYNAKLAR

1. Adams, J.F. (1995). *Ergenliğı Anlamak* (B. Onur, Çev.). Ankara: İmge Kitapevi Yayıncılık.
2. Uluişik V, Spor Yapan ve Yapmayan Ortaöğretim Öğrencilerinin Stres Ve Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi (Burdur İli Örneğı), Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Burdur, 2015.
3. Heper E, Spor Bilimleri ile İlgili Kavramlar ve Sporun Tarihsel Gelişimi, Spor Bilimlerine Giriş, Ed: Hayri Ertan, Anadolu Üniversitesi Yayını, Eskişehir, 2012.
4. Gültekin F, Saldırganlık ve Öfkeyi Azaltma Programının İlköğretim İkinci Kademe Öğrencilerinin Saldırganlık ve Öfke Düzeyleri Üzerindeki Etkisi Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara, 2008.
5. Kabak, F. (2009). *Ergenlerde Spora Katılımın Saldırgan Davranışlar Üzerine Etkilerinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Adana: Çukurova Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı
6. Ölmez, E. (2010). Görme Engelli Bireylerin Sosyalleşme Sürecine Sporun Etkisi. *Yüksek Lisans Tez, Ankara: Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı*.
7. Kurtiç, N. (2006). Futbol Seyircisini Saldırganlığa İten Psiko-Sosyal Nedenler (Sakarya İl Örneğı). Yüksek Lisans Tezi, Sakarya: Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı.
8. Özen, Ü. Eygü, H. Kabakuş, A. K. (2013). Üniversite Öğrencilerinin Sporda Şiddet Ve Saldırganlık Algıları. *Gümüşhane Üniversitesi Sosyal Bilimler Elektronik Dergisi*, 7, 323-342.
9. Aytan, G. C. (2010). *Ortaöğretim Öğrencilerinin Sosyalleşmelerinde Sporun Etkileri*. Doktora Tezi, Ankara: Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı.
10. Yazarer, İ. Taşmektepligil, M. Y. Ağaoğlu, Y. S. Ağaoğlu, S. A. Albay, F. Eker, H. (2004). Yaz Spor Okullarında Basketbol Çalışmalarına Katılan Grupların İki Aylık Gelişmelerinin Fiziksel Yönden Değerlendirilmesi. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2(4) 163-170.
11. Ceylan, R. (2008). İlköğretimde Beden Eğitimi Dersinin, Takiben Yapılan Diğer Derslerde Öğrencilerin Başarıları Üzerindeki Etkisinin Araştırılması (Kütahya İli Örneğı). *Yüksek Lisans Tezi, Kütahya: Dumlupınar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı*.
12. Erkal M. E, G Özbay ve Ayan D, Sosyolojik Açıdan Spor, Der Yayınları İstanbul, 1998.

13. TDK. Türk Dil Kurumu, http://www.tdk.gov.tr/index.php?option=com_bts Erişim Tarihi: 25.10.2015.
14. Kılıç M. N, Özbayraktar F, Yücel Engin, *Beden Eğitimi ve Spor Tarihi*, Milli Eğitim Yayınları, Ankara, 2014.
15. Doğan B, Morali S, *Üniversite Öğretim Elemanlarının Sporla İlgili Tutumları İle Yaşam ve İş Doyum Düzeylerinin Spor Yapma Alışkanlıkları İle İncelenmesi*, Celal Bayar Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, Cilt:3, Sayı:1, 1999.
16. Görgüt İ, *11-14 Yaş Grubu Hentbolcuların Spora Bağlama Nedenleri ve Yaşam Doyumlarının İncelenmesi*, İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi Malatya, 2012.
17. Şenyüzlü, E. (2013). *Üniversite Öğrencilerinde Spora Katılımın Saldırgan Davranışlar Üzerine Etkilerinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Kütahya: Dumlupınar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı.
18. Sevil Öğr Gör Tuba. Eskişehir, 2012. "Boş Zaman ve Rekreasyon Yönetimi." TC Anadolu Üniversitesi Açıköğretim Fakültesi Yayını 2497/1468.
19. Söğüt M, *Sporun Bedensel Engellilerin Sosyalleşmeleri Üzerine Etkisi*, Mersin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Mersin, 2006.
20. Katırcı H, *Spor Endüstrisi ve Pazarlama*, Spor Pazarlaması, Ed: Sevgi Ayşe Öztürk, Anadolu Üniversitesi Yayını Eskişehir, 2012.
21. Doğan, O. (2005). *Spor Psikolojisi* (2.baskı). Adana: Nobel Kitapevi.
22. Sertkaya Ö, *Spor Felsefesi ve Etiği*, Spor Bilimlerine Giriş, Ed: Hayri Ertan, Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayını, Eskişehir, 2012.
23. Yıldırım A, Abakay U, *Hokeycilerin İletişim Becerileri ve Saldırganlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 2 (1), 2015, 17-28.
24. Oda B, *11-13 Yaş Grubundaki Spor Yapan ve Yapmayan Öğrencilerin İyimserlik İle Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi*. On dokuz Mayıs Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Samsun, 2014.
25. Açıık, M. (2006). *Beden Eğitimi Öğretmeninin El Kitabı*. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
26. Şahan, H. (2007). *Üniversite Öğrencilerinin Sosyalleşme Sürecinde Spor Aktivitelerinin Rolü*. Doktora Tezi, Konya: Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Halkla İlişkiler ve Tanıtım Anabilim Dalı.
27. Küçük V., Koç, H. (2004). *Psiko-Sosyal Gelişim Süreci İçerisinde İnsan ve Spor İlişkisi*. Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 10, 131-141.

