



e-ISSN: 2630-631X

Article Type

Research Article

Subject Area

Sports Sciences

Vol: 8 Issue: 60

Year: 2022 JUNE

Pp: 1133-1141

Arrival

16 May 2022

Published

30 June 2022

Article ID 63028

Doi Number

<http://dx.doi.org/10.29228/smrj.63028>

How to Cite This

Article

Yıldırım, M. & Sedef, G. (2022). "Spor Yapan Ve Yapmayan Lise Öğrencilerinin Benlik Saygısı Düzeylerinin İncelenmesi", International Social Mentality and Researcher Thinkers Journal, (Issn:2630-631X) 8(60): 1133-1141



Social Mentality And Researcher Thinkers is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.

GİRİŞ

Çocukların ve ergenlik çağındaki gençlerin; eğlenmek, yeteneklerini geliştirmek ve yeni beceriler kazanmak amacıyla spora katılım gösterdikleri bilinmektedir (Gill, Gross, ve Huddleston, 1993).

Spor, çeşitli amaç ve yöntemlerle formüle edilmiş önceden belirlenmiş kurallara uyarak yapılan performansı artıran bedensel aktivitelerdir (Amman, 1993).

Spor yapmak insanın mutlu olması, benlik özelliklerini oluşumunu sağlayacak birçok beceri edinmesi, çevresindekiler ile olumlu ilişkiler kurarak sosyalleşmesine fayda sağladığı bilinmektedir. Spor yapmanın özellikle gençlerin benlik kavramının gelişiminde büyük bir etkisi vardır (Menteş, 2007).

Sosyal faaliyetlere katılım kişinin benlik saygısını olumlu etkileyerek kişiliğinin gelişiminde önemli rol oynar (Doğan, 1994). Sportif etkinliklere katılmak kişinin toplumsal gelişimi ve psikolojik durumunu olumlu yönde etkileyen sosyal bir faaliyettir. Spor yapanların ve spor yapmayanların kişilik özelliklerinin farklılık gösterdiğini bildiren çalışmalar bulunmaktadır (Weinberg ve Gould, 2007).

Kişinin kendini ne şekilde algıladığı ve değerlendirdiği benlik kavramıyla açıklanır. Benlik aynı zamanda kişisel deneyimlerden türetilen organize bir bilişsel şema olarak değerlendirilebilir (Adams, 1995).

Harter'e göre benliğin gelişiminin aşamaları vardır. 14-16 yaş arası ergenlerin birbirine zıt biçimde tanımladıkları kendilik özellikleri çoğalır ve bu da ciddi çelişkilere ve sıkıntıya yol açmaktadır. Farklı sosyal ortamlardaki davranışlarının ve farklı kişilere davranmalarının farklı olduğunu anlayamazlar ve neyin doğru kendilikleri olduğu hakkında kararsız kalırlar. Daha sonraki yaş döneminde, bu sıkıntılar ve tutarsızlıklar

Spor Yapan Ve Yapmayan Lise Öğrencilerinin Benlik Saygısı Düzeylerinin İncelenmesi

Examination Of The Self-Esteem Levels Of High School Students Who Do And Do Not Do Sports

Mehmet YILDIRIM¹ Gülşah SEDEF²

¹ Doç. Dr., Yozgat Bozok Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, Yozgat, Türkiye

² Yozgat Bozok Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, Yozgat, Türkiye

ÖZET

Bu araştırmanın amacı; spor yapan ve yapmayan lise öğrencilerin benlik saygısı düzeylerini incelemektir. Araştırmanın evrenini ;2021-2022 eğitim-öğretim yılında Yozgat ilinde liselerde öğrenim gören öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise 2021-2022 eğitim-öğretim yılında Yozgat ilinde öğrenim gören lise öğrencilerinden mail yoluyla gönderilen online anket çalışmasına gönüllü olarak katılım gösteren 231 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmada tarama (survey) yöntemi kullanılmıştır. Öğrencilerin demografik özelliklerine ilişkin bilgiler "kişisel bilgi formu" ile elde edilmiştir. Öğrencilerin benlik saygısı düzeyleri "benlik saygısı ölçeği" ile elde edilmiştir. Elde edilen veriler istatistiksel işlemler için SPSS 20.0 yazılım programına aktarılmıştır. Verilerin çözümlenmesinde frekans analizi, yüzde analizi, aritmetik ortalama, t testi, Anova analizleri ve post hoc testleri kullanılmıştır. Gerçekleştirilen analizler sonucunda; cinsiyet ve spor yapma durumu değişkenlerine göre benlik saygısı ölçeği alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklar bulunmuştur (p<0.05). Sınıf, anne eğitim düzeyi, baba eğitim düzeyi ve gelir düzeyi değişkenlerine göre ise benlik saygısı ölçeği alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklar tespit edilmemiştir (p>0.05).

