

**SPOR YAPAN ERGENLERDE AKRAN
BASKILARININ BENLİK SAYGISI
DÜZEYLERİNE ETKİSİ**

Esengül GÜNGÖZ

**Yüksek Lisans Tezi
Spor Yönetimi Anabilim Dalı
Doç. Dr. Emre BELLİ
2019
Her Hakkı Saklıdır**

T.C.
ATATÜRK ÜNİVERSİTESİ
KIŞ SPORLARI VE SPOR BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
SPOR YÖNETİMİ ANABİLİM DALI

Esengül GÜNGÖZ

SPOR YAPAN ERGENLERDE AKRAN BASKILARININ BENLİK
SAYGISI DÜZEYLERİNE ETKİSİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

TEZ YÖNETİCİSİ
Doç. Dr. Emre BELLİ

ERZURUM - 2019



T.C.
ATATÜRK ÜNİVERSİTESİ
KIŞ SPORLARI VE SPOR BİLİMLERİ
ENSTİTÜSÜ
TEZ BEYAN FORMU

05/07/2019

**KIŞ SPORLARI VE SPOR BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE
BİLDİRİM**

Atatürk Üniversitesi Lisansüstü Eğitim ve Öğretim Uygulama Esaslarının ilgili maddelerine göre hazırlamış olduğum " Spor Yapan Ergenlerde Akran Baskılarının Benlik Saygısı Düzeylerine Etkisi " adlı tezin/raporun tamamen kendi çalışmam olduğunu ve her alıntıya kaynak gösterdiğimi taahhüt eder, tezimin/raporumun kâğıt ve elektronik kopyalarının Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü arşivlerinde aşağıda belirttiğim koşullarda saklanmasına izin verdiğimi onaylarım:

Lisansüstü Eğitim ve Öğretim Uygulama Esaslarının ilgili maddeleri uyarınca gereğinin yapılmasını arz ederim *.

Tezimin/Raporumun tamamı her yerden erişime açılabilir.

Tezimin/Raporumun makale için altı ay, patent için iki yıl süreyle erişiminin ertelenmesini istiyorum.

05/07/2019

Esengül GÜNGÖZ

*** LİSANSÜSTÜ TEZLERİN ELEKTRONİK ORTAMDA TOPLANMASI, DÜZENLENMESİ VE ERİŞİME AÇILMASINA İLİŞKİN YÖNERGE**

.....
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

Çeşitli ve Son Hükümler

Lisansüstü tezlerin erişime açılmasının ertelenmesi MADDE 6– (1) Lisansüstü teze ilgili patent başvurusu yapılması veya patent alma sürecinin devam etmesi durumunda, tez danışmanının önerisi ve enstitü anabilim dalının uygun görüşü üzerine enstitü veya fakülte yönetim kurulu iki yıl süre ile tezin erişime açılmasının ertelenmesine karar verebilir.

(2) Yeni teknik, materyal ve metotların kullanıldığı, henüz makaleye dönüşmemiş veya patent gibi yöntemlerle korunmamış ve internetten paylaşılması durumunda 3. şahıslara veya kurumlara haksız kazanç imkanı oluşturabilecek bilgi ve bulguları içeren tezler hakkında tez danışmanının önerisi ve enstitü anabilim dalının uygun görüşü üzerine enstitü veya fakülte yönetim kurulunun gerekçeli kararı ile altı ayı aşmamak üzere tezin erişime açılması engellenebilir.

Gizlilik dereceli tezler MADDE 7– (1) Ulusal çıkarları veya güvenliği ilgilendiren, emniyet, istihbarat, savunma ve güvenlik, sağlık vb. konulara ilişkin lisansüstü tezlerle ilgili gizlilik kararı, tezin yapıldığı kurum tarafından verilir. Kurum ve kuruluşlarla yapılan işbirliği protokolü çerçevesinde hazırlanan lisansüstü tezlere ilişkin gizlilik kararı ise, ilgili kurum ve kuruluşun önerisi ile enstitü veya fakültenin uygun görüşü üzerine üniversite yönetim kurulu tarafından verilir. Gizlilik kararı verilen tezler Yükseköğretim Kuruluna bildirilir.

(2) Gizlilik kararı verilen tezler gizlilik süresince enstitü veya fakülte tarafından gizlilik kuralları çerçevesinde muhafaza edilir, gizlilik kararının kaldırılması halinde Tez Otomasyon Sistemine yüklenir.

F-83/00/22.12.2016

T.C.
ATATÜRK ÜNİVERSİTESİ
KIŞ SPORLARI VE SPOR BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
SPOR YÖNETİMİ ANABİLİM DALI

**SPOR YAPAN ERGENLERDE AKRAN BASKILARININ BENLİK
SAYGISI DÜZEYLERİNE ETKİSİ**

Esengül GÜNGÖZ

Tez Savunma Tarihi : 01...07./2019

Tez Danışmanı : Doç. Dr. Emre BELLİ (Atatürk Üniversitesi)

Jüri Üyesi : Doç. Dr. Orcan MIZRAK (Atatürk Üniversitesi)

Jüri Üyesi : Dr. Öğr. Üyesi M. Alparslan KURUDİREK
(Kafkas Üniversitesi)

Onay

Bu çalışma yukarıdaki jüri tarafından **Yüksek Lisans Tezi** olarak kabul edilmiştir.


Doç. Dr. Fatih KIYICI
Enstitü Müdürü

**Yüksek Lisans Tezi
ERZURUM - 2018**

İÇİNDEKİLER

ÖZET	III
ABSTRACT	IV
SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ	V
ŞEKİLLER DİZİNİ	VI
TABLolar DİZİNİ	VII
TEŞEKKÜR	IX
GİRİŞ	1

**BİRİNCİ BÖLÜM
GENEL BİLGİLER**

1.1. ERGENLİK DÖNEMİ VE GELİŞİMSEL ÖZELLİKLERİ	5
1.1.1. Ergenlikte Fiziksel Gelişim	5
1.1.2. Ergenlikte Duygusal Gelişim.....	6
1.1.3. Ergenlikte Sosyal Gelişim	7
1.1.4. Ergenlikte Benlik Saygısı ve Akran İlişkileri	8
1.2. AKRAN BASKISI VE ZORBALIK	10
1.2.1. Akran Baskısı Kavramı	10
1.2.2. Zorbalık	12
1.2.3. Akran Baskısı ve Zorbalığa Maruz Kalma	13
1.3. BENLİK SAYGISI	15
1.3.1. Kavramsal Olarak Benlik Saygısı.....	15
1.3.2. Yüksek ve Düşük Benlik Saygısı	16
1.3.3. Benlik Saygısı Gelişimini Etkileyen Faktörler	18
1.4. ERGENLİKTE BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR	19
1.4.1. Sporun Yararları	19
1.4.2. Bireyin Gelişim Döneminde Sporun Önemi	21
1.4.3. Benlik Saygısı Gelişiminde Spor.....	22
1.5. KONUYLA İLGİLİ ÇALIŞMALAR	24
1.5.1. Yurtiçi Çalışmalar	24
1.5.2. Yurtdışı Çalışmalar	26

İKİNCİ BÖLÜM GEREÇ VE YÖNTEM

2.1. ARAŞTIRMANIN MODELİ	29
2.2. EVREN VE ÖRNEKLEM	29
2.3. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI	32
2.4. VERİLERİN TOPLANMASI	34
2.5. VERİLERİN İSTATİSTİKSEL ANALİZİ	34

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR	35
TARTIŞMA	49
SONUÇ ve ÖNERİLER	55
KAYNAKLAR	57
EKLER	69
EK-1. MEB İzin Belgesi.....	69
EK-2. Kişisel Bilgi Formu.....	70
EK-3. Akran Baskısı Ölçeği.....	71
EK-4. Coopersmith Benlik Saygısı Envanteri.....	73
ÖZGEÇMİŞ	74

ÖZET

YÜKSEK LİSANS TEZİ

SPOR YAPAN ERGENDE AKRAN BASKILARININ BENLİK SAYGISI
DÜZEYLERİNE ETKİSİ

Esengül GÜNGÖZ

Tez Danışmanı: Doç. Dr. Emre BELLİ

2019, 86 sayfa

Bu araştırmanın amacı, çeşitli spor branşlarında aktif olarak yer alan ergenlerin, maruz kaldıkları akran baskılarının benlik saygısı düzeylerine etkisinin çeşitli sosyo-demografik değişkenler açısından incelenmesidir. Araştırma, tarama modelinde olup ilişkisel tarama yöntemi kapsamında değerlendirilmiştir. Araştırmanın evrenini Kars ilindeki liselerde öğrenim gören öğrenciler, örneklem grubunu ise Random (tesadüfi) yöntemiyle belirlenen okullardaki spor yapan (498) öğrenciler oluşturmaktadır. Spor yapan ergenlerin akran baskısı düzeylerini incelemek amacıyla, Esen tarafından geliştirilen Akran Baskısı Ölçeği ve öğrencilerin benlik saygısı düzeylerini incelemek amacıyla da, Coopersmith tarafından geliştirilen Benlik Saygısı Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmadan elde edilen verilerin analizinde frekans(f), yüzde(%), aritmetik ortalama(\bar{x}) ve standart sapma(s) gibi betimsel istatistikler, iki grubun karşılaştırılması için Mann Whitney U ve ikiden fazla grubun bulunduğu karşılaştırmalarda Kruskal Wallis H testi kullanılmıştır. Araştırmanın bulgularına göre spor yapan ergenlerin; cinsiyet, aile gelir düzeyi, anne eğitim düzeyi, baba eğitim düzeyi, kardeş sayısı, birlikte yaşadıkları aile üyeleri durumlarında farklılıklar görülmezken, sınıf, en uzun süre yaşadığı yerleşim birimi, sosyal olma durumları, boş zamanlarını değerlendirme durumlarına göre anlamlı farklılıkların olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Ergenlik, Spor, Akran Baskısı, Benlik Saygısı

ABSTRACT**MASTER THESIS****THE EFFECT OF ADOLESCENT SPORTS ON THE LEVEL OF SELF
ESTEEM OF PEER PRESSURE****Esengül GÜNGÖZ****Advisor: Assoc. Prof. Dr. Emre BELLİ****2019, 86 pages**

The aim of this study is to investigate the effect of adolescents who are actively involved in various sports branches on their self-esteem levels in terms of various socio-demographic variables. The research was conducted in the survey model and it was evaluated within the context of relational screening method. The population of the study consisted of the students studying in high schools in Kars province and the sample group consisted of randomly randomized (498) students. The Peer Pressure Scale developed by Esen and the Self Esteem Scale developed by Coopersmith were used in order to examine the level of self-esteem of the students. In the analysis of the data obtained from the research, descriptive statistics such as frequency (f), percentage (%), arithmetic mean (\bar{x}) and standard deviation (s), Mann Whitney U for comparison of the two groups and Kruskal Wallis H test were used in the comparison of more than two groups. According to the findings of the research; While there were no differences in terms of gender, family income level, mother education level, father's education level, number of siblings, family members living together, it was determined that there were significant differences according to the situation of class, settlement period, social status, leisure time.