28. Bulgu, N. (2013). Spora Katılımda Toplumsal Fayda: Kazakistan Ahmet Yesevi Üniversitesi Öğrencileri Örneği. Hacettepe Üniversitesi Türkiyat Araştırmaları Dergisi, 18, 25-45.
29. Duman, S. Kuru, E. (2010). Spor Yapan ve Spor Yapmayan Türk Öğrencilerin Kişisel Uyum Düzeylerinin Belirlenmesi ve Karşılaştırılması. Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 4(1), 18-26.
30. Aksoy, R. Bakış, M. Ünveren, M. (2012). Spor Sosyolojisi. Ankara: Milli Eğitim Bakanlığı Yayınları.
31. Özdevecioğlu, M. Yalçın, Y. (2010). Spor Tatmininin Sporcuların Stres Ve Saldırganlık Düzeyleri Üzerindeki Etkisi. Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 4(1), 63-76.
32. Peluso, M. A. M. & Andrade, L. H. S. G. D. (2005). Physical Activity And Mental Health: The Association Between Exercise And Mood. *Clinics*, 60(1), 61-70.
33. Küçük, S. (2012). Ortaöğretim Öğrencilerinin Kişilik Özellikleri İle Spora Katılımları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Trabzon: Karadeniz Teknik Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı.
34. Ramazanoğlu, F. Karahüseyinoğlu, M. F. Demirel, E. T. Ramazanoğlu, M. O. Altungül, O. (2005). Sporun Toplumsal Boyutlarının Değerlendirilmesi. *Doğu Anadolu Bölgesi Araştırmaları*, 153-157.
35. Deniz, M.E. Avşaroğlu, S. ve Hamarta, E. (2004). Psikolojik danışma servisine başvuran üniversite öğrencilerinin psikolojik belirti düzeylerinin belirlenmesi. Selçuk Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, (16-17-18), 139-153.
36. Branden, N. (1969). *The psychology of self-esteem*. Los Angeles: Nash Publishing.
37. Chrzanowski, G. (1981). The genesis and nature of self-esteem. *American Journal of Psychotherapy*, 35(1), 143-151.
38. Gander, M.J ve Gardiner, H.W. (2001). Çocuk ve ergen gelişimi. (4. bs.) Ankara: İmge Kitabevi.
39. Karahan, T.F. Sardoğan, M.E. ŞAR, A.H. Ersanlı, E., Kaya, N.S., Kumcağız, H. (2004). Üniversite Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeyleri İle Benlik Saygısı Düzeyleri Arasındaki İlişkiler. On dokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi. 18.
40. Yavuzer, H. (2003). Okul çağı çocuğu. İstanbul: Remzi Kitabevi. Yavuzer, H. (2003). Çocuğu tanımak ve anlamak. İstanbul: Remzi Kitabevi.
41. Yörükoğlu, A. (2000). Gençlik Çağı (11.baskı) İstanbul: Özgür Yayınları.
42. Yılmaz, A.S. (2011). Üniversite Öğrencilerinin Karar Vermede Özsaygı Ve Karar Verme Stillerinin Benlik Saygısı ve Utangaçlık Açısından İncelenmesi s.52.