Anahtar Kelimeler: benlik saygısı, öğrenci, lise

ABSTRACT

The aim of this study is to examine the self-esteem levels of high school students who do and do not do sports. The universe of the research; It consists of students studying at high schools in Yozgat in the 2021-2022 academic year. The sample of the study consists of 231 students who voluntarily participated in the online questionnaire sent by e-mail from high school students studying in Yozgat in the 2021-2022 academic year. Survey method was used in the research. Information about the demographic characteristics of the students was obtained with the "personal information form". The self-esteem levels of the students were obtained with the "self-esteem scale". The obtained data were transferred to the SPSS 20.0 software program for statistical operations. Frequency analysis, percentage analysis, arithmetic mean, t test, Anova analysis and post hoc tests were used to analyze the data. As a result of the analyzes carried out; Statistically significant differences were found between the sub-dimensions of the self-esteem scale according to the variables of gender and sporting status (p<0.05). No statistically significant differences were found between the sub-dimensions of the self-esteem scale according to the variables of class, mother's education level, father's education level and income level (p>0.05).

Key Words: self-esteem, student, high school

azalır, kendilikleri içindeki zıtlıkların yavaş yavaş bir tür uyum halinde nasıl olabildiğini açıklayabilirler (Akt. Canpolat, 2003).

Benlik kavramı, bireylerin kendilerini nasıl tanımladıklarıyla alakalı geniş kapsamlı bir kavramdır. Benlik saygısı da en geniş anlamda, kişinin kendisi hakkında değerli olmakla ilgili farkındalığı ya da bireyin kendini sevebilmesi, takdire şayan bulması, kendini ödüllendirmesi, kendine onay vermesi, değerli bulması ile ilgili geniş kapsamlı bir kavramdır. Benlik saygısı kişiliğin duygusal tarafı olarak da düşünülmelidir. Kişinin kim olduğuna dair belirli duygu ve düşüncelere sahip olduğunu belirtmektedir. Benlik saygısı, kişinin benliği kabul etmek ve önemli bulma yoğunluğu olarak belirtilmektedir (Adams, 1995).

Benlik saygısı, kendini değerlendirme ve kendini tatmin etme yokluğundan dolayı oluşan subjektif bir olgudur. Koşullara, konuma ve gelişime göre değişebilir. Kişinin benlik saygısının yüksek olması ya da düşük olması olaylar karşısındaki tutumundaki duygularını ve davranış şeklini farklı biçimde etkiler (Sivribaşkara, 2003).

Benlik saygı düzeyi; bireyin söylediği, düşündüğü ve hayata geçirdiği her şeyi, dünyaya bakış açısını, başka insanların ona bakışını, hayatıyla alakalı yaptığı tercihleri, sevgisini hissettirme yeteneğini ve değiştirilmesini düşündüğü şeyleri değiştirmek için yol izleme gücünü etkiler (Sanford ve Donovan, 1984).

Yüksek benlik saygısına sahip olan kişilerin kendilerinden ve kapasitelerinden beklentileri de yüksektir. Kendileri için düşündükleri bu olumlu tutumlarından ve kazandıkları başarılarından dolayı kendi düşüncelerini kabul ederler, buna çok inanırlar ve bu yüzden hem davranışlarına hem de edindikleri başarılı sonuçlara güvenirlere (Tufan ve Yıldız 1993).

Benlik saygısının yüksek olması, girişkenlik, başa çıkma yeteneğinin güçlü olması, mücadelesinden kolay vazgeçmeme, mutlu olmak ve uzun yaşamla ilgili ilişkilidir. Ayrıca, benlik saygısı yüksek bireylerin insanlarla olan ilişkileri düzgündür, diğer insanlar üzerinde pozitif izlenim bırakırlar, topluluklarda konuşmaya isteklidirler (Baumeister, Campell, Kruger & Vohs, 2003).

Benlik saygısı düşük olan bireyler yeteneklerine çok az önem verirler ve sıklıkla başarılarını görmezden gelirler. Bu kişiler problem çözmede ve hedeflerini belirlemede zorluk yaşarlar (Plummer, 2001).

Rosenberg (1965), benlik saygısını bireyin kendisine karşı sergilediği pozitif veya negatif tutumu olarak nitelendirmektedir. Buna göre benlik saygısı yüksek kişi kendini değerlendirmede olumlu bir tutum sergilemekteyken; benlik saygısı düşük birey ise olumsuz bir tutum sergileyecektir. Benlik saygısı yüksek olan bir birey, kendine toplumda kabullendirip, kendini değerli görmektedir ve kendine saygı duymaktadır. Benlik saygısı düşük olan birey ise, genel olarak her zaman kendisini olumsuz değerlendirmektedir (Fennell, 1997).

Başka yönden bakacak olursak yine bu konuda yapılan diğer çalışmalarda, benlik saygısı yüksek olan çocukların, hayatın olumsuz etkilerinden kendilerini korumayı daha iyi başardıklarına ve stres ile baş edebilmekte daha başarılı oldukları görülmüştür (Kliwer & Sandler, 1992).

Yapılan bu çalışmada, spor yapan ve yapmayan lise öğrencilerin benlik saygısı düzeylerini incelemek amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda;

- ✓ Lise öğrencilerinin benlik saygısı düzeyleri nasıldır?
- ✓ Cinsiyet
- ✓ Spor Yapma Durumu
- ✓ Sınıf
- ✓ Anne Eğitim
- ✓ Baba Eğitim
- ✓ Aylık Gelir değişkenlerine göre öğrencilerin benlik saygısı düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı fark var mıdır?