Keyword: Adolescence, Sports, Peer Pressure, Self-Esteem

SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ

%	Yüzde
f	Frekans
n	Örneklem Büyüklüğü
P	Anlamlılık Derecesi (Manidarlık) (Significance)
r	Korelasyon Katsayısı
Sd	Serbestlik Derecesi
Ss	Standart Sapma
x	Aritmetik Ortalama

ŞEKİLLER DİZİNİ

Şekil 1.1. Spora Katılım ve Benlik Saygısı (Bowker, 2006).....23

TABLOLAR DİZİNİ

Tablo 1.1. Sporun Faydaları (Wankel ve Berger, 1990).	20
Tablo 2.1. Katılımcıların Demografik Özelliklerine İlişkin Bilgiler	29
Tablo 3.1. Katılımcıların Akran Baskısı Ölçeği ve Alt Boyutlarından ve Benlik Saygısı Ölçeğinden Aldıkları Genel Ortalamalara İlişkin Tanımlayıcı Bilgiler	35
Tablo 3.2. Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Akran Baskısı ve Benlik Saygısı Düzeylerinin Karşılaştırılması	35
Tablo 3.2. Yaş Değişkenine İlişkin Betimsel İstatistikler	36
Tablo 3.3. Katılımcıların Yaşlarına Göre Akran Baskısı ve Benlik Saygısı Düzeylerinin Karşılaştırılması	36
Tablo 3.4. Sınıf Değişkenine İlişkin Betimsel İstatistikler	37
Tablo 3.5. Katılımcıların Sınıflarına Göre Akran Baskısı ve Benlik Saygısı Düzeylerinin Karşılaştırılması	37
Tablo 3.6. Aile Gelir Düzeyi Değişkenine İlişkin Betimsel İstatistikler	38
Tablo 3.7. Katılımcıların Aile Gelir Düzeylerine Göre Akran Baskısı ve Benlik Saygısı Düzeylerinin Karşılaştırılması	39
Tablo 3.8. Anne Eğitim Durumu Değişkenine İlişkin Betimsel İstatistikler	39
Tablo 3.7. Katılımcıların Anne Eğitim Durumlarına Göre Akran Baskısı ve Benlik Saygısı Düzeylerinin Karşılaştırılması	40
Tablo 3.8. Baba Eğitim Durumu Değişkenine İlişkin Betimsel İstatistikler	40
Tablo 3.9. Katılımcıların Baba Eğitim Durumlarına Göre Akran Baskısı ve Benlik Saygısı Düzeylerinin Karşılaştırılması	41
Tablo 3.10. Kardeş Sayısı Değişkenine İlişkin Betimsel İstatistikler	41
Tablo 3.11. Katılımcıların Kardeş Sayılarına Göre Akran Baskısı ve Benlik Saygısı Düzeylerinin Karşılaştırılması	42
Tablo 3.12. En Uzun Süre Yaşanılan Yerleşim Birimi Değişkenine İlişkin Betimsel İstatistikler	43
Tablo 3.13. Katılımcıların En Uzun Süre Yaşadıkları Yerleşim Birimine Göre Akran Baskısı ve Benlik Saygısı Düzeylerinin Karşılaştırılması	43
Tablo 3.14. Yaşadıkları Aile Üyeleri Değişkenine İlişkin Betimsel İstatistikler	44

Tablo 3.15. Katılımcıların Yaşadıkları Aile Üyelerine Göre Akran Baskısı ve Benlik Saygısı Düzeylerinin Karşılaştırılması	44
Tablo 3.16. Sosyal Olma Durumu Değişkenine İlişkin Betimsel İstatistikler	45
Tablo 3.17. Katılımcıların Sosyal Olma Durumlarına Göre Akran Baskısı ve Benlik Saygısı Düzeylerinin Karşılaştırılması	45
Tablo 3.18. Boş Zamanları Değerlendirme Durumu Değişkenine İlişkin Betimsel İstatistikler	46
Tablo 3.19. Katılımcıların Boş Zamanlarını Değerlendirme Durumlarına Göre Akran Baskısı ve Benlik Saygısı Düzeylerinin Karşılaştırılması	47
Tablo 3.20. Akran Baskısı Ölçeği ile Benlik Saygısı Ölçeği Arasındaki İlişkinin Belirlenmesi için Yapılan Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları	47

TEŞEKKÜR

Yüksek lisans eğitimim boyunca tez çalışmamın planlanması ve yürütülmesinde desteklerini esirgemeyen danışman hocam sayın Doç. Dr. Emre BELLİ'ye, hayatım boyunca hep yanımda olan ve bu çalışmada da bana yol gösteren abim Doç. Dr Ali Dursun AYDIN'a, tez dönemim boyunca yardımını esirgemeyen ve her aşamasında emeği olan arkadaşım Dr. Hikmet TÜRKAY'a, araştırmama katkıda bulunup bilgilerini paylaşan Dr. Öğt. Üyesi M. Alparslan KURUDİREK'e bugünlere gelmemde en çok payı olan canım annem Gülten AYDIN ve babam Ahmet Turan AYDIN'a, dostluğuyla bana güç veren zorlandığımda beni motive eden arkadaşım Onur KIRMIŞ'a bu zaman diliminde yanımda olan ve beni destekleyen sevgili eşim Uğur GÜNGÖZ'e ve canım kızım Elif Öykü GÜNGÖZ'e sonsuz teşekkür ederim.

Esengül GÜNGÖZ

GİRİŞ

Ergenlik, fiziksel, psikolojik ve sosyal gelişimdeki değişiklikleri kapsayan çocukluk ve yetişkinlik arasındaki dönemdir (Casey, Jones ve Hare, 2008). Başka bir deyişle ergenlik dönemi puberte ile başlayan ve kimliğin kazanılması ile sonlanan çocuklukla genç yetişkinlik arasında bir dönemdir. 12-22 yaşlar arasında kapsayan fiziksel, psikolojik ve sosyal bir gelişme ve olgunlaşma sürecidir (Alisinanoğlu, 2002).

Ergenlik yılları birçok değişikliğin meydana geldiği yıllardır ve bu da bireyi fizyolojik ve psikolojik olarak ilginç bir gelişim sürecine itmektedir. Birey ergenlik döneminde, hızlı olgunlaşma farklılıklarını, toplumsal talepleri değiştirmeyi, çelişkili rol taleplerini, sosyal ilişkileri ve yeni eğitim beklentilerini tecrübe edinmektedir. Bu yoğun değişimler birçok araştırmacının ergenliği hem olumlu hem de olumsuz sonuçlar doğuran potansiyel bir mücadele dönemi olarak görmesine neden olmuştur. Bireylerin bazıları bu gelişim döneminden aşırı derecede “stres” yaşamadan geçerken, birçok kişi de bu dönemde çeşitli zorluklar yaşamaktadır (Blackwell, Trzesniewski ve Dweck, 2007).

Ergenlik aynı zamanda bireyin hangi türde ve hangi sıklıkta baskıya maruz kalma olasılığıyla ilgili önemli değişikliklerin meydana geldiği bir dönemdir. Ergen bireyler arasında akran baskısı ve zorbalığa uğrama ihtimalinde artış olmaktadır, çünkü ergenler zamanlarının çoğunu kendi akranlarıyla geçirmekte ve arkadaşlarıyla girdikleri yakın ilişkilerin sayısında artış meydana gelmektedir. Ayrıca, ergenler etrafındaki modellerin kendi saldırganlık dürtülerini nasıl dizginlediklerini gözlemleyerek ve onları takip ederek kendi davranış örneklerini de geliştirmektedirler (Gül ve Güneş, 2009). Ergenlerde belirlenmiş kurallara göre düşünmek ya da davranmak, ergenliğin önde gelen bir özelliği olarak kabul edilmektedir. Akran-grup ilişkileri ergen sosyalleşmesinin ayrılmaz bir parçasını oluşturmakta ve bireysel olarak bir kimlik duygusu geliştirmeyi kolaylaştırmaktadır. Akran baskısı, grup kurallarını sürdürmenin ve grup üyeleri arasındaki sadakatin korunmasının birincil mekanizması olarak düşünülmektedir (Clasen ve Brown, 1985).

Akran baskısı ve zorbalıkla ilgili birçok psikolojik araştırma yapılmıştır. Hem mağdurun hem de zorbalık tutumu sergileyen bireyin, kişiliğinin oluşmasında çevresi, akranları ve ebeveyn tutumlarının etkili olduğu savunulmuştur. Yapılan bazı

çalışmalarda ise zorbalığa maruz kalmış bireyin psikosomatik şikayetler, anksiyete ve depresyon yaşadığı, ayrıca, ergende yalnızlık, kendini çevreden soyutlama, konsantrasyon eksikliği ve benlik saygısında azalma gibi sorunların da ortaya çıktığını göstermiştir (Kaltiala-Heino, Rimpela, Rantanen ve Rimpela, 2000).

Benlik saygısı gelişiminde en etkili dönemlerden biri ergenlik dönemi olarak belirtilmektedir. Benlik saygısı, benlik kavramının bir parçası olarak kavramsallaştırılırken, bazı araştırmacılara göre benlik kavramının en önemli kısımlarından biridir. Benlik saygısının bu kadar önemli olması; yüksek benlik saygısına sahip bireylerin, topluma olumlu yönde katkı sağlamasından da kaynaklanmaktadır. Bu nedenle, bir bireyin öz saygısını (özellikle bir çocuk veya ergenin) yükseltmenin hem bireye hem de bir bütün olarak topluma yararlı olacağına dair yaygın bir düşünce vardır (Baumeister,1993).