43. Bal, E. (2006). İlköğretim öğrencilerinin benlik algıları ile atılganlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul.
44. Saygın, Y. (2008). Üniversite öğrencilerinin sosyal destek, benlik saygısı ve öznel iyi oluş düzeylerinin incelenmesi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Selçuk Üniversitesi, Konya.
45. Bilgin, Ş. (2001), Ergenlerde kaygı ve benlik saygısı arasındaki ilişki, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
46. Rosenberg, M. (1965). Society and adolescent self-image. Princeton University Press, USA, New Jersey.
47. Avşaroğlu, S. (2007). Üniversite öğrencilerinin karar vermede özsaygı, karar verme ve stresle başa çıkma stillerinin benlik saygısı ve bazı değişkenler açısından incelenmesi. Yayınlanmamış doktora tezi, Selçuk Üniversitesi, Konya.
48. Pope, A. M. & McHale, S.M. (1988). Self-Esteem Enhancement with Children and Adolescents. New York: Pergamon Press.
49. Coopersmith, S. . (1967.) The antecedents of self-esteem. Freeman, San Francisco.
50. Aktuğ, T. (2006). Ergenlerde akran baskısı ve benlik saygısının incelenmesi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Mersin Üniversitesi, Mersin.
51. Campbell, C. ve Bowman, P. (1993). The fresh start support clup: small-groupcounseling for academically retained children. Elementary School Guidance and Counseling, 27, 172-185.
52. Yavuzer, H. (1993). Çocuk psikolojisi. İstanbul: Remzi Kitabevi.
53. Yavuzer, H.(2005). Gençleri Anlamak: Ana babaların En Çok Sordukları Sorular ve Cevaplarıyla, *Remzi Kitabevi s.40. İstanbul. (İkinci Basım)*.
54. Öz F. Benlik Kavramı. Sağlık Alanında Temel Kavramlar Kitabı, Ankara, İmaj İç ve Dış Ticaret AŞ, 2004: 83-94.
55. Demirkol Ö, Doğan S. Benlik Kavramı-Beden İmgesi. Yüksek Lisans Ders Notları, Sivas: Cumhuriyet Üniversitesi, 2003.
56. Ward D. Self-esteem and audit feedback. Nursing standard, 2003, 17: 33-36.
57. Türköz, N. Erkmen, H. Seber, G. Tekin, D. Anadolu Üniversitesi Sağlık Meslek Lisesi öğrencilerinin Benlik Saygılarına İlişkin Bir Çalışma, XXI. Ulusal Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Kongresi, Mersin, (1989).
58. Güngör, A. (1989) Lise Öğrencilerinin Özsaygı Düzeylerini Etkileyen Etmenler. Doktora Tezi. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
59. Onur, B. (1984), Gelişim Psikolojisi, İmge Yayınevi, Ankara.

60. Gürkan, K.H. (1990). Üniversite öğrencilerinde kendilik saygısı ile depresyon ve anksiyete ilişkilerinin karşılaştırılması. Yayınlanmamış yüksek tezi, Akdeniz Üniversitesi, Antalya.
61. Odacı, H. (1994). Karadeniz teknik üniversitesi fatih eğitim fakültesi öğrencilerinin yalnızlık, benlik saygısı ve yakın ilişkiler kurabilme düzeylerinin ve bu düzeyler arasındaki ilişkilerin incelenmesi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Trabzon.
62. Kernis, M.H. (2005). Measuring self-esteem in context: the importance of stability of self-esteem psychological functioning. *Journal Of Personality*, 73(6), 45-47.
63. Yılmaz, S. (2013). Spor Yapan ve Yapmayan Ortaöğretim Öğrencilerinin Empatik Eğilimleri ile Saldırganlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi (İstanbul İli Bayrampaşa İlçesi Örneği). *Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Yeditepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Yönetimi ve Denetimi Anabilim Dalı*.
64. Erşan, E. E. Doğan, O. Doğan, S. (2009). Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeylerinin Sosyodemografik Açından Değerlendirilmesi. *Cumhuriyet Tıp Dergisi*, 31, 231-238.
65. Tuzgöl, M. (2000). Ana Baba Tutumları Farklı Lise Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma Ve Rehberlik Dergisi*, 2(14), 39-48.
66. Kaya, E. Ö. (2010). 18-25 Yaş Arası İşitme Engelli Sporcuların Stres Ve Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Kayseri: Erciyes Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Spor Yöneticiliği Anabilim Dalı.
67. Kabak, F. (2009). Ergenlerde Spora Katılımın Saldırgan Davranışlar Üzerine Etkilerinin İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi. Adana: Çukurova Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı*.
68. Bayram, Y. (2012). Spor Yapan ve Yapmayan 14-18 Yaş Grubu Öğrencilerin Saldırganlık Tutumlarının İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Kütahya: Dumlupınar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı.
69. Abay, E. Tuğlu, C. (2000). Şiddet ve Agresyonun Nörobiyolojisi. *Klinik Psikiyatri*, 3, 21-26.
70. Çolakoğlu, F. F. Solak, N. (2014). Ortaöğretim Öğrencilerinin Cinsiyet Ve Okul Türüne Göre Saldırganlık Düzeyleri İle Empatik Eğilim Düzeylerinin İncelenmesi (Çorum İli Örneği). *International Journal Of Social Science*, 26, 57-66.
71. Dervent, F. (2007). Lise Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeyleri Ve Sportif Aktivitelere Katılımla İlişkisi. Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı.
72. Uğur, M. (2005). Stres Kavramı ve Psikiyatrik Hastalıklar. / . Ü. *Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Sürekli Tıp Eğitimi Etkinlikleri Sempozyum Dizisi*, 47, 13-33.