YÖNTEM

Araştırma Evren ve Örneklemi

Evreni; 2021-2022 Eğitim-öğretim yılında Yozgat ilinde liselerde öğrenim gören öğrenciler oluşturmaktadır. Örneklemi ise 2021-2022 eğitim-öğretim yılında Yozgat ilinde öğrenim gören lise öğrencilerinden online anket çalışmasına gönüllü olarak katılım gösteren 231 öğrenci oluşturmaktadır.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada demografik bilgi formu ve benlik saygısı ölçeği kullanılmıştır.

Benlik Saygısı Ölçeği

Spor yapan ve yapmayan öğrencilerin benlik saygısı düzeylerini belirlemek amacıyla Arıca (1999) tarafından geliştirilen benlik saygısı ölçeği kullanılmıştır. Ölçek, beş alt boyutlu, “1 (kesinlikle katılmıyorum) ile 5 (kesinlikle katılıyorum)” arasında derecelendirilen bir ölçektir. Ölçeğin alt boyutları sırasıyla benlik değeri, özgüven, depresif duygulanım, kendine yetme ve başarıma ve üretkenlik olarak adlandırılmıştır. Ölçeğin tamamı için .90 iç tutarlılık katsayısı bulunmuştur.

Mevcut bu araştırmada ise ölçeğin toplam güvenilirlik katsayısı .92 olarak belirlenmiştir. Alt boyutları ise sırasıyla .82; .69; .80; .68; .75 olarak hesaplanmıştır. İç tutarlılık katsayısının .70 ile .90 arasında olması, yüksek güvenilirlik düzeyine işaret etmektedir (Bagozzi ve Yi, 1988; 76-94, Nunnally ve Bernstein, 1994). Sonuç olarak ölçeğe ilişkin güvenilirlik katsayılarının kabul düzeyini karşıladığı görülmüştür.

Verilerin Analizi

Veriler SPSS 20.0 paket programına aktarılmış ve analizlere başlamadan önce verilerin basıklık ve çarpıklık katsayıları incelenmiştir. Çarpıklık ve basıklık katsayısının (+2) aralıklarında olması verilerin normal dağılım sergilediğini göstermektedir (West ve ark., 1995; Şencan, 2005; Şimşek, 2007). Yapılan bu araştırmada ise verilerin çarpıklık değerlerinin -0.278 / -0.588 arasında, basıklık değerlerinin -0.260 / -0.683 arasında olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuçlara göre verilerin normal dağılım sergilemiş ve istatistiki analizlerde parametrik testler kullanılmıştır.

Araştırmada frekans ve yüzde analizinden, t testinden ve ANOVA testinden, varyans homojenliğine göre ise çoklu karşılaştırma (Post-Hoc Tukey ve Tamhane T2) testlerinden yararlanılmıştır. İstatistiksel anlamlılık düzeyi 0.05 olarak belirlenmiştir.

BULGULAR

Öğrencilerin demografik özelliklerine ilişkin bulgular tablo 1’de gösterilmiştir.

Tablo 1. Öğrencilerin Demografik Özelliklerine İlişkin Bulgular

		N	%
Cinsiyet	Kadın	119	51.5
	Erkek	112	48.5
Spor Yapma Durumu	Evet	156	67.5
	Hayır	75	32.5
Sınıf	9. sınıf	33	14.3
	10. sınıf	87	37.7
	11. sınıf	45	19.5
	12. sınıf	66	28.6
Anne Eğitim Düzeyi	İlkokul	65	28.1
	Ortaokul	55	23.8
	Lise	81	35.1
	Üniversite	30	13.0
Baba Eğitim Düzeyi	İlkokul	50	21.6
	Ortaokul	40	17.3
	Lise	92	39.8
	Üniversite	49	21.2
Aylık Gelir Düzeyi	4253 TL ve altı	86	37.2
	4254-5250 TL	43	18.6
	5251-6250 TL	31	31.4
	6251 TL ve üzeri	71	30.7

Tablo 1 incelendiğinde öğrencilerin 119’ (%51.5) kadın, 112’si (%48.5) erkektir. 156’sı (%67.5) spor yapmakta, 75’i (%32.5) spor yapmamaktadır. Öğrencilerin 33’ü (%14.3) 9. sınıf, 87’si (%37.7) 10. sınıf, 45’i (%19.5) 11. Sınıf ve 66’sı (%28.6) 12. Sınıftır. Anne eğitim düzeyi sorusuna öğrencilerin 65’i (%28.1) ilkokul, 55’i (%23.8) ortaokul, 81’i (%35.1) lise, 30’u (%13.0) üniversite mezunu cevabını vermiştir. Baba eğitim düzeyi sorusuna 50’si (%21.6) ilkokul, 40’ı (%17.3) ortaokul, 92’si (%39.8) lise ve 49’u (%21.2) üniversite cevabını vermiştir. 86’sı (%37.2) 4253 TL ve altı, 43’ü (%18.6) 4254-5250 TL, 31’i (%31.4) 5251-6250 TL ve 71’i (%30.7) 6251 TL ve üzeri aylık gelir düzeyine sahiptir.