Benlik saygısı genellikle her biri diğerlerinden bağımsız olarak ele alınan üç yolla araştırılmıştır. İlk olarak, benlik saygısı bir ‘sonuç’ olarak incelenmiştir. Burada, araştırmacılar benlik saygısını üreten veya engelleyen süreçlere odaklanmışlardır. İkincisi, benlik saygısı, insanların benlikle ilgili olumlu değerlendirmeleri sürdüren ya da arttıran şekillerde davranma eğilimine dikkat çekerek, bir içgüdü olarak araştırılmıştır. Üçüncüsü ise özgüven, zararlı etkenlerden koruma sağlayan, insanın kendisi için savunma mekanizması olarak kullanması şeklinde araştırılmıştır. Sonuç olarak benlik kavramı kimlik gelişiminin bir parçası olduğu kabul edilse de bu kavrama ilişkin ortak bir kanıya varılmadığı da görölmektedir (Cast ve Burke, 2002).

Bireye benlik saygısının kazandırılmasında önemli etkenlerden biri de sportif etkinlikler olmaktadır. Spor diğer etkinliklerle kıyaslandığında, bireyin hayati gereksinimleri ile zıtlaşan bir faaliyet olmayıp, bunun tam aksi amacı serbest olan ve bireyin sosyal ilişkilerini geliştiren bir etkinliktir. Bir sportif etkinliğe katılmada birey özgürce karar vermekte ve bu durum bireyin özgüveninin gelişimine katkı sağlamaktadır. Özellikle küçük yaşlarda sportif etkinliklere yönlendirilen çocuklar ileriki yıllarda akranlarına oranla bedensel, zihinsel, psikolojik ve sosyal olarak daha fazla gelişim gösterdikleri görölmektedir.

Problem Durumu

Spor yapan ergenlerde akran baskılarının benlik saygısı düzeyleri üzerinde etkisi var mıdır?

Alt Problemler

- Spor yapan ergenlerin yaşlarına göre bir farklılık var mıdır?
- Spor yapan ergenlerin cinsiyetlerine göre bir farklılık var mıdır?
- Spor yapan ergenlerin okudukları sınıf düzeylerine göre bir farklılık var mıdır?
- Spor yapan ergenlerin ailelerinin gelir düzeylerine göre bir farklılık var mıdır?
- Spor yapan ergenlerin anne eğitim düzeylerine göre bir farklılık var mıdır?
- Spor yapan ergenlerin baba eğitim düzeylerine göre bir farklılık var mıdır?
- Spor yapan ergenlerin kardeş sayılarına göre bir farklılık var mıdır?
- Spor yapan ergenlerin yaşadıkları yerleşim birimlerine göre bir farklılık var mıdır?

Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı, çeşitli spor branşlarında aktif olarak yer alan ergenlerin, maruz kaldıkları akran baskılarının benlik saygısı düzeylerine etkisinin çeşitli sosyo-demografik değişkenler açısından incelenmesi ve aynı zamanda bu araştırma ile ulusal ve uluslararası spor bilimleri literatürüne katkı sağlanmasıdır.

Araştırmanın Önemi

Benlik saygısı, bireyin kendisini değerlendirmesiyle oluşan cinsiyet, yaş, arkadaşlık ilişkileri, ekonomik durum ve sosyo-kültürel çevre gibi birçok faktörden etkilenen ve değişebilen bir kavramdır. Birey özellikle ergenlik döneminde artan enerjisiyle ve bir sosyal çevreye ait olma eğilimiyle bir arayış içinde olmakta ve birçok alana yönelebilmektedir. Bu yönelimlerin başında da spor gelmektedir. Sporun benlik saygısı üzerindeki etkisinin ne yönde olduğu araştırmacılar tarafından daima merak konusu olmuş ve bu durum da çalışmamızın önemini ortaya koymaktadır. Ayrıca literatür incelendiğinde direkt olarak spor yapan ergenlerde akran baskılarıyla benlik

saygısı düzeylerini ölçmeyi amaçlayan çalışmaya rastlanmaması da büyük önem teşkil etmektedir.

Sayıtlılar

Katılımcıların görüşmelerde anket sorularına samimi ve doğru bir şekilde cevap verdikleri varsayılmıştır.

Sınırlılıklar

- Araştırma, Kars ili ile sınırlandırılmıştır.
- Araştırma, spor yapan ergenler ile sınırlandırılmıştır.

Tanımlar

Akran Baskısı: Bireyin yaş gruplarının bireyi, kendi isteğinden bağımsız bir şekilde çeşitli davranışlara zorlanmasıdır.

Benlik Saygısı: Bireyin kendisinin yetenekli, önemli, başarılı ve değerli olduğuna hangi ölçüde inandığının bir tutum ve ifadesidir.

BİRİNCİ BÖLÜM

GENEL BİLGİLER

1.1. ERGENLİK DÖNEMİ VE GELİŞİMSEL ÖZELLİKLERİ

Bu bölümde çocukluktan yetişkinliğe geçiş arasındaki dönemi temsil eden ergenlik hakkında kapsayıcı bilgiler verilmiştir.

1.1.1. Ergenlikte Fiziksel Gelişim

Ergenlik, çocukluk ve yetişkinlik arasında bir geçiş aşamasıdır. Ergenlik, tatmin edici bir şekilde geçirilmediği takdirde, yetişkinlikte duygusal ve davranışsal sorunlara yol açabilen biyolojik, sosyal, duygusal ve bilişsel gelişim dönemidir. Genellikle 10 ile 13 yaşlarında başlayıp 18-22 yaş arasında sona ermekte ve erken ve geç ergenlik diye sınıflandırılmaktadır (Nicolson ve Ayers, 2004: 2).

Ergenliğin başlangıcı olan erinlik dönemine, kadınların genellikle 10–11 yaşlarında, erkeklerin ise 12–13 yaş civarında girdikleri kabul edilmektedir (Suat, 2011). Erinliğin başlangıcını genetik etkenler, beslenme, sağlık ve beden kitlesi gibi etmenler büyük ölçüde etkilemektedir (Parlaz, Tekgül ve Karademirci, 2012). Erinlik; çok hızlı ve ani biyolojik değişimlerin sonucunda, fiziksel ve cinsel olgunlaşmanın gerçekleştiği bir süreçtir. Bu süreçte, iskelet sistemi, beden boyutları ve oranları önemli ölçüde gelişir ve değişir (Dinç, 2010: 26). Psikolojik değişimleri de etkileyen hormonal sistem, ergenlik döneminin önemli uyarıcılarıdır (Garner ve Gains, 1996). Hipotalamus ve endokrin bezlerinden salgılanan hormonlar, ergenlik dönemi gelişim sürecini tetiklemektedir. Bu dönemde bireyler, cinsiyetlerine özgü fiziksel gelişmeler göstermekte ve aynı zamanda cinsel olgunluğa da ulaşmaktadırlar. (Kuhn, 2008: 6).

Ergenlik döneminde bireyin fiziksel gelişiminde gözle görülür şekilde büyük çaplı değişimler yaşanmaktadır. Ergenlik dönemi boyunca bireyler yaklaşık 25 cm. kadar uzamakta ve 20 kg. civarında da kilo almaktadırlar (Steinberg, 2009). Yine bu dönem cinsiyete ait özelliklerin kazanılması, cinsel organların gelişmesi, bedensel ölçülerinin ve oranlarının değişmesi, el ve ayaklarda orantısızlıklar, güç, hız, hareketler, bireyin etkinlik seviyesinde artışlar ve kadınlarda kalça ve göğüslerin büyümesi şeklindeki değişiklikler de göze çarpmaktadır (Hurlock, 1987: 113; Gürsu, 2011: 17).

Bedensel değişim ile birlikte, ergen kendi bedeni ile ilgili gizli bir uğraşıya girmekte ve başka bedenlerle kendi bedenini kıyaslamaktadır. Bedensel gelişmedeki değişimler bireyin kişilik gelişimi üzerine de önemli etkiler oluşturduğu, karmaşık ve aynı zamanda alt sistemlerden oluşan bedensel yapının, insan gelişimi için gerekli tüm işlev ve davranışları içerdiği ve bu durumun da bireyi bütünsel olarak etkilediği ifade edilmektedir (Çelik, 2018).

1.1.2. Ergenlikte Duygusal Gelişim

Duygular insanı insan yapan en temel unsurlardan biridir. Goleman'a göre duygu, "bir his ve bu hisse özgü belirli düşünceler, psikolojik ve biyolojik haller ve bir dizi hareket eğilimi" olarak tanımlanabilir. Bir başka tanımda duygu; günlük yaşamda karşılaşılan durumlarda duygusal olarak verilen tepkilerden daha öte, bireylerin çevreyle olan ilişkilerini sağlayan, bu ilişkileri devam ettiren ya da sonlandırabilen süreçler olarak ele alınmıştır (Campos, Campos ve Barrett, 1989).

Bireyi motive etmek, dikkatini yönlendirmek ve grup ilişkilerini kolaylaştırmak için duygular hayati işlevler sunmaktadır (Haviland-Jones, Rosario, Wilson ve McGuire, 2005). Ergenlerde duygusal gelişimde, duygusal dalgalanmalar yaşamakta öznel ve nesnel gerçeklik arasında gidip gelmektedirler. Ergenlerin duygularını yoğun olarak yaşadığı ve kendi deneyimleriyle fizyolojik, psikolojik ve sosyolojik süreçlerin sonunda anlamlandırmaktadırlar (Fischer, Shaver ve Carnochan, 1989).

Ergenlikte bireylerin göreceli olarak büyük bir duygu bilgisine ve yetkinliğe sahip olmaya başladıkları görülmektedir. Duygusal terimlerle ilgili geniş bir kelime hazinesine sahiplerdir ve duygular ile onları ortaya çıkaran durumlar arasındaki ilişkileri anlamak için çeşitli beceriler geliştirmektedirler. Başkalarının duygularını anlamaya ve duygusal değerlendirmelerdeki altkültürel senaryoları düşünme yetenekleri gösterip, duygusal öz denetim için stratejiler geliştirebilme yetisine sahip olurlar (Harris, Johnson, Hutton, Andrews ve Cooke, 1989). Duygusal bilgi ve duyguların yönetim becerileri, ergenlere yeni potansiyeller getirdiği düşünülmektedir. Gençlerin yeni bilgilerinin bir özelliğinin, karmaşık etkileşimli sistemlerle ilişkili olarak duyguları anlama kapasitesi olduğuna inanılmaktadır. Bunlar arasında, etkileşimli kişilerarası sistemler (benlik, diğerleri, sosyal gruplar), kültürel sistemler ve biyo-psikolojik

sistemleri bulunmaktadır. Ergenlerin bu farklı sistemler hakkında akıl yürütme yeteneği, örneğin insanların anlık duygularını kişiliklerinden ayırma, karmaşık kişilerarası duyguları (örneğin, gurur, utanç) karmaşıklaştıran kültürel koşulları anlamak ve daha iyi değerlendirmek için onlara izin vermektedir (Lerner ve Steinberg, 2009: 155).