73. Smith, J. C. (1993). *Creative stress management the 1-2-3 cope system*, Prentice-Hall, Englewood Cliffs, NJ.
74. Morrison, G. M. & Morrison, R. L. (1994). *School violence to school safety: Reframing the issue for school psychologists*. *School Psychology Review*. 23 (2). 236-256.
75. Riches, D. (1986).ss.76, *The anthropology of violence*, Basil Blackwell: Great Britain.
76. Mitscherlich, A. (2000). Barış Düşüncesi ve Saldırganlık (Hüsen Portakal çev.)(2.baskı). İstanbul: Umut Matbaacılık.
77. Atkinson, R. L. Atkinson, R. C. ve Hilgart, E. R. (1995). Psikolojiye Giriş. (K. Atakay ve diğ. (Çev.) İstanbul: Sosyal Yayınları.
78. Köknel, Ö. (1995). Kişilik: Kaygıdan mutluluğa, (13. Basım), Altın Kitaplar Yayınevi: İstanbul, ss.42-48.
79. Freedman, J. L. Sears, D. O. & Carlsmith, J. M. (1993), *Introduction to psychology*, Prentice Hall: USA.
80. Markovitz, E. (1973). *Aggression in human adaptation*, *Psychoanal. Quart.* No:42.
81. Gürşimşek, I. (1988). Düşmanlık ve saldırganlık, Sosyal Psikolojiye Giriş, (Ed. Nuri Bilgin), İzmir: Ege Üniversitesi Yayınları, ss. 242-270.
82. Kırpınar, İ. Özer, H. Coşkun, İ. & Çayköylü, A. (1995) Yatan psikiyatri hastalarında saldırganlık: Erzurum'da psikiyatri kliniklerinde görülen saldırgan davranışlar üzerine bir çalışma, *Türk Psikiyatri Dergisi*, c. 6 (s. 4), ss. 285-296.
83. Erten, Y. & Ardalı, C. (1996). Saldırganlık, şiddet ve terörün psikososyal yapıları, *Cogito-Üç Aylık Düşünce Dergisi*, s. 6-7, ss. 143-163.
84. Kozcu, Ş. (1987). Anaokulu çocuklarında saldırgan davranışların ve anne tepkilerinin incelenmesi, *Psikoloji Dergisi*, c. 6, s. 21, ss. 19-22.
85. Fromm, E. (1982). Sevgi ve şiddetin kaynağı, (Çev. Yurdanur Salman, Nalan İçten). Palmiye Yayınevi. İstanbul.
86. Özgüven, İ. E. (2001). Ailede iletişim ve yaşam, Ankara: PDREM Yayınları.
87. Önder, M. E. & Dilbaz, N. (1994). Agresyonda psikofarmakolojik tedavi, 3P:Psikiyatri, Psikoloji, Psikofarmakoloji Dergisi, c. 2, ek s. 1, ss. 81-88.
88. Ünsal, A. (1996). Genişletilmiş Bir Şiddet Tipolojisi. *Cogito Dergisi*. 6-7, 29-36
89. Potter, J. W. Vaughan, M. W. Warren, R. Howley, K. Land, A. & Hagemeyer, J. C. (1995). *How real is the portrayal of aggression in television entertainment programming? J Broadcasting Electronic Media* 39: 96-516.