Tablo 2’de benlik saygısı ölçeği alt boyutları puan ortalamasına ilişkin bulgulara yer verilmiştir.

Tablo 2. Benlik saygısı ölçeği alt boyutlarına ilişkin bulgular

	N	\bar{x}	Ss
Benlik Değeri Boyutu	231	3.57	.93
Özgüven Boyutu	231	3.84	.66
Depresif Duygulanım Boyutu	231	3.48	1.04

Kendine Yetme Boyutu	231	4.03	.76
Başarım ve Üretkenlik Boyutu	231	3.70	.83

Tablo 2 incelendiğinde; benlik saygısı ölçeği alt boyutlarının en önemlisinin kendine yetme boyutu olduğu belirlenmiştir ($\bar{x}=4.03$, ss: .76).

Tablo 3’de t testi bulgularına yer verilmiştir.

Tablo 3. t testi bulguları

	Cinsiyet	N	Ortalama	Ss	t	p
Benlik Değeri	Kadın	119	3.56	.96	-.167	.867
	Erkek	112	3.59	.91		
Özgüven	Kadın	119	3.80	.70	-.953	.342
	Erkek	112	3.89	.62		
Depresif Duygulanım	Kadın	119	3.41	1.04	-1.009	.314
	Erkek	112	3.55	1.03		
Kendine Yetme	Kadın	119	4.04	.82	.230	.818
	Erkek	112	4.02	.70		
Başarım ve Üretkenlik	Kadın	119	3.59	.88	-2.118	.035*
	Erkek	112	3.82	.77		
	Spor Yapma	N	Ortalama	Ss	t	P
Benlik Değeri	Evet	156	3.72	.89	3.431	.001*
	Hayır	75	3.28	.95		
Özgüven	Evet	156	3.92	.62	2.599	.010*
	Hayır	75	3.68	.72		
Depresif Duygulanım	Evet	156	3.65	1.00	3.622	.000*
	Hayır	75	3.13	1.04		
Kendine Yetme	Evet	156	4.11	.71	2.385	.018*
	Hayır	75	3.86	.83		
Başarım ve Üretkenlik	Evet	156	3.83	.78	3.337	.001*
	Hayır	75	3.44	.88		

*p<.05

Tablo 3 incelendiğinde; cinsiyete göre başarım ve üretkenlik alt boyutu puan ortalaması arasında anlamlı fark tespit edilmiştir (p<.05). Bu fark erkek öğrenciler lehinedir. Spor yapma durumuna göre benlik saygısı ölçeği tüm alt boyutları puan ortalaması arasında istatistiksel olarak anlamlı farklar tespit edilmiştir (p<.05). Bu farklar tüm alt boyutlarda spor yapan öğrenciler lehinedir.

Tablo 4’de sınıf değişkenine göre benlik saygısı ölçeği alt boyutları puan ortalaması karşılaştırması Anova analizi bulgularına yer verilmiştir.

Tablo 4. Sınıf değişkenine göre benlik saygısı ölçeği alt boyutları puan ortalaması karşılaştırması Anova analizi bulguları

	Grup	N	\bar{x}	Ss	Var. K.	F	p	Anlamlı Fark
Benlik Değeri	9. sınıf	33	3.64	.93	Gruplar Arası	.521	.668	-
	10. sınıf	87	3.65	.97				
	11. sınıf	45	3.52	.81				
	12. sınıf	66	3.48	.96				
Özgüven	9. sınıf	33	3.95	.61	Gruplar Arası	.504	.680	-
	10. sınıf	87	3.87	.68				
	11. sınıf	45	3.79	.64				
	12. sınıf	66	3.80	.68				
Depresif Duygulanım	9. sınıf	33	3.61	1.13	Gruplar Arası	.374	.772	-
	10. sınıf	87	3.51	1.06				
	11. sınıf	45	3.43	1.00				
	12. sınıf	66	3.40	1.00				
Kendine Yetme	9. sınıf	33	4.08	.71	Gruplar Arası	.338	.798	-
	10. sınıf	87	3.97	.80				
	11. sınıf	45	4.10	.73				
	12. sınıf	66	4.02	.75				
Başarım ve Üretkenlik	9. sınıf	33	3.78	.72	Gruplar Arası	.435	.728	-
	10. sınıf	87	3.75	.88				
	11. sınıf	45	3.64	.76				
	12. sınıf	66	3.63	.88				

*p<.05

Tablo 4 incelendiğinde; sınıf değişkenine göre benlik saygısı ölçeği tüm alt boyutları puan ortalaması arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmemiştir ($p>.05$).

Tablo 5’de anne eğitim düzeyi değişkenine göre benlik saygısı ölçeği alt boyutları puan ortalaması karşılaştırması Anova analizi bulgularına yer verilmiştir.