Ergenlerin zihin gelişimiyle ortaya çıkan gelişimsel bir değişim olan benlik ve bireylerarası duyguların yönetiminde daha fazla yönetimsel kontrol geliştirdiğine inanılmaktadır (Keating, 2004). Ergenlerin, olumsuz duyguların düzenlenmesinde ve olumlu duyguların geliştirilmesinde üst bilişsel stratejiler edinme potansiyeli ergenlik dönemi boyunca gelişmektedir. Böylece, örneğin, duyguları ifade etme duygularını başkalarını etkilemek, güçlü duyguların varlığında kişisel ilişkilerini müzakere etmek ve duygularıyla başa çıkma stratejilerinde daha olumlu gelişimler göstermektedir (Larson ve Brown, 2007).

1.1.3. Ergenlikte Sosyal Gelişim

Sosyalleşme, bireyin standartlarının, becerilerinin, tutumlarının, davranışlarının ve davranışlarının, toplumdaki mevcut ve gelecekteki rolü için arzu edilen ve uygun olanlara uygun olarak değiştiği bir süreçtir. Aileler, akranlar, okullar ve medya dâhil olmak üzere, sosyalleşme sürecinde birçok temsilci rol oynamaktadır. Ayrıca, bu çeşitli sosyalleşme etkenlerinin bağımsız olarak değil de birlikte işlev gördüğü bilinmektedir (Parke ve Buriel, 2008: 95).

Ergenlik, sosyal farkındalık ve davranışların derin bir değişim geçirdiği, sosyal ve psikolojik gelişim dönemidir (Burnett ve diğ., 2009). Ergenlik, sosyal benliğin, kişinin kimliğinin ve benliğin sosyal dünya ile ilgili olarak anlaşılmasının bir gelişme ve güçlenme dönemidir. Araştırmalar, çocukların giderek daha fazla bilinçli göründüğünü ve ergenlik döneminden geçerken başkalarının görüşleriyle ilgilendiğini göstermektedir (Choudhury, Blakemore ve Charman, 2006). Ergenlerin, aile, akranlar ve toplumla olan ilişkileri bu süre zarfında belirgin değişimler geçirir. Ergenler bu dönemde duyguları, kararları ve eylemleri üzerinde daha özerk bir kontrol sağlamaya ve ebeveyn kontrolünden ayrılmaya başlarlar. Aynı zamanda, okul bağlamı, ergenlerin sınıf arkadaşlarının, öğretmenlerin ve diğer toplumsal etkilerin bakış açılarının giderek daha

fazla farkına vardıkları yoğun bir sosyalleşme sürecini içerir (Blakemore ve Choudhury, 2006).

Çocukluk ve yetişkinlik arasında sıkışan ergen, toplumsal olarak bir erişkin gibi muamele görmemekte, kendini kabul ettirememekte ya da ebeveynleri ve akranları tarafından isteklerine uyulması için baskı görebilmektedirler (Musaoğlu ve Güre, 2005). Bu nedenle ergen, ebeveynleri ve diğer yetişkinler arasında, hızlı bir sosyal değişimin etkisiyle de değerler arasında çatışma yaşamaktadır. Ergenlerin kişiliklerini oluştururken özdeşleşme yoluyla bağlanıp kendilerine model alabilecekleri yakın gelişim alanlarını büyük ölçüde ailesi, akran grubu ve okulu oluşturmaktadır. Bu gelişim alanları (aile, akran grubu ve okul) aynı zamanda sosyalleşmenin de üç ana kaynağını oluşturmaktadır (Gürsu, 2011: 30).

Ergenlik dönemi ile birlikte çocuğun yaşamında bir etken olan akran grupları, toplumsallaşma açısından da önemli bir işlevi yerine getirmekte ve ergenin bu gruplarda toplumsal yaşama ilişkin bir takım kuralları yaşayarak öğrenebildiği önemli bir unsuru da temsil etmektedir (Kulaksızoğlu, 1998). Bireyin ergenlik döneminde kurduğu sosyal ilişkiler, bireye güven duygusu kazandırmakta, bireyin saygınlığını ve yaratıcılığını artırmakta ve kendini gerçekleştirmesine katkı sağlamaktadır. Özellikle ergenler, toplumda saygınlık kazanma ve bir statü elde etmeye gereksinim duymaktadırlar. Bu kapsamda yapılan araştırmalarda, yarışma, gösteri, sanatsal ve sportif faaliyetler gibi toplumsal etkinliklere katılan ergenlerin, kendilerini akranlarından daha farklı ifade ettikleri, güçlü sosyal ilişkilerinin olduğu ve katılım duygularının yoğunlaştığı belirlenmiştir (Çay, 2011: 11-12).

1.1.4. Ergenlikte Benlik Saygısı ve Akran İlişkileri

Ergenlik döneminde bireydeki fiziksel, duygusal, sosyal değişimlerle birlikte benlik saygıları düzeylerinde de farklılıklar ortaya çıkmaktadır. Benlik saygısı karmaşık bir konudur ve kişiliğin bir işlevi veya bir bileşeni ve bir kişinin kimliği ve farkındalığı olarak görülebilir. Çoğu insan, kendilerine ve başkalarına karşı olumlu veya olumsuz bilişsel, duygusal ve davranışsal tepkilere sahiptir. Bu durum aynı zamanda cinsiyete, aileye ve içinde bulunulan sosyal yaşama göre de değişiklik göstermekte ve ergenlik döneminde birey üzerinde büyük etkiler bırakmaktadır.

Araştırmalar, ergenlik döneminde kadınların benlik saygılarının erkeklere göre daha düşük olduğunu çünkü kadınların daha bilinçli olduklarını ve kendilerini erkeklerden daha az saygınlıkta gördüklerini gözlemlemişlerdir (Rosenberg ve Simmons, 1975; Simmons, Blyth, Van Cleave ve Bush, 1979). Ayrıca bu araştırmalarda, kadınların benlik saygılarındaki düşüşün ortaokuldan liseye geçiş aşamasında yoğunlaştığı üzerinde durulmuştur (Hill ve Lynch, 1983).

Ergenlik dönemindeki bireylerin benlik saygılarındaki düşüş, bireyin yaşadığı fiziksel değişimlere (kilo alma, yüzde çıkan sivilceler ve vücut memnuniyetsizliği) ve sosyal yaşam geçişlerine bağlanmaktadır (Örneğin; yeni bir okula geçiş gibi). Bu geçiş aşamalarında ergenler, benlikleri hakkında daha kaygılı ve daha fazla olumsuz düşünceye sahip oldukları ile ilişkilendirilmektedir. Ayrıca bu dönemdeki benlik saygısı düşüşlerinde kadınların düzeyleri erkeklere oranla daha düşük oldukları belirtilmektedir (Pipher, 1998).

Benlik saygısındaki cinsiyet farklılıkları hakkındaki 200'den fazla kişi üzerindeki verileri içeren araştırmada, benlik saygısı düzeylerinde cinsiyete göre farklılıkların olduğunu ve erkekler lehine bir ortalama puan olduğunu ortaya koymaktadır. Erkeklerin vücutlarıyla daha barışık oldukları, vücutlarındaki değişimi beğendikleri ve kendilerini daha çekici hissetmeleriyle yakından ilgili olduğu açıktır. Kadınlardaki benlik saygısı düşüşünün durum ise, kadınların kendi algılarının kısmen ergenlik döneminde meydana gelen fiziksel değişimlere bağlı olduğu görülmektedir (Kling, Hyde, Showers ve Buswell, 1999). Ayrıca ergenlerin yaşlarına göre farklılıklara bakıldığında da, geç ergenlik döneminde (15-18 yaş aralığı) bireylerin daha düşük benlik saygısına sahip oldukları gözlemlenmiştir. Araştırmalar, cinsiyetteki bu farklılıkların etnik kökenlere dayanan yansımalarına baktıklarında; Afrika ve Amerikalı bireyler arasında da farklılıklar olduğunu ve Amerikalı ergenlerin benlik saygısı düzeylerinin Afrikalı ergenlere oranla daha yüksek olduğunu tespit etmişlerdir. Ergenlerdeki benlik saygısı düzeylerinin etkisi, onların akranlarıyla kurdukları ilişkiler üzerinde de etkili olduğu görülmektedir (Simmons, Burgeson, Carlton-Ford ve Blyth, 1987).

Ergenlik döneminde bireylerin akranlarıyla arkadaşlık deneyimleriyle ilgili araştırmalarda (Bukowski, Newcomb ve Hoza, 1987; Connolly ve Konarski, 1994), kadınların arkadaşlıkları tipik olarak erkeklerden az sayıda (ikili ve üçlü gruplar

halinde), daha derin ve daha birbirine bağımlıdır; dahası, arkadaşlıklarında kadınlar daha fazla empative samimi ilişkileri sürdürme arzusu ve yeteneği ortaya koymaktadır. Erkekler ise ergenlik döneminde, ilgi duydukları samimi ve daha büyük bir grup arkadaşlığına rağmen, spor gibi çeşitli etkinliklere ve hobilerine daha fazla vakit ayırmakta ve önem vermektedirler. Ayrıca erkeklerin akranlarıyla kurdukları ilişkilerde, daha baskın olma eğiliminde oldukları gözlemlenmektedir (Lerner ve Steinberg, 2009: 236).

Kadınların yaşadığı akran ilişkilerinde daha büyük yakınlık, romantik duygulara uzanmaktadır. İsraili ergenler üzerinde yapılan bir araştırmada, kadınların romantik ilişkilerinin erkeklerden daha uzun sürdüğü ve bu ilişkilerde daha yüksek düzeyde duygusal yoğunluğun yaşandığı bildirilmiştir. Oysa erkeklerde, akranlarıyla ilişkilerde, birlikte daha fazla oyun oynama üzerine yoğunlaştıkları görülmüştür (Shulman ve Scharf, 2000). Ergenlerin ilişkilerinde toplumsal cinsiyet rollerine paralel davranışlar sergiledikleri; kadınların daha duygusal ve daha empatik, erkeklerin ise güçlü, agresif ve tek başına ayakta durabildikleri gözlemlenmiştir (Lerner ve Steinberg, 2009: 239).