90. Wenar, C. (1994). *Developmental psychopathology: From infancy through adolescence*, (3. Baskı), New York: McGraw-Hill, Inc.
91. Roberto, A. J. Meyer, G. Boster, F. J. & Roberto. H. L. (2003). *Adolescents' decisions about verbal and physical aggression: a application of the reasoned action*, *Human Communication Research*, (S. 29), ss. 135-147.
92. Cüceloğlu, D. (1992). *İçimizdeki çocuk*, (3. Baskı), Ankara: Remzi Kitabevi.
93. Feshbach, S. (1964). The function of aggression and the regulation of aggressive drive. *Psychological Review*, 71, 257-272.
94. Brewer, M.B. Crano, W.D. (1994):320,322 *Social Psychology*. New York: West Publishing Company.
95. Moyer, K. E. (1976). *The psychobiology of aggression*. New York: Harper & Row. ss.34
96. Lagerspetz, K, Björkqvist, K. ve Peltonen, T. (1988). *Is indirect aggression typical of females? Gender differences in aggressiveness in 11- to 12-year-old children [Çevrimiçi sürüm]*. *Aggressive Behavior*, 14, 403-414.
97. Grotper, J. K. & Crick, N. R. (1996). *Relational aggression, overt aggression, and friendship* *Child Development*, 67 2328-2338.
98. Cairns, R.Cairns, B. Neckerman, H. Ferguson, L. & Gariepy, J. (1989). *Growth and aggression: 1. Childhood to early adolescence*. *Dev Psychol*, 25:320-330.
99. Paquette, J. A. & Underwood, M. K. (1999). *Gender differences in young adolescents' experiences of peer victimization: Social and physical aggression*. *Merrill-Palmer Q* 45:242-266.
100. Archer, J. (2001). *A strategic approach to aggression*, *Social Development*, 10:267- 271.
101. Crick, N. R. Casas, J. F. & Mosher, M. (1997). *Relational and overt Aggression in preschool*, *Developmental Psychology*, 33(4) 579-588.
102. Rushton, J. P. (1988). *Epigenetic rules in moral development: Distalproximal approaches to altruism and aggression*. *Aggressive Behavior*, 9, 35-50.
103. Wilson, E. O. (1975). *Sociobiology: The synthesis*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
104. Tardiff, K. (1999). *Medical Management of the Violent Patient*. New York: Dekker.
105. Goldstein, A. P. & Carr, E. G. (1981). *In response to aggression methods of control and prosocial alternatives*, Pergamon Press, Inc.: USA.
106. Uğur, M. M. (1994). *Medikal Psikoloji*, İstanbul: Sahaflar Kitap Sarayı.

107. Maccoby, E. E. & Jacklin, C. N. (1980). *Sex differences in aggression: A rejoinder and reprise. Child Development, 51, 964-980.*
108. Lore, R. K. & Schultz, L. A. (1996). İnsan saldırganlığının kontrolü: Karşılaştırmalı bir yaklaşım, Türk Psikoloji Bülteni, c. 2, s. 5, ss. 28-34.
109. Eagly, A. H. & Steffen, V. J. (1986). *Gender and aggressive behavior: A meta-analytic review of social psychological literature. Psychological Bulletin, 100, 309-330.*
110. Bandura, A. (1973). *Principles of Behavior Modifacition. New York: Holt, Rinehart and Winston.*
111. Sayar, K. Bağlan, F. (2010). Koruyucu Psikoloji: Çocuk Eğitiminde Duygusal Rehberlik. İstanbul: Timaş Yayınları.
112. Bostan, G.Kılıçgil, E. (2008). Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencisi Olan ve Olmayan Ankara Üniversitesi Öğrencilerinin Saldırganlık Boyutları. Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Spormetre Dergisi, 6(3), 133: 140.
113. Gençtan, E. (1993):77.Psikodinamik Psikiyatri ve Normal dışı Davranışlar. İstanbul: Remzi Kitabevi. Geen, R. G. &. Stonner, D. (1972). *Context effects in observed violence. Journal of Personality and Social Psychology, 25(2), 145-150.*
114. Sezer, A. Kolaç, N, Erol, S. (2013). Bir İlköğretim Okulu 4, 5 ve 6. Sınıf Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeylerinin Anne Baba Tutumları Ve Bazı Değişkenler İle İlişkisi. Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi, 3(4), 184-190.
115. Tiryaki, Ş. (2000). Spor Psikolojisi: Kavramlar, Kuramlar Ve Uygulama. Ankara: Eylül Kitap Ve Yayınevi.
116. Karataş, H. Öztürk, C. (2009). Sosyal Bilişsel Teori İle Zorbalığa Yaklaşım. Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Elektronik Dergisi, 2(2), 61-74.
117. Bilge, F. (1997). Danışandan hız alan ve bilişsel yaklaşımlarla yapılan grupla psikolojik danışmanın üniversite öğrencilerinin kızgınlık düzeyleri üzerindeki etkileri, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
118. Kesen, N. F. Deniz, M. E. Durmuşoğlu, N. (2007). Ergenlerde Saldırganlık Ve Öfke Düzeyleri Arasındaki İlişki: Yetiştirme Yurtları Üzerinde Bir Araştırma. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 17, 353-364.
119. Totan, T, Yöndem, Z.D. (2007). Ergenlerde Zorbalığın Anne, Baba Ve Akran İlişkileri Açısından İncelenmesi. Ege Eğitim Dergisi, 8(2), 53-68.
- 120.Solak, N. (2011). Spor Yapan ve Yapmayan Ortaöğretim Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeyleri İle Empatik Eğilim Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi Çorum İli Örneği. Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı.