Tablo 5. Anne eğitim düzeyi değişkenine göre benlik saygısı ölçeği alt boyutları puan ortalaması karşılaştırması Anova analizi bulguları

	Grup	N	\bar{x}	Ss	Var. K.	F	p	Anlamlı Fark
Benlik Değeri	İlkokul	65	3.46	.93	Gruplar Arası Grup içi Toplam	.913	.435	-
	Ortaokul	55	3.61	.96				
	Lise	81	3.69	.90				
	Üniversite	30	3.47	.95				
Özgüven	İlkokul	65	3.77	.60	Gruplar Arası Grup içi Toplam	.596	.618	-
	Ortaokul	55	3.84	.71				
	Lise	81	3.86	.70				
	Üniversite	30	3.97	.58				
Depresif Duygulanım	İlkokul	65	3.23	1.09	Gruplar Arası Grup içi Toplam	1.975	.118	-
	Ortaokul	55	3.48	1.03				
	Lise	81	3.62	1.00				
	Üniversite	30	3.62	1.00				
Kendine Yetme	İlkokul	65	3.91	.80	Gruplar Arası Grup içi Toplam	.782	.505	-
	Ortaokul	55	4.06	.75				
	Lise	81	4.05	.76				
	Üniversite	30	4.15	.69				
Başarma ve Üretkenlik	İlkokul	65	3.54	.88	Gruplar Arası Grup içi Toplam	1.304	.274	-
	Ortaokul	55	3.71	.89				
	Lise	81	3.81	.77				
	Üniversite	30	3.75	.79				

* $p<.05$, ** $p<.01$

Tablo 5 incelendiğinde; anne eğitim düzeyi değişkenine göre benlik saygısı ölçeği tüm alt boyutları puan ortalaması arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmemiştir ($p>.05$).

Tablo 6’da baba eğitim düzeyi değişkenine göre benlik saygısı ölçeği alt boyutları puan ortalaması karşılaştırması Anova analizi bulgularına yer verilmiştir.

Tablo 6. Baba eğitim düzeyi değişkenine göre benlik saygısı ölçeği alt boyutları puan ortalaması karşılaştırması Anova analizi bulguları

	Grup	N	\bar{x}	Ss	Var. K.	F	p	Anlamlı Fark
Benlik Değeri	İlkokul	50	3.63	.96	Gruplar Arası Grup içi Toplam	1.019	.385	-
	Ortaokul	40	3.37	.99				
	Lise	92	3.66	.91				
	Üniversite	49	3.52	.89				
Özgüven	İlkokul	50	3.87	.64	Gruplar Arası Grup içi Toplam	.831	.478	-
	Ortaokul	40	3.73	.66				
	Lise	92	3.82	.71				
	Üniversite	49	3.95	.59				
Depresif Duygulanım	İlkokul	50	3.49	1.11	Gruplar Arası Grup içi Toplam	.614	.606	-
	Ortaokul	40	3.28	1.00				
	Lise	92	3.52	1.05				
	Üniversite	49	3.54	.97				
Kendine Yetme	İlkokul	50	4.08	.82	Gruplar Arası Grup içi Toplam	.499	.683	-
	Ortaokul	40	3.89	.76				
	Lise	92	4.04	.73				
	Üniversite	49	4.05	.75				
Başarma ve Üretkenlik	İlkokul	50	3.76	.90	Gruplar Arası Grup içi Toplam	1.895	.131	-
	Ortaokul	40	3.42	.94				
	Lise	92	3.77	.83				
	Üniversite	49	3.74	.63				

* $p<.05$

Tablo 6 incelendiğinde; incelendiğinde, baba eğitim düzeyi değişkenine göre benlik saygısı ölçeği tüm alt boyutları puan ortalaması arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmemiştir ($p>.05$).

Tablo 7'de aylık gelir düzeyi değişkenine göre benlik saygısı ölçeği alt boyutları puan ortalaması karşılaştırması Anova analizi bulgularına yer verilmiştir.

Tablo 7. Aylık gelir düzeyi değişkenine göre benlik saygısı ölçeği alt boyutları puan ortalaması karşılaştırması Anova analizi bulguları

	Grup	N	\bar{x}	Ss	Var. K.	F	p	Anlamlı Fark
Benlik Değeri	4253TL ve Altı	86	3.47	.96	Gruplar Arası	.799	.496	-
	4254-5250	43	3.55	.87	Grup içi			
	5251-6250	31	3.71	.97	Toplam			
	6251 ve Üzeri	71	3.66	.91				
Özgüven	4253TL ve Altı	86	3.75	.63	Gruplar Arası	1.940	.124	-
	4254-5250	43	3.75	.60	Grup içi			
	5251-6250	31	3.98	.79	Toplam			
	6251 ve Üzeri	71	3.95	.66				
Depresif Duygulanım	4253TL ve Altı	86	3.33	1.12	Gruplar Arası	1.052	.370	-
	4254-5250	43	3.56	.96	Grup içi			
	5251-6250	31	3.48	1.14	Toplam			
	6251 ve Üzeri	71	3.61	.93				
Kendine Yetme	4253TL ve Altı	86	3.95	.80	Gruplar Arası	1.766	.154	-
	4254-5250	43	3.89	.71	Grup içi			
	5251-6250	31	4.09	.93	Toplam			
	6251 ve Üzeri	71	4.18	.63				
Başarma ve Üretkenlik	4253TL ve Altı	86	3.64	.88	Gruplar Arası	1.344	.261	-
	4254-5250	43	3.58	.78	Grup içi			
	5251-6250	31	3.95	.87	Toplam			
	6251 ve Üzeri	71	3.74	.79				

*p<.05, **p<.01

Tablo 7 incelendiğinde; aylık gelir düzeyi değişkenine göre benlik saygısı ölçeği tüm alt boyutları puan ortalaması arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmemiştir (p>.05).