1.2. AKRAN BASKISI VE ZORBALIK

Bu bölümde bireyin yaş gruplarının kendi isteğinden bağımsız bir şekilde çeşitli davranışlara zorlanması olan akran baskısı ile ilgili kapsamlı bilgiler verilmiştir.

1.2.1. Akran Baskısı Kavramı

Akran, sözlük anlamı olarak “yaşça denk, yaşıt” manasına gelmektedir. Başka bir ifadeyle akran, aynı yaşta bulunan bireylerin oluşturduğu yaş grupları ve yapılan işlerde denk olmayı tanımlamaktadır (Aktuğ, 2006: 24).

Akran grupları, ergenlere anne - babadan bağımsızlığı, kendini değerli ve güvende hissetmeyi, akranlarının onu onaylamasını ve kabulünü sunar. Ergenler için akranları tarafından kabul edilme, beğenilme ve onlara uyum sağlama çok önemlidir ve bu nedenle ergenler bazen sırf arkadaşlarına uyum amacıyla istenmeyen davranışlar gösterebilirler (Esen, 2003). Ergenlik döneminde gelişen arkadaşlık, çocukluk döneminden daha karmaşık, daha özel ve istikrarlı olmaya meyillidir. Ergenlerin ilişkilerinin türleri (karşı cins, romantik ilişkiler) ve seviyeleri (en yakın arkadaş,

gruplar ve kalabalık) ortaya çıkar ve ergenler çok samimi ve derin arkadaşlıklar için kapasitelerini geliştirmeye başlarlar (Savage, 2009).

Akran, bireyi olumsuz yönde etkileyebileceği gibi özellikle ergenlik döneminde olumlu davranışlar kazanılması hususunda katkı da sağlayabilir; yeterli ve dengeli beslenme, düzenli fiziksel egzersiz yapma alışkanlıklarının kazanılması, ders çalışmak, ders dışı etkinliklere katılmak, toplumsal yardım faaliyetleri düzenlemek, müzik ve spor gibi konularda arkadaşların cesaretlendirici etkisi olabilir. Bu nedenle çocukların ve ergenlerin doğru yönlendirilmeleri önemlidir. Akranların doğru davranışları kazanmaları konusunda anne-babaların ve öğretmenlerin yönlendirici olmaları ve iyi model olabilmeleri faydalı bir yaklaşım olabilir (Altın, 2018: 24).

Ergenlik döneminde yoğunlaşan kabul görme, bağlanma ve ait olma gibi gereksinimler, gencin akran gruplarının kontrolüne girmesine neden olabilmekte ve bu kontrol aynı zamanda akran baskısını da beraberinde getirebilmektedir. Akran baskısı, yetişkinler tarafından korkudan sinmek olarak anlaşılabilir çünkü akran baskısına kelime olarak olumsuz çağrışımlar yüklenmiştir. Birçok araştırmacı tarafından da benzer şekillerde tanımlamalar yapılmıştır. Akran baskısını, bireyin isteyip istememesinin önemli olmadığı, bir şey yapmaktan kaçınmak veya bir şeyi yapmak için akranlarından gelen baskı olarak tanımlamışlardır (Şahin, 2011: 28). Ergenlik dönemine girmenin yol açtığı biyolojik ve psikolojik değişimler ergenlerde bağımsızlığı artırır. Bu nedenle anne-babadan ayrılma ve bağımsızlık elde ederek bir kimlik edinme isteği duyar. Yalnız başına kalmanın verdiği güvensizlik içinde akran ve arkadaş gruplarına olan yakınlık, onların değerleri ile kurallarının öncelik kazanması, baskı ve yönlendirmeleri; ergenin saldırgan davranışlar sergilemesine neden olabilmektedir (İnan, 2017: 15). Aynı zamanda araştırmalar, akran baskısının sadece ergene bireysel zarar vermekle kalmayıp okul atmosferinde de ciddi etkileri olduğunu ortaya koymaktadır (Whitney ve Smith, 1993).

Bireyin akran gruplarıyla adaptasyonunun üç yönü ile antisosyal davranış üzerindeki etkisi açıklanabilmektedir: Kişilerarası etkileşim ile akran ilişkileri, okuldaki akran grubunu kabul, arkadaşlık seçimi ile etkileşim (Buss, 1987). Akran gruplarıyla etkileşimi bu üç yönü ile birbiriyle ilişkili görülmektedir ve aynı zamanda birey, akran

gruplarıyla bu etkileşim sonucunda davranışlarında sapmalar görülerek antisosyal davranışlara yönelebilmektedir (Dishion, Patterson ve Griesler, 1994).

1.2.2. Zorbalık

Bir zamanlar büyümenin “normal” bir parçası olarak kabul edilmesine rağmen, zorbalığa maruz kalmak hem ulusal hem de uluslararası olarak çocuklara zarar vermek olarak kabul edilmektedir.

Zorbalığın tanımı nedir? Genel olarak, zorbalık davranışının üç bileşeni vardır. Birincisi, kabadayı, kurbanda fiziksel, sosyal veya duygusal olarak zarar vermek veya zarar vermek için tasarlanmış bir davranış sergilemektedir. Bu, sadece vurmak, tekmelemek veya delmek (erkeklerde daha yaygın olan) gibi doğrudan veya açık saldırganlığı değil, aynı zamanda alay, dışlama ve yayılma söylentileri yoluyla bireyin ilişkilerini manipüle etme ve zarar verme gibi ilişkisel veya dolaylı zorbalık biçimlerini de içerir (kadınlarda daha yaygın olan). İkincisi, zorbalık davranışı gerçekleştiğinde zorbalık, kurbandan daha fazla güce sahipken, güç dengesizliği olmalıdır. Son olarak, zorbalığın “bilimsel” tanımlamasını bulmak için davranış zaman içinde tekrar tekrar yapılmalıdır (Tarshis, 2010: 59).

Akran zorbalığı tanımlanacak olursa; kışkırtma unsuru olmaksızın aralarında fiziksel ya da psikolojik açıdan güç eşitsizliği olan çocuklardan güçlünün, karşı tarafa bilerek ve isteyerek, niyetli, kasıtlı, sistemli bir biçimde belli zaman aralıkları ile uyguladığı, zorbalığa maruz kalan öğrenciye korku, endişe veya zarar vermeyi amaçlayan fiziksel, sözel, psikolojik saldırıyı kapsar.

Zorbaca davranışlar; sözlü, fiziksel veya ilişkisel olabilir. Sözlü zorbalık; alay etmek, isim takmak, bireyin onurunu zedeleyip küçük düşürmek, hakaret ve tehdit etmek şeklinde açıklanabilir. Fiziksel zorbalık; vurmak, tekmelemek, tırmalamak, çelme takmak, tükürmek gibi davranışları içerirken ilişkisel zorbalık ise; görmezden gelmek, dışlamak, yok saymak, yabancılaştırmak, uygunsuz hareketler yapmak, dedikodu yapmak, düşmanca bakışlar sergilemek, kişisel eşyalarını saklamak veya bunlara zarar vermek şeklindedir. Zorbalık etkisiyle kişi kendisini tehdit altında, aşağılanmış ve yaralanmış hissederek özgüveni azalır ve bireyde stres ve depresyon oluşabilir (Arslan, 2009).

Zorba ve kurban olma ile ilgili araştırmalar, zorbalığa dahil olmanın kendini güvensiz hissetme, okula düşük bağlılık hissi, düşük psiko-sosyal uyum ile, madde bağımlılığı ve alkol kullanımı ile anlamlı ilişkiler gösterdiğini ortaya çıkarmıştır. Aynı araştırmalar, kurban olma deneyimlerinin depresyon, intihar düşüncesi ve girişimi riskiyle psikopatoloji ve okuldan uzaklaşma ile benlik saygısı, depresyon ve durumluk kaygı ile ve madde bağımlılığı ile anlamlı ilişkiler gösterdiğini de ortaya çıkarmıştır. Benzer şekilde, zorba tutumun sosyal kabullenme-sosyal hoş görüszüzlük ve temiz kalplilik vicdanlılık, kendi kendine yarar sağlama gibi kişilik özellikleri ile de negatif yönde ilişkiler gösterdiği görülmüştür (Aypay, Durmuş ve Aybek, 2016).

1.2.3. Akran Baskısı ve Zorbalığa Maruz Kalma

Bireyin davranışının bir tehdit karşısında değişmesi ve zoraki etkilenmesi akran baskısı değil zorbalık olarak ifade edilmektedir. Neredeyse herkes kabadayı olmanın ne demek olduğunu bilir ve muhtemelen her birey zorbalığa maruz kalmıştır (maruz kalmak veya zorbalık eylemlerine şahit olmak yoluyla).

Zorbalık, akran baskısından farklıdır ve zorbalığı durdurmak için genellikle daha aşırı müdahaleler gerekir. En yaygın kabul gören zorbalık tanımı üç bileşen ile bütünlüşmektedir. İlk olarak, zorba kurbanı zarar vermek amacıyla bir şeyler yapmak zorunda hisseder kendisini ve bu zarar fiziksel veya duygusal olabilir. İkincisi, zorba ve kurban arasında güç dengesizliği olmalı, zorba daha yüksek bir güce sahip olmalıdır. Bu durum yine bireye fiziksel veya sosyal zararlar verebilir. Son olarak, mağdurun zarar vermesi amaçlanan eylemler zorba tarafından sık sık tekrarlanabilir. Tüm bu kriterler ile karşılaşıldığında bireyin zorba veya mağdur olduğu kabul edilir (Elliott, 2004: 4).

Akran baskısına teslim olmanın en büyük risk faktörlerinden biri de, bireyin kendisi hakkında ne hissettiğidir. Kendine güvenmekten yoksun kalan ve kendi başlarına karar vermekten korkan gençler, akran baskısına direnmekte sorun yaşamaktadırlar. Kendi kararlarını vermekte kendine güvenememekte, başkalarının tavsiyelerini almaya veya diğer akranlarının kabul edilme çabası içinde ne yaptıklarını takip etmeye daha yatkın olmaktadır. Bu durum bireyin benlik saygısı düzeyinin düşük olduğunu göstermektedir. Çünkü özgüveni yüksek bireyin, diğer insanların ne

düşündüğünü önemseme ihtimali daha düşüktür, akran baskısı ve zorbalığa daha az duyarlı hale gelmektedir (Field, 2007: 159).