121. Kırımoğlu, H. Parlak, N. Dereceli, Ç. Kepoğlu, A. (2008). *Lise Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeylerinin Spora Katılım Düzeylerine Göre İncelemesi*. Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 2(2), 147-154.
122. Hasta D, Güler M. E, *Saldırganlık: Kişilerarası İlişki Tarzları ve Empati Açısından Bir İnceleme*, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 4 (1), 2013.
123. Yalçın, Ö.Erdoğan, A. (2013). Şiddet ve Agresyonun Nörobiyolojik, Psikososyal ve Çevresel Nedenleri. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 5(4), 388-419.
124. Arıca OT. *Grupla Psikolojik Danışma Yoluyla Benlik Saygısı ve Mesleki Benlik Saygısının Geliştirilmesi*. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Doktora Tezi, İstanbul: Marmara Üniversitesi, 1999.
125. Sönmez, V. & Alacapınar, F. G.(2016). Örneklandırılmış Bilimsel Araştırma Yöntemleri. Anı Yayıncılık.
126. Demirtaş AM. Saldırganlık ölçeğinin Türkçe formunun geçerlilik ve güvenirlik çalışması, *Türk Psikiyatri Dergisi*, 2012, 23:1-5.
127. B. Çetin, *Kentte ve Kırsalda Yetişmiş Ortaokul Öğrencilerinin Benlik Saygısı İle Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi 2015
128. A. Selçuk Yılmaz *Üniversite Öğrencilerinin Karar Vermede Özsaygı ve Karar Verme Stilllerinin Benlik Saygısı ve Utangaçlık Açısından İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi 2011
129. Saldırganlık Davranışının Boyutları ve İlişkili Olduğu Faktörler: Lise ve Üniversite Öğrencileri Üzerine Karşılaştırmalı Bir Çalışma Doktora Tezi 2009
130. O.T.Arıca *Üniversite Öğrencilerinde Saldırganlık, Benlik Saygısı ve Denetim Odağı İlişkisi* Yüksek Lisans Tezi 1995.
131. S.Gökçeçek *Ortaöğretim Kurumlarında Spor Yapan ve Yapmayan Öğrencilerin Saldırganlık Tutumlarının Araştırılması*. Yüksek Lisans tezi 2015.
132. C.Fidan. *Öğrencilerinin Spor Yapan ve Yapmayanların Saldırganlık Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi 2016.

EKLER

EK1

Değerli Katılımcı!

Bu anket uygulaması benlik saygısı ve saldırganlık arasındaki ilişkiyi belirlemek amaçlı bilimsel bir çalışma için kullanılacaktır. Lütfen soruların tamamını dikkatli okuyarak düşüncenize uygun olanını işaretleyiniz. Ayrıca boş soru bırakmamaya özen gösteriniz. Desteginiz için şimdiden teşekkür ederim.

EK-1 KİŞİSEL BİLGİ FORMU

1. Yaşınız:
2. Cinsiyetiniz: ☐ Erkek ☐ Bayan
3. Doğum yeriniz: ☐ Köy ☐ Kasaba ☐ Şehir ☐ Büyükşehir
4. Babanızın eğitim durumu:

☐ İlkokul ☐ Ortaokul ☐ Lise/Üniversite ☐ Lisans Üstü
5. Annenizin eğitim durumu:

☐ İlkokul ☐ Ortaokul ☐ Lise/Üniversite ☐ Lisans Üstü
6. Aylık ortalama geliriniz:

☐ 500 " ve altı ☐ 501-1250 " ☐ 1251-2000 " ☐ 2001-2750 " ☐ 2751 " ve üzeri
7. Aktif spor yapıyor musunuz? Cevabınız Hayır ise aşağıdaki soruları cevaplamayınız.

☐ Evet ☐ Hayır
8. Spor branşınız: ...
9. Ne düzeyde sporla uğraşıyorsunuz:

☐ Lisanslı ☐ Lisanssız
10. Branşınızla ne zamandan beri uğraşıyorsunuz:

☐ Bir yıldan daha az ☐ 1-2 yıl arası ☐ 2-3 yıl arası ☐ 3-4 yıl arası ☐ 5 yıldan daha fazla
11. Branşınızla ne sıklıkla uğraşıyorsunuz:

☐ Ayda birkaç kez ☐ Haftada bir kez ☐ Haftada 3-4 kez ☐ Haftanın her günü
12. Milli sporcu musunuz: ?