TARTIŞMA VE SONUÇ

Birinci (2019), yapmış olduğu çalışmasında benlik saygısının etkisiyle benlik saygısının yüksek çıkması durumunda pozitif kişilik özellikleriyle iç içe olduğu, benlik saygısı düzeyinin düşük çıkması sonucuna ise bireyde negatif neticelerin artacağı ile ilgili bulgulara rastlamıştır. Alanla ilgili literatürün taranıp incelenmesi neticesinde ise benlik saygısı ve duygusal öz-yeterlilik konusu inceleyen Ceyhan (2013) cinsiyetler arasında anlamlı bir ilişkiye rastlamadığını ifade etmiştir. Ancak bizim çalışmamızla paralel bulgulara ulaşmış olan Duran (2007), kızların benlik saygısının erkeklerin benlik saygısına göre daha yüksek olduğunu tespit eden bulgulara rastlamıştır.

Literatür incelendiğinde Çetinkaya ve arkadaşları (2006) benlik saygısının yaş ile doğru orantılı olarak artış gösterdiği yönünde bilgiye ulaşmıştır ancak bizim yapmış olduğumuz çalışmada sınıflar arasında yaş ile alakalı anlamlı bir artış ya da düşüşe rastlanmamıştır.

Birinci (2019), yaptığı çalışmasında anne ve babaların eğitim düzeyleri arttıkça öğrencilerin de benlik saygısı düzeylerinde anlamlı farklılıklar olduğunu tespit etmiştir. Bizim yapmış olduğumuz çalışmada ise anne babaların eğitim düzeyindeki değişikliklerin öğrencinin benlik saygısı düzeyinde herhangi bir farklılığa neden olmamıştır.

spor yapan bireylerin benlik saygı düzeyleri ile spor yapmayan bireylerin benlik düzeyleri arasında farklılık görülebilmektedir. Buna birde lisede öğrenim gören öğrencilerin benlik saygı düzeyleri çeşitli faktörlere bağlı olarak farklılık göstermektedir. Lisede öğrenim gören bireyler çevresel faktörler, okul ortamındaki uyumu, aile içi düzen, kişilik özellikleri, karşı cinse karşı tutumu, sportif aktivitelerde harcadığı zaman gibi faktörlerden dolayı benlik saygı düzeyinde farklılıklar gözlenmektedir.

Araştırmaya Yozgat ilindeki öğrenim gören lise öğrencilerden ankete katılan öğrencilerin %51.5 i kız öğrenci, %48.5 inin erkek öğrenci oldukları görülmektedir. Şahin (2012), Duran (2007) yaptıkları çalışmalarda kızların benlik saygı düzeylerinin erkeklerin benlik saygısı düzeyinden daha yüksek olduğunu gösteren bir çalışma ortaya çıkmıştır. Çetin ve Çavuşoğlu (2009)'da yaptıkları bir çalışmada yetiştirme yurdunda kalan adölesanlar üzerinde yaptıkları araştırmada ise kızların benlik saygı düzeyinin erkeklerin benlik saygı düzeyinden daha

düşük olduğunu saptanmışlardır. Bu sonuçlara göre ailesiyle birlikte yaşayan ve ailesinin korumasında olan kız çocuklarının benlik saygı düzeyi aşırı korumacı yapıdan kaynaklı yüksek olduğu rahatlıkla söylenebilir. Aynı zamanda cinsiyete dayalı farkların gün geçtikçe azalması ve cinsiyet rollerinin toplumsal değerler bakımından eşitlik göstermesi kızların benlik saygısını olumlu yönde etkileyebileceği söylenebilir (Çetin, 2015). Erpalabıyık (2018, s. 62) yaptığı çalışmada üniversitede öğrenim gören öğrencilerin cinsiyete göre benlik saygısı istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulmuştur ($t_{2,43} p=0,02<0,05$).

Araştırmada, benlik saygısı ölçeği alt boyutlarının en önemlisinin kendine yetme boyutu olduğu belirlenmiştir ($X=4.03$, ss: .76). Bu sonuçlara bakılarak lisede öğrenim gören kız öğrencilerin kendine yetme düzeyi, erkek öğrencilerin kendine yetme düzeyinden düşük olduğu görülmüştür. Bu fark erkek öğrencilerin toplumsal cinsiyet rollerinin eşitsizliğinden kaynaklı daha özgür olmaları ve aileye bağımsız kararlar verebilmesi bunun sonucu olarak da kendine yeterliliğin daha yüksek olmasını sağladığını söyleyebiliriz.

Araştırma sonucunda cinsiyet değişkenine göre benlik saygısı ölçeği başarı ve üretkenlik alt boyutu puan ortalaması arasında istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edilmiştir ($p<.05$). Bu fark erkek öğrenciler lehinedir. Benlik saygısı alt boyut puanlarının başarı ve üretkenlik alt boyutları açısından bakıldığında köyde yaşayanların büyükşehirde yaşayanlara oranla daha olumlu fark tespit edilmiştir (Binici, 2019).