Aile üyeleriyle yakın ilişkisi olmayan gençlerin de, akran baskısına maruz kalma riski yüksektir. Bu, genellikle, anne ve babayla yakın bir bağlantı kurmak anlamına gelir, ancak bu boşluğu giderebilecek başka aile üyeleri de olabilir. Bu ilişkilerin en önemli özelliği iletişimdir ve birey ailesiyle iletişim kurarak karşılaştığı zorlukların üstesinden onların destek ve tavsiyeleriyle gelebilmektedir. Aileleriyle bu açık iletişime sahip ergenler, akran baskısından daha az etkilenmektedir (Tarshis, 2010: 6).

Akran baskısı ve zorbalıkla başa çıkabilme

Akran baskısı ve zorbalığın olumsuz etkilerinin üstesinden gelebilmek için ebeveynlerin ve okulun, gençlerin davranışlarına rehberlik etmek ve onların yetişkinliğe geçişlerini desteklemek ve etkili stratejiler oluşturmak için bir araya gelmeleri gerekmektedir. Dikkat edilmesi gereken bazı stratejiler:

1. Gençlerin, olumlu akran ilişkilerini geliştirmek ve olumsuz baskıları engellemek için yetenekleri ve özgüvenleri beslenmelidir. Kendine güvenen ve kendi kararlarını alabilecek bir pozitifliğe sahip ergenlerin, başkalarının olumsuz etkisi altında kalma olasılıkları daha düşük olacaktır.
2. Yetişkinler ve gençler arasındaki olumlu ilişkiler teşvik edilmelidir. Ebeveynler, akrabalar ve öğretmenler gençler ile yapıcı ilişkiler kurmaya çalışmalıdır.
3. Gençleri olan aileler için ebeveyn eğitim programlarını desteklenmelidir. Ebeveynlerin, ergen akran gruplarının dinamikleri ve gençlerin akran ilişkilerinde karşılaştıkları talep ve beklentiler hakkında daha iyi bilgilendirilmeleri gerekmektedir.
4. Gençler, olumsuz davranışlara direnmek ve yapıcı kararlar almak için gerekli becerilerle donatılmalıdır. Ergenler, belirli davranışlarda bulunup bulunmama, akran baskısına izin verip vermeme ve başka zor kararlar alma durumlarıyla karşılaşmaları kaçınılmazdır. Durumu analiz etmek ve uygun kararı vermek için gençlere gerekli becerilerin verilmesi önemlidir (Savage, 2009: 17-18).

1.3. BENLİK SAYGISI

Bu bölümde benlik değeri ile kendine güvenmenin veya bireyin kendini kabulünün kişisel ve bütünsel duygularını ifade eden benlik saygısı ile ilgili bilgiler verilmiştir.

1.3.1. Kavramsal Olarak Benlik Saygısı

Benlik saygısı, bireyin kendisini yeterli, önemli, güvenli olarak algılama derecesi ve kendisine karşı pozitif veya negatif tavrını içermektedir (Baybek ve Yavuz, 2005). Başka bir deyişle; benlik saygısı, benlik-değerinin, kendine güvenmenin veya kendini kabulün kişisel ve bütünsel duygularını ifade etmektedir. Benlik saygısı, bireylerin kendilerini nasıl algıladıklarına, ne ölçüde değer verdiklerine ya da saydıklarına dair bir saygının temelini temsil etmektedir (Sorensen, 1998: 7).

Benlik saygısı, bireyin normal ve sağlıklı gelişimi için vazgeçilmez, hayatta kalma değeri veren, kısacası yaşam sürecine önemli bir katkı sağlayan temel insan ihtiyacıdır. İnsan yaşamında olumlu benlik saygısı olmaksızın psikolojik büyüme bodurlaşmakta, yaşamın olumsuzluklarına karşı dayanıklılık da azalmaktadır. Olumlu benlik saygısı, aslında, bağışıklık sistemi olarak, direnç, güç ve dejenerasyon için bir kapasite sağlama görevi görmektedir. Benlik saygısı, hayata ve yaşamın gereksinimlerine uygun olduğumuz deneyimdir. Daha spesifik olarak, benlik saygısı:

1. Düşünme ve yaşamın zorluklarıyla başa çıkma becerimizdeki güven.
2. Mutlu olma hakkımıza güven, layık olma, ihtiyaçlarımızı ve arzularımızı iddia etme ve çabalarımızın meyvelerini alma hakkına sahip olma duygusu
(Branden, 1992: 9).

Benlik kavramı bir defada gelişen bir durum değildir; ergenlik ve yetişkinliğin başlarında son derece önemli olan dinamik ve yaşam boyu devam eden bir süreç içerisinde gelişir. Bireyin diğer bireylerle etkileşiminden ya da kendi duygu ve düşüncelerimizle iç diyalogumuzdan ortaya çıkmaktadır. Disiplin ve sevgi aracılığıyla anne-babadan, uygun davranışı gösterme baskısıyla yaşatlardan, başarı ya da başarısızlıkla okul yaşantılarından ve birçok farklı olaylardan da etkilenmektedir (Özşaker, 2008: 27).

Son olarak, bireylerin yapısal fırsatlar oluşturarak veya öz doğrulama bağlamları yaratarak benlik saygılarını korumaları veya arttırmaları beklenmektedir (Swann, 1990). İnsanlar, kimliklerini doğrulayabilecekleri ve kendi kendini doğrulamanın sorunlu olduğu durumlardan (ve gruplardan) kaçınabilecekleri fırsatlar (ve bunları sağlayan gruplar) aramaktadırlar. Bu çabalar, bireylerin benlik saygılarını yönetmelerine ve korumalarına yardımcı olmaktadır. Bu şekilde benlik saygısı, davranış için yön veren, örgütleyen ve sağlayan öz-motivasyon olarak görülmektedir. Bu tür çabalar sadece bireye hizmet etmekle kalmaz, aynı zamanda grup ilişkilerinin oluşumunu ve sürdürülmesini de sağlar (Cast ve Burke, 2002).

1.3.2. Yüksek ve Düşük Benlik Saygısı

Benlik saygısı, bir süreklilik olarak görülmelidir ve yüksek, orta ya da düşük olabilir ve genellikle bu durum ampirik araştırmalarla ölçülebilmektedir. Benlik saygısının hem yüksek hem de düşük seviyeleri, bireyler için sosyal zararları olabilmektedir (Turkay ve Gökyürek, 2015).

Benlik saygısı kendi kendine saygıyı tanımlamanın üç yolundan oluşan tanımların bir tipolojisidir. İlk ve en temel tanım, özgüvenini belli bir tutum olarak nitelemektir. Belirli bir nesneye yönelik tutulan diğer herhangi bir tutumda olduğu gibi, bu da olumlu veya olumsuz bilişsel, duygusal ve davranışsal reaksiyonları içerebilmektedir. İkinci tür bir tanım, tutarsızlık fikrine dayanmaktadır. Özellikle, kişinin istediği benlik ("ideal" benlik) ile kişinin şu anda içinde bulunduğu ("gerçek" veya "algılanan" benlik) benlik arasındaki tutarsızlıktır. Bu iki algı ne kadar yakınsa, bireyin özgüveninin o kadar yüksek olduğu düşünülür ve ikisi arasındaki fark arttıkça benlik saygısı da artar. Kendini tanımlamanın üçüncü yolu, bir insanın tek başına tutumlarından ziyade kendine ya da kendine karşı tuttuğu psikolojik tepkilere odaklanır. Bu tepkiler genellikle düşük, orta ve yüksek benlik saygısı düzeylerini belirleyen modeller olarak tanımlanır (Mruk, 2006: 10-11).

"Düşük benlik saygısı" modeli için, benlik saygısı düşük bireyler, daha az otoriter, daha esnek ve kişisel eksiklikleri kabul etmekte daha açıkken, benlik saygısı yüksek olan bireyler inkar savunmalarını kullanma ve kendileri hakkında olumsuz yorumları bastırma eğilimindedir. "Orta düzey benlik saygısı" modeli, öz saygının uç noktalarının

en iyi ayarlanmış (ters-U ilişkisi) olduğu kavisli bir ilişkiyi destekler (Karmos ve Karmos, 1981).

Benlik saygısı düşük olanlar, ortak bir noktaya sahiptirler - bir düzeyde, temelde yanlış bir şeylerin olduğu düşünülen bir korku yaşarlar ve sevilemezler veya kabul edilemezler mi diye merak ederler. Bu yaygın duygu, düşük benlik saygısının gelişmesinde temeldir, ancak insanlar bazen bunun bilincinde olmayabilir ve bunu sorgulamak istemezler. Bununla birlikte, aynı zamanda, kendilerini arkadaşlarının, ailesinin ve iş arkadaşlarının önünde tutabilirler veya kendi kendilerini sabote etme davranışları sergileyebilirler (Mecca, Smelser ve Vasconcellos, 1989: 24).

Düşük benlik saygısının, bireysel eksikliklere ve bireyin hayatında birçok fırsatı kaçırmaya neden olduğu kabul edilmektedir. Daha da önemlisi, düşük benlik saygısının, zihinsel bozuklukların tanısal bir kriteri veya ilişkili özelliği olarak tanımlandığı gerçeğini reddetmek de zordur (O'Brien, Bartoletti, Leitzel ve O'Brien, 2006).

Yüksek benlik saygısına ilişkin görüşler; bireylerin kendilerine değer verdiklerini, kendilerinden hoşlandıklarını, becerilerine ve yeteneklerine güvendiklerini göstermektedir. Bu görüşün örtük yanı ise, yüksek benlik saygısına sahip bireylerin kendi değer yargılarının sürekli doğrulama gerektirmeyen sağlam temellere dayanmasıdır. Dahası, kendilerine özgü değer yargılarının, yaşamın kaçınılmaz olarak onlara sunduğu her olumsuz deneyim ile sorgulanmadığı veya değiştirilmediği düşünülmektedir (Tice, 1991). Araştırmalar düşük benlik saygısının yüksek düzeyle karşılaştırıldığında, yüksek benlik saygısının potansiyel olarak olumlu etkilerini arttırmak için kendi kendine hizmet etme özniteliklerini ve kendi kendini engellemenin daha muhtemel olduğunu göstermiştir (Fitch, 1970).

Öte yandan, bir bireyin öz saygısı ne kadar istikrarlı olursa, kendine özgü olumlu veya olumsuz olaylara karşı o kadar az tepki gösterecektir. İstikrarlı bir yüksek benlik saygısı, kendini kabul etme ve kendini beğenme ile karakterize olmaktadır. Diğer bir ifadeyle istikrarlı yüksek benlik saygısı ve olumlu benlik duyguları, güvenli bir temel oluşturduğu için ayrıca bir destek gerektirmez. Sonuç olarak, yüksek benlik saygısına sahip bireyler, olumlu benlik duygularını sürdürmeye ve geliştirmeye, ayrıca olumsuz benlik duygularını da en aza indirmeye çabalamaktadırlar (Kernis, 2013: 63).