☐ Evet ☐ Hayır

EK-2 BENLİK SAYGISI ÖLÇEĞİ

Aşağıdaki ifadelerden ne kadarı sizin karakterinizi ifade ediyor. Bunun için yandaki ifadelerin yer aldığı kutucuklardan size uygun olanını işaretleyiniz.	Tamamen Katılıyorum	Katılıyorum	Kararsızım	Katılmıyorum	Hiç Katılmıyorum
1. Diğer insanlar tarafından sevilecek özelliklere sahip değilim.	☐	☐	☐	☐	☐
2. Üretken bir insanım.	☐	☐	☐	☐	☐
3. Kendimi anlamıyorum.	☐	☐	☐	☐	☐
4. Çaresiz olduğumu düşünüyorum.	☐	☐	☐	☐	☐
5. Kendime güvenirim.	☐	☐	☐	☐	☐
6. Anlamlı bir hayatım olmadığını düşünüyorum.	☐	☐	☐	☐	☐
7. Bir işi başaramadığımda hemen hayal kırıklığına uğrarım.	☐	☐	☐	☐	☐
8. İnsanlar benimle olmaktan hoşlanırlar.	☐	☐	☐	☐	☐
9. Olduğum gibi görünemiyorum.	☐	☐	☐	☐	☐
10. Yeri geldiğinde kendimi ortaya koyabilirim.	☐	☐	☐	☐	☐
11. Duygularıma güvenmem.	☐	☐	☐	☐	☐
12. Halimden memnunum.	☐	☐	☐	☐	☐
13. Kendimi küçümsüyorum.	☐	☐	☐	☐	☐
14. İhtiyaçlarımı karşılayabilecek yeterlikteyim.	☐	☐	☐	☐	☐
15. Nasıl görüldüğümün farkında değilim.	☐	☐	☐	☐	☐
16. Kendimde olmasını istediğim özelliklere sahip değilim.	☐	☐	☐	☐	☐
17. İnsanlar üzerinde etki bırakabilirim.	☐	☐	☐	☐	☐
18. Başarısız biri olduğumu düşünüyorum.	☐	☐	☐	☐	☐
19. Kendime ilişkin değersizlik duyguları yaşadığım olur.	☐	☐	☐	☐	☐
20. Benim onlara olduğu kadar, diğer insanların da bana ihtiyacı var.	☐	☐	☐	☐	☐
21. Düşüncelerimin doğruluğuna güvenmem.	☐	☐	☐	☐	☐
22. Bedensel olarak kendimi beğeniyorum.	☐	☐	☐	☐	☐
23. Başarmak istediğim her şeyde başarısız olup yılgınlığa düşüyorum.	☐	☐	☐	☐	☐
24. Bedensel ihtiyaçlarımı karşılayabilecek yeterlikteyim.	☐	☐	☐	☐	☐
25. Grup içindeyken diğer kişiler benimle ilgilenmezler.	☐	☐	☐	☐	☐
26. Zihinsel ihtiyaçlarımı karşılayabilecek yeterlikteyim.	☐	☐	☐	☐	☐
27. Kendimden memnun değilim.	☐	☐	☐	☐	☐
28. İnsanlık için önemli ve faydalı işler başarabilirim.	☐	☐	☐	☐	☐
29. Çevremdeki önemli kişilerin gözünde değerli bir kişi olmadığımı düşünüyorum.	☐	☐	☐	☐	☐
30. Duygusal ihtiyaçlarımı karşılayabilecek yeterlikteyim.	☐	☐	☐	☐	☐
31. Kendimi ümitsiz hissediyorum.	☐	☐	☐	☐	☐
32. Kararlarım bana ait değil.	☐	☐	☐	☐	☐

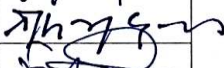
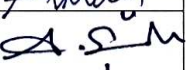
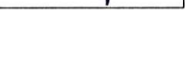
EK-3 SALDIRGANLIK ÖLÇEĞİ