Araştırmada, spor yapma durumu değişkenine göre benlik saygısı ölçeği tüm alt boyutları puan ortalaması arasında istatistiksel olarak anlamlı farklar tespit edilmiştir ($p<.05$). Bu farklar tüm alt boyutlarda spor yapan öğrenciler lehinedir. Alan yazın incelendiğinde yapılan mevcut araştırmayı destekler nitelikte sonuçlar tespit edilmiştir. Alan yazında spor yapan bireylerin sahip olduğu özsaygı düzeyleri spor yapmayan bireylerin sahip olduğu özsaygı düzeylerinden daha yüksek bulunmuştur. Tozoğlu ve Ark. (2014), Gacar ve Yanlıç (2012) ve Karakaya ve ark. (2006) yapmış olduğu çalışmalarda da benzer sonuçlar elde edilmiştir.

Araştırma sonucunda, sınıf değişkenine göre benlik saygısı ölçeği tüm alt boyutları puan ortalaması arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmemiştir ($p>.05$). Böke (2018), yapmış olduğu araştırmada örneklem grubun demografik değişkenlerine ilişkin sonuca göre spor yapan ve yapmayan lise öğrencilerinde, sınıf düzeyi ile benlik saygısında anlamlı farklılığa yol açmadığını belirtmiştir. Bu sonuç çalışmamızı destekler nitelik taşımaktadır.

Araştırmada, anne eğitim düzeyi değişkenine göre benlik saygısı ölçeği tüm alt boyutları puan ortalaması arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmemiştir ($p>.05$). Araştırma sonucunda, baba eğitim düzeyi değişkenine göre benlik saygısı ölçeği tüm alt boyutları puan ortalaması arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmemiştir ($p>.05$).

Böke' nin 2018 yılında yapmış olduğu araştırmada spor yapan lise öğrencileri ile spor yapmayan lise öğrencilerinin anne, baba eğitim durumu ile benlik saygısı arasında anlamlı fark bulunmadığını tespit etmiş olması, çalışmamızı desteklemektedir.

Araştırmada, aylık gelir düzeyi değişkenine göre benlik saygısı ölçeği tüm alt boyutları puan ortalaması arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmemiştir ($p>.05$). Güngör (1989), lise öğrencilerinin benlik saygısı düzeylerini etkileyen etmenleri incelediği çalışmasının sonunda, öğrencilerin düşük ya da yüksek benlik saygısına sahip oluşlarında; kişisel niteliklerinin, ailelerin sosyo-ekonomik ve kültürel niteliklerinin ve anne baba niteliklerinin değişik derecelerde etkili olduğunu bulmuştur. Ayrıca Esen, (2012) yapmış olduğu araştırmada, sosyo-ekonomik durumu ile benlik saygısı arasında anlamlı fark bulunduğunu tespit etmiştir. Bu çalışmalardan elde edilen sonuçlar, çalışmamızdan elde edilen sonuç ile zıtlık göstermektedir.

Araştırmadan elde edilen sonuçlar doğrultusunda aşağıdaki önerilere yer verilmiştir.

- ✓ Araştırma kapsamına daha fazla katılımcının dahil edilmesi bundan sonraki çalışmaları daha da anlamlı hale getirebilir.
- ✓ Araştırmamızda kullanılan değişkenlerden farklı olarak başka değişkenlerin kullanılması ve araştırılması farklı bakış açısı getirebilir.
- ✓ Farklı grupların karşılaştırmaları yapılarak daha farklı sonuçlar elde edilebilir.
- ✓ Çeşitli etkinlikler ile özellikle spor yapmayan bireylerin benlik saygısının yükselmesi adına çalışmalar yapılabilir.

KAYNAKÇA

Adams, J. F. (1995), *Ergenliği Anlamak*, Ankara: İmge Yayınları.