1.3.3. Benlik Saygısı Gelişimini Etkileyen Faktörler

Her insan, değerlendirilebilir sayısız sosyal deneyime ve etkileşime maruz kalmakta, ancak bunlardan sadece bazıları insanların benlik saygıları üzerinde önemli bir etkiye sahip olmaktadır. Bunlar, sosyal taahhütleri (toplumsal nitelikleri veya kimlikleri temel alan önemli sosyal ilişkiler), kişisel özelemlerinden (rol model aldıkları kişiler) veya kişisel kaygılarından (olmasını istemedikleri türden kişilikler) oluşabilmektedir (Owens, Stryker ve Goodman, 2006: 304).

Bir bireyin kendi hakkındaki görüşü doğar doğmaz oluşmaya başlar. Anlatılan şeylere, yaşadığı özel durumlara ve nasıl muamele edildiğine bağlı olarak, “benliğin” bir resmi ortaya çıkar. Eğer övülür ve teşvik edilirse, muhtemelen sağlıklı bir özgüven geliştirmeye başlar; ancak, sürekli olarak eleştirilirse, alay edilirse veya doğru şeyler yapamayacağı söylenirse, yetkinliğini ve yeterliliğini sorgulamaya başlar. Duyguları göz ardı edilirse, kendisini önemsiz hissetmeye başlar; eğer utanırsa, kendini değersiz hissetmeye başlar (Sorensen, 1998: 8).

Birey, başkalarının kendisine yönelik bakış açılarından derin bir şekilde etkilenecek onların tutum ve değerlendirmelerini kendi benlik saygısının bir parçası olarak algılamaktadır. Bununla birlikte toplumsal değerlerin içselleştirilmesi de benlik saygısını etkilemektedir. Birey için önem verilen alanlar ve özellikler benlik saygısını etkileyen bir diğer etken olarak karşımıza çıkmaktadır. Eğer birey belirli bir alana ya da bir değer yargısına önem vermiyorsa, bu bireyin psikolojik merkezinde olmayacaktır ve benlik saygısını da etkilemeyecektir. Bu kapsamda bireyin önemseydiği alanda başarılı olması da benlik saygısını etkileyebilmektedir. Başarısının nedenlerini kendi davranışları ile açıkladığında benlik saygısı yüksek ve olumlu yönde etkilenecektir (Orr ve Dinur, 1995).

Düşük benlik saygısı başarısızlıkların ve diğer sorunların bir sonucu olarak ortaya çıkmaktadır. Bazen uzun süren maddi sıkıntı, kalıcı hastalık, bir çeşit bozulmaya neden olan bir kaza, kronik ağrı, ilişki sorunları veya başka bir sorun ve stresli yaşam koşullarının bir sonucu olabilmektedir. Bazen bir problem uzun bir süre boyunca yaşandığında, birey cesaretini kaybetmekte ve kendine güven azalarak düşük özgüven gelişmektedir (Kirkcaldy, Shephard ve Siefen, 2002). Ayrıca bireyin benlik saygısı sosyal yaşam, etnik köken, aile yapısı, fiziksel görünüm, sağlık durumu, yaşam tarzı,

ikamet ettiği yer, üyesi olduğu sosyal gruplar ve sanatsal ve sportif başarılar da dahil olmak üzere sayısız farklı sınıflandırma ve kategorilerden etkilenmektedir (Rosenberg, 1981).

Benlik saygısının bir diğer kısmı, kendine özgü bir kişisel olgu olan benliğin sosyal bir ürün olduğu gözlemdir. Benlik saygısı, belirli bir kültür, sosyal yapı ve kurumsal sistemin matrisinde kendi özel şekline ve biçimine ulaşır. Bireyin kendisi hakkındaki görüşü içsel olsa da, kendisini düşündüğü zaman gördüğü ve hissettiği şey büyük ölçüde sosyal yaşamın ürünüdür (Wells, 2001).

1.4. ERGENLİKTE BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR

Bu bölümde bireylerin fiziksel, zihinsel, duygusal ve sosyal yönden gelişimlerini sağlayan, bilgi, beceri ve liderlik yeteneklerini geliştiren aynı zamanda bireyin benlik saygısı gelişimine katkılar sunan spor ile ilgili bilgiler verilmiştir.

1.4.1. Sporun Yararları

Spor; insanları hem ruhen hem fikren ve bedenen olgunlaştıran, geliştiren en az yorgunluğa karşılık en çok fayda sağlayan jimnastik, oyun ve spor faaliyetlerini içine alan bir ilim olarak tanımlanmaktadır. Başka bir tanıma göre ise spor; sosyal gerekliliklerine uygun olarak, insanın biyolojik potansiyelinin geliştirilmesi amacı ile yapılan çeşitli fizik egzersizlerinin tümünü değerlendiren ve sistematik olarak sürdürülen etkinlik olarak da tanımlanmıştır (Yıldız, 2015: 21). Sporun insan sağlığına çok sayıda yararı bulunmaktadır; her gün düzenli yapılan bedensel egzersizlerin sağlık için önemi daha da büyümektedir. Egzersizler; kasların, kemiklerin, eklemlerin, kalp-damar sistemi ve fonksiyonlarının en uygun şekilde çalışmasını sağlamaktadır (Demir ve Filiz, 2004).

Fiziksel aktivite ve spor yapmanın hangi yaşta olursa olsun insan sağlığına iyi gelmesi, sosyalleşmeyi ve girişkenliği artırması gibi sayısız farklı işlevi vardır. Eğitimin bir parçası olan spor, top oynayan ilkökul çağındaki bir çocuktan tutun milyonlarca dolarlık bir beyzbol takımına kadar içinde yaşadığımız toplumun bir parçası önemli bir odak noktası ve merkezidir (Chandler, Vamplew ve Cronin, 2007: 1).

Spor, bireylerin fiziksel, zihinsel, duygusal ve sosyal yönden gelişimlerini sağlayan, bilgi, beceri ve liderlik yeteneklerini geliştiren bir araçtır, insanın kendi kendisini disipline etmesine, karşılaşacağı psikolojik ve fizyolojik sorunların üstesinden gelmesine yardım eder (Uysal, 2012: 4). Spor aynı zamanda çok önemli bir kitle eğitim vasıtasıdır, insan bedenini fizikî yönüyle geliştirdiği gibi oyunlar, hareketler, yarışmalar vasıtasıyla aynı zamanda insan seciyesini, egosunu, davranış niteliğini, psişik yapısını belirleyen yeni bir bilim dalıdır (Çelik ve Şahin, 2013).

Spor yapmak çocuklar ve gençler arasında fiziksel aktivite seviyesini artırabilir. Bu durum oldukça önemlidir çünkü gelişmiş ülkelerde gençlerin çoğunluğu fiziksel olarak etkin değildir. Kanada’da 6-19 yaşları arasındaki bireylerde yapılan bir araştırmaya göre, haftada 6 gün boyunca önerilen 60 dakikalık orta şiddetli fiziksel aktiviteyi, erkeklerin sadece %9'unun ve kadınların %4'ünün yaptığı tespit edilmiştir (Holt, Kingsley, Tink ve Scherer, 2011).

Fiziksel etkinliklerin özellikle çocuklar ve gençlerin gelişimine olumlu katkıları vardır. 5-17 yaşları arasındaki kişilere günde en az 60 dakika orta veya kuvvetli aktiviteler gerçekleştirmeleri önerilir. Bu aktivite seviyesinin çocuklar ve gençler tarafından düzenli olarak sürdürülmesi, fiziksel uygunluğun artmasına, vücut yağ oranının azalmasına, kardiyovasküler sisteme, metabolik hastalık riskinin düşürülmesine, gelişmiş kemik sağlığına depresyon ve anksiyete durumlarının iyileştirilmesine katkı sağlar (Eime, Young, Harvey, Charity ve Payne, 2013).

Tablo 1.1. Sporun Faydaları (Wankel ve Berger, 1990).

Kişisel Gelişim	Sosyal Uyum	Sosyal Değişim
Fiziksel yararlar: • Kardiyovasküler • Kas gücü • Kas dayanıklılığı • Esneklik • Kemik yapısı • Kilo kontrolü Psikolojik yararlar: • Kaygı azaltma • Depresyon önleme	Sosyalleştirme Gruplar arası ilişkiler Toplumsal bütünleşme	Eğitsel kazanımlar Sosyal statü Sosyal hareketlilik

1.4.2. Bireyin Gelişim Döneminde Sporun Önemi

Sağlıklı nesillerin yetiştirilmesinde bir eğitim şekli olan spordan faydalanmak gereklidir. Sporun bedeni; ruhi gelişimi sağladığı göz ardı edilmemeli çocukların kadın erkek ayırımı yapmadan kabiliyetleri doğrultusunda spora yönlendirilmelidir. Zira spor, kişinin sağlığını korur, kendisine güvenini, cesaretini arttırır, başarıyı, yenilgiyi, umudu ve paylaşmayı öğretir. Ani karar verme yeteneğini, dikkatini, koordinasyon gücünü geliştirir (Hergüner, 1991).

Bireyin gelişiminde ergenlik dönemi kritik dönemdir. Ergenlerin spora katılımları son yıllarda artmış, düzenli fiziksel aktivitelerin ve daha spesifik olarak yapılan sporların yararlı olduğu ve gelişime olumlu etkiler yaptığı kanıtlanmıştır. Spora katılımın, ergenlerin genel fiziksel aktivite seviyelerine önemli katkı sağladığı ayrıca obezite riskini ve diğer hastalık risklerini de azalttığı görülmüştür (Siesmaa, Blitvich, Telford ve Finch, 2011: 1).

Spor, fiziksel gelişimin yanı sıra sosyal ve psikolojik gelişim açısından da çok önemlidir. Birey spor yoluyla çevresini tanır, iletişim kurar, kendine olan özgüveni artar, toplum içindeki sahip olduğu yerini sağlamlaştırır (Özdenk, 2018). Spor yapmak insana farklı yönlerden katkı sağlar. Örneğin, bir spor dalıyla uğraşmak bireyde güçlü bir kimlik duygusu, sosyal güven, sosyal destek ve aidiyet duygusu geliştirir (Soundy, Roskell, Stubss ve Probst, 2015). Kişilik eğitiminde etkisi olan spor aynı zamanda organizmanın bütünlüğüne dayalı olup eğitimin vazgeçilmez bir parçası ve bütünlüğüdür. Başka bir ifadeyle kişilerin gelişimsel etmenleri göz önüne alınarak toplum önünde sağlıklı, mutlu, dengeli ve güzel ahlaklı bireyler olabilmesini sağlar. Sporun bir diğer önemli işlevi de topluma uyumlu, ruh ve beden bütünlüğü tam olup güvence altına alınabilen, sağlıklı bireyler yetiştirmektir (Çırak, 2017: 35). Spor, bireyin kendi dar dünyasından kurtularak başka ortamlarda, başka kişilerden, inançlardan, düşüncelerden insanlar ile diyalog içinde bulunmasını, onlardan etkilenmesini ve onları etkilemesini sağlamaktadır. Bu yönü ile sporun, yeni dostlukların kurulmasına, pekiştirilmesine ve sosyal kaynaşmaya destek sağladığı bireyin sosyal becerilerini geliştirmesi ve duygusal kontrolü kazanması açısından da doğal bir çevre yarattığı ifade edilebilir (Çepikkurt ve Fındık, 2017).

1.4.3. Benlik Saygısı Gelişiminde Spor

Beden eğitimi ve sporun insanlara hem fiziksel hem de ruhsal sayısız katkısı vardır. Spor ergenlerin kendisi ve başkalarıyla bütünleşmesine katkıda bulunur, akıl ve beden gelişimini sağlar. Fiziksel aktiviteler özgüveni olumlu yönde artırır, sosyal ve bilişsel gelişimi akademik başarıyı ve özsaygıyı geliştirir (Bailey, 2006).

Spor yapmanın olumlu benlik gelişmesine katkısının olduğu, benlik saygısının yüksek olmasının da spor alanında başarılı olmayı sağladığı öne sürülmektedir. Fiziksel yönden yeterli düzeyde beden imgesine sahip bireylerin, yüksek düzeyde olumlu benlik kavramlarına sahip olması beklenir (Erşan, Doğan ve Doğan, 2009).

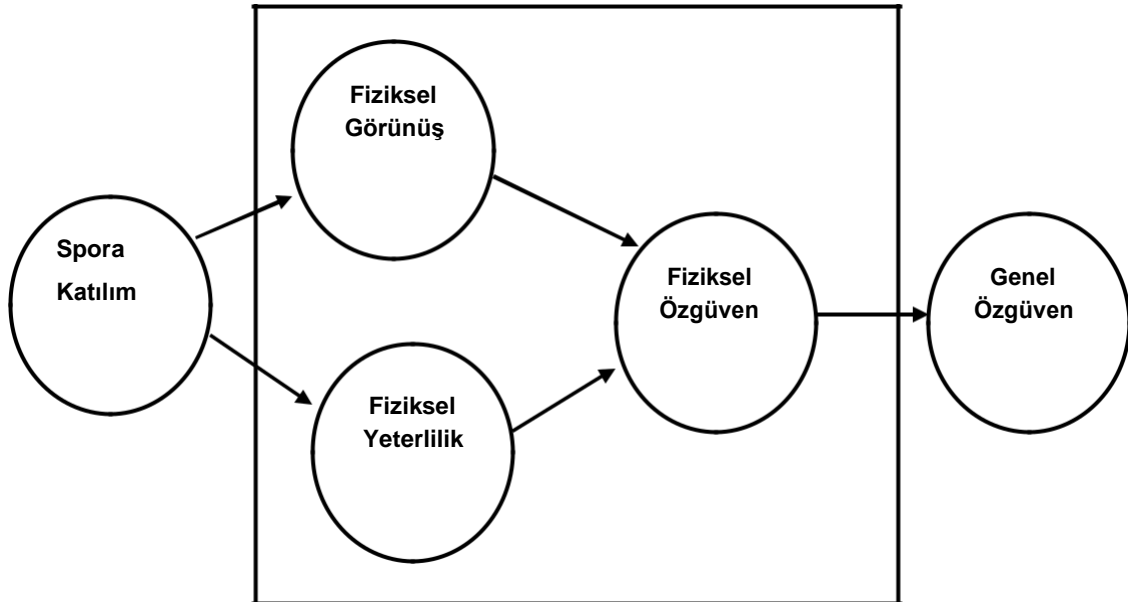
Spor, ekonomik, sosyal ve kültürel kalkınmanın temel ögesi olan insanın beden ve ruh sağlığını geliştirmek, kişiliğin oluşumunu, karakter özelliklerinin gelişimini sağlamak, bilgi, beceri ve yetenek kazandırarak çevreye olan uyumunu kolaylaştırmak, kişiler, toplumlar ve uluslar arası dayanışma ve kaynaşmayı sağlamak, kişinin mücadele gücünü arttırmak yanında belli kurallara göre rekabet ölçüleri içerisinde mücadele etme, heyecan duyma, yarışma ve yarışmada üstün gelme maksadıyla yapılan faaliyetlerdir (Yetim, 2000). Spor ve fiziksel aktiviteye katılımın fiziksel özelliklerin yanında insanların kişilik ve benlik saygısı gelişimleri üzerine de bazı etkileri olduğu bilinmektedir. Bu yönü ile sporun, insanların dar dünyalarından kurtularak başka ortamlara, diğer insanlarla farklı diyaloglar kurmalarına, bunların sonucunda diğer insanlardan etkilenmelerine olanak sağlayan bir olgu olduğuna vurgu yapılmıştır. Kişinin söz konusu ortam ve yaşam döngüsü içerisinde de spor yolu ile kişilik ve benlik saygılarının gelişiminin destekleneceği belirtilmiştir (Salar, Hekim ve Tokgöz, 2012).

Bazı gelişim teorileri, orta-geç çocukluk döneminde, çocukların özgüvenleri için spora katılımının önemine işaret etmektedir. Erikson (1963), bu gelişim dönemindeki çocukların aşağılık evresinde olduğunu ileri sürmüştür. Bu aşamada, öz yeterlilik kazanma çabası psikolojik bir krizdir. Nitekim benlik saygısının gelişimi konusundaki daha yeni teoriler, bu dönemin çocukların öz yeterliliklerinin yanı sıra öz değerlendirme, yeteneklerinin farkına varma gibi özelliklerinin de ortaya çıkabileceğini göstermektedir. Bu teoriler, çocukların öz saygı ve becerilerini artıracak etkinliklerde geçirilen sürenin, çocukların bu dönemdeki yeteneklerine odaklanmalarını sağlaması,

kendi kişilik gelişimlerine katkıda bulunması açısından kritik bir dönemdir (Slutzky, Sandra ve Simpkins, 2009).

Periodik, düzenli çalışmalar şeklinde yapılan sporun aerobik, caz dansı, jogging gibi kendini mutlu hissetmeyi, kendini değerli hissetmeyi, yaşamdan zevk almayı ve kendine güven artırıcı heyecan ve gerginliği, sinirli davranışları, ilgisizliği, boş vermişliği azaltıcı etkileri vardır. Kendini iyi hissetme daha çok kişisel alışkanlıklarla sporun yarattığı bir duygudur (Suveren, 1995: 8). Düzenli fiziksel aktivitenin önemli bir etkisi de psikolojik ve zihinsel sağlık üzerindeki etkisidir. Sporun zihinsel sağlık için etkili bir tedavi olduğu ve genel popülasyonda pozitif refah ve benlik saygısına olumlu etkiler sağladığı bilinmektedir (Fox, 1999).

Benlik saygısı gelişiminde sporun rolü büyüktür. Sporla ilgili aktivitelere katılımın özellikle ergenlik döneminde benlik saygısının azalmaması konusunda koruyucu rol oynadığı ileri sürülmüştür. Bununla birlikte, spora katılım, birinin fiziksel benliğiyle ilgili hislerini arttırırken (örneğin hızlı koşabilirim), genel duygularında da önemli değişikliklere yol açar. Yani, spor faaliyetlerine katılmak, fiziksel yeterlilik ve fiziksel görünüm ile ilgili memnuniyet duygularını arttırırken genel benlik saygısını da önemli ölçüde geliştirir (Bowker, 2006).



Şekil 1.1. Spora Katılım ve Benlik Saygısı (Bowker, 2006).

Ergenlik döneminde yapılan fiziksel aktivitenin gençlerin kendilerin daha sağlıklı ve formda hissetmelerinin yanı sıra, şimdiki ve ileri yaşlarındaki beden sağlıkları açısından da yararlı olduğu bildirilmiştir. Spor ve fiziksel etkinliklerle stres, kaygı ve depresyon düzeyi arasında ters orantılı; benlik saygısı ve kendilik algısı ile doğru orantılı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Ayrıca düzenli egzersiz yapan ergenlerin anne-babalarıyla daha az çatışma yaşadığı, daha az depresif belirti ve madde kullanımı tanımladığı, akademik başarılarının ortalamasının üstünde olduğu belirtilmiştir. Sporun bilinen bu olumlu etkileri kimi zaman ruhsal hastalıkların tedavisinin bir parçası durumuna gelmesini sağlamıştır (Karakaya, Ağaoğlu ve Coşkun, 2006).

1.5. KONUYLA İLGİLİ ÇALIŞMALAR

Bu bölümde ergenlik, akran baskısı ve benlik saygısı ile ilgili yapılan yurtiçi ve yurtdışı araştırmalardan örnekler verilmiştir.

1.5.1. Yurtiçi Çalışmalar

Ülkemizde ergenlik, akran baskısı ve benlik saygısı ile ilgili bazı çalışmaların yer aldığı görülmektedir.

Acar ve Kılınç (2017) araştırmalarında; akran baskısıyla başa çıkma konusunda hazırlanan psikoeğitim programının lise öğrencilerinin akran baskısı düzeylerine etkisini incelemişlerdir. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre uygulanmış olan psikoeğitim programı, öğrencilerin olumsuz akran baskısı düzeylerini olumlu yönde etkilediğini, deney grubundaki öğrencilerin akran baskısı düzeylerinde düşüş olduğunu gözlemlemişlerdir.

Aktuğ (2006) araştırmasında; öğrencilerin cinsiyetlerine göre akran baskısı düzeyleri ve benlik saygıları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre öğrencilerin cinsiyetine göre genel benlik saygısı, aile benlik saygısı ve akademik benlik saygısı puan ortalamalarının