Aşağıdaki ifadelerden ne kadarı sizin karakterinizi ifade ediyor. Bunun için yandaki ifadelerin yer aldığı kutucuklardan size uygun olanını işaretleyiniz.	Benim karakterime hiç uygun	Çok az uygun	Biraz uygun	Çok uygun	Tam uygun
1. Bazı arkadaşlarım benim öfkeli biri olduğumu söylerler.	()	()	()	()	()
2. Gerekirse hakkımı korumak için şiddete başvurabilirim.	()	()	()	()	()
3. Birisi bana fazlasıyla iyi davrandığında “Acaba benden ne istiyor” diye düşünürüm.	()	()	()	()	()
4. Arkadaşlarımın görüşlerine katılmadığım zaman bunu onlara açıkça söylerim	()	()	()	()	()
5. Öfkeden deliye döndüğümde bir şeyler kırıp dökerim.	()	()	()	()	()
6. İnsanlar benim görüşlerime katılmadıklarında onlarla tartışmaktan kendimi alıkoyamam.	()	()	()	()	()
7. Zaman bazı olaylara/kişilere yönelik kızgınlığım uzun süre bitmek bilmez.	()	()	()	()	()
8. Bazen başkalarına vurma dürtümü kontrol edemiyorum.	()	()	()	()	()
9. Sakin yapılı biriyimdir.	()	()	()	()	()
10. Tanımadığım insanlar bana fazla yakın davrandıklarında onlara şüpheyle yaklaşırım.	()	()	()	()	()
11. Daha önce, tanıdığım insanları tehdit ettiğim oldu.	()	()	()	()	()
12. Çok çabuk parlar ve hemen sakinleşirim.	()	()	()	()	()
13. Birisi bana sataşırse kolaylıkla onu itip tartaklayabilirim.	()	()	()	()	()
14. İnsanlar sinirimi bozduklarında kolaylıkla onlar hakkında ne düşündüğümü söyleyebilirim.	()	()	()	()	()
15. Zaman kıskançlık beni yiyip bitirir.	()	()	()	()	()
16. Bir insana vurmanın mantıklı bir gerekçesi olamayacağını düşünüyorum.	()	()	()	()	()
17. Bazen hayatın bana adaletsiz davrandığını düşünürüm.	()	()	()	()	()
18. Öfkemi kontrol etmekte zorluk çekerim.	()	()	()	()	()
19. Yapmak istediğim bir şey engellendiğinde kızgınlığımı açıkça ortaya koyarım.	()	()	()	()	()
20. Zaman insanların arkamdan güldüğü duygusuna kapılırım.	()	()	()	()	()
21. İnsanlarla sıkça görüş ayrılığına düşerim.	()	()	()	()	()
22. Birisi bana vurursa ben de karşılık veririm.	()	()	()	()	()
23. Bazen kendimi patlamaya hazır bir bomba gibi hissediyorum.	()	()	()	()	()
24. Diğer insanların her zaman çok iyi fırsatlar yakaladıklarını düşünüyorum.	()	()	()	()	()
25. Birisi beni iterse onunla kavgaya tutuşurum.	()	()	()	()	()
26. Arkadaşlarımın arkamdan konuştuklarını biliyorum.	()	()	()	()	()
27. Arkadaşlarım münakaşacı/tartışmaya seven biri olduğumu söylerler	()	()	()	()	()
28. Bazen olmadık şeylere ortada mantıklı bir neden yokken aniden sinirlenir, tepki veririm.	()	()	()	()	()
29. Çoğu insana kıyasla daha sık kavgaya karıştığımı söyleyebilirim.	()	()	()	()	()

EK-4 ETİK KURUL RAPORU

SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ALT ETİK KURUL KARARI

Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Yüksek lisans öğrencisi Recep BİRİNCİ 'nin "Spor Yapan ve Yapmayan Bireylerin Benlik Saygısı ve Saldırganlık Düzeylerinin Karşılaştırılması " başlıklı Yüksek Lisans Tez Çalışması görüşüldü. İlginin Yüksek Lisan tez çalışması Birim Etik Kurulunda onaylanarak Mevcudun oy birliği ile karar verildi. 14.01.2019

ADI SOYADI	GÖREVİ	İMZASI
PROF.DR. NECİP FAZIL KİŞHALI	SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ BİRİM ETİK KURUL BAŞKANI	
PROF.DR. İLHAN ŞEN	SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ BİRİM ETİK KURUL ÜYESİ	
DOÇ.DR.ERDİNÇ ŞİKTAR	SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ BİRİM ETİK KURUL ÜYESİ	
DOÇ.DR.FATİH KIYICI	SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ BİRİM ETİK KURUL ÜYESİ	
DOK.ÖĞ.ÜYESİ AHMET ŞİRİNKAN	SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ BİRİM ETİK KURUL ÜYESİ	

ÖZGEÇMİŞ

Araştırmacı, 1973 yılında Erzurum ilinde doğdu. İlkokulu Tatbikat ilkokulunda, ortaokulu Gazi Ahmet Muhtar Paşa ortaokulunda ve lise öğrenimini Erzurum Lisesinde 1989'da tamamladı. Lisans eğitimini Erzurum Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği bölümünü 1992-1996 yılları arasında tamamladı. 1998 yılında Milli Eğitim Kurumunda Aşkale Lisesine Beden eğitimi öğretmen olarak atandı. Üç yıl burada görev yaptıktan sonra Erzurum merkezde Cumhuriyet Lisesinde 2001-2003 yılları arasında Beden Eğitimi öğretmeni olarak görev yaptı. Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokuluna 2003 yılının haziran ayında okutman olarak atandı. 2015 yılında Erzincan Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı'nda Yüksek Lisans Programına başladı. Halen Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Fakültesi, Spor Yöneticiliği bölümünde Öğretim görevlisi olarak çalışmasına devam etmektedir.

Recep BİRİNCİ