- Alptuğ, E. C. (2012). *Spor Yapan ve Yapmayan Üniversite Öğrencilerinin Benlik Saygısı ve Atılganlık Düzeylerinin İncelenmesi. Muğla Üniversitesi Örneği*. (Yüksek Lisans Tezi). Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Muğla.
- Amman, M., Field, S. B., & Jaklevic, R. C. (1993). Coulomb-blockade spectroscopy of gold particles imaged with scanning tunneling microscopy. *Physical Review B*, 48(16), 12104.
- Arıca, O.T. (1999). *Grupla Psikolojik Danışma Yoluyla Benlik Saygısı ve Mesleki Benlik Saygısının Geliştirilmesi*. Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü., İstanbul.
- Aydın, B., Sarı, S. V. ve Şahin, M. (2012). Anne-babadan algılanan kabul/ilgi, benlik saygısı ve akademik başarı: Umudun aracı rolü. *Cumhuriyet Uluslararası Eğitim Dergisi*, 3(4), 37-48.
- Bagozzi, R.P., Yi, Y. (1988). On the evaluation of structural equation models, *Academy of Marketing Science*, 16(1), 76-94.
- Baumeister, R.F., Campbell, J.D., Kruger, J.I. ve Vohs, K.D. (2003). Does high self-esteem cause better performance, interpersonal success, happiness, or healthier lifestyles? *Psychological Science in the Public Interest*, 4(1), 1-44.
- Birinci, R. (2019). *Spor yapan ve yapmayan bireylerin benlik saygısı ve saldırganlık düzeylerinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi), Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi, Erzincan.
- Böke, İ. (2018). *Spor Yapan Lise Öğrencilerinin Benlik Saygısı, Anksiyete Düzeyi ve Stresle Başa Çıkma Becerilerinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Psikoloji Ana Bilim Dalı. İstanbul Gelişim Üniversitesi. İstanbul.
- Canpolat, B. I. (2003), *Ergenlerin Kendilik Algısında Beden İmajının ve Beden Kitle indeksinin Rolü*. (Doktora Tezi), Ankara Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Çetin, B. (2015). *Kentte ve Kırsalda Yetişmiş Ortaokul Öğrencilerinin Benlik Saygısı İle Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi), Nişantaşı Üniversitesi, İstanbul.
- Çetin, H. ve Çavuşoğlu, H. (2009). Yetiştirme yurdunda ve aileleri ile yaşayan adölesanların benlik saygıları ve psikolojik belirtilerinin karşılaştırılması. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Elektronik Dergisi*, 2(4), 137-144.
- Doğan O, Doğan S, Çorapçioğlu A ve ark. (1994). Üniversite öğrencilerinde depresyon yaygınlığı ve bazı değişkenlerle ilişkisi. *C.Ü. Tıp Fak. Dergisi*, 16(2):148-151.
- Erpalabıyık, B (2018). *Üniversite öğrencilerinin gençlik liderlik özellikleri ile benlik saygısı ve özgüven algıları arasındaki ilişkilerin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Siirt Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Siirt.
- Fennell M. (1997). Low self-esteem: A cognitive perspective. *Behav Cognitive Psychother*, 25, 1–25.
- Gacar, A. ve Yanlıç, N. (2012). 13 - 17 yaş ergen hentbolcuların benlik saygısı düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 3 (2), 45-50.
- Gill D.L., Gross J.B., and Huddleston, S., "Participation Motivation In Young Sports". *International Journal of Sport Psychology*, 1-14, 1983.
- Güngör, A. (1989). *Lise Öğrencilerinin Özsaygı Düzeylerini Etkileyen Etmenler*, (Doktora Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Karakaya, I., Coşkun, A. ve Ağaoğlu, B. (2006). "Yüzücülerin Depresyon, Benlik Saygısı ve Kaygı Düzeylerinin Değerlendirilmesi, *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 7, 162-166.
- Kılıç Duran, Ş. (2007). *9.10. 11 Yaşındaki Çocukların Zihinsel Gelişim ve Benlik Saygısına Ailenin Sosyo-Ekonomik Düzeyinin Etkisi* (Master's thesis, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Menteş, A. (2007). *Lise öğrencilerinin atılganlık düzeyine sporun etkisi*. (yüksek lisans tezi), Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Nunnally, J.C., Bernstein, I.H. (1994). *Psychometric Theory*, McGrawHill: New York.
- Plummer, D. (2001), *Helping Children to Build Self-Esteem: A Photocopiable Activities Book*, London.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.

- Salokun, S.D. (1990). "Comparison of Nigerian High School Athletes and Nonathletes On Self-concept". *Perceptual and Motor Skills*. 70. 865-866
- Sanford, L. T., ve Donovan, M. E. (1984). *Women and Self-Esteem: Understanding and Improving the Way We Think and Feel About Ourselves*. Penguin Books.
- Sivribaşkara, S. (2003), *Özsaygının Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi*, (Yüksek Lisans Tezi), Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Üniversitesi, Ankara.
- Şencan, H. (2005). *Sosyal ve Davranışsal Ölçümlerde Güvenilirlik ve Geçerlik*. Ankara: Seçkin Yayınları.
- Şimşek, O. F. (2007). *Yapısal Eşitlik Modellemesine Giriş, Temel İlkeler ve Lisrel Uygulamaları*. Ankara: Ekinoks Yayınları.
- Tozoğlu, E., Bayraktar, G., Aka, S T. ve Tatlısu, B. (2014) Studying the Effects of Sporting Habits on the Selfesteem of Disabled Individuals. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 8(2), 233-241.
- Tufan, B. ve Yıldız, S. (1993). Geri dönüş sürecinde ikinci kuşak Almanya'dan dönen öğrencilerin benlik saygıları ve ruhsal belirtileri. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Yayınları.
- Vincent, M.F. (1976) "Comparison of Self-concept of College Woman: Athletes and Physical Education Majors". *Research Quarterly*. 47, 218-225.
- West, S. G., Finch, J. F. and Curran, P. J. (1995). *Structural Equation Models with Nonnormal Variables and Remedies*. Akt: Hoyle, R.H. (Ed.) (1995). *Structural Equation Modeling: Concepts, Issues and Applications*, Sage: London.
- Weinberg, S. R.,Gould, D. (2007). *Foundation of Sportand ExercisePsychology*, Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.s40.
- Fennell M. (1997). Low self-esteem: A cognitive perspective. *Behav Cognitive Psychother*, 25, 1–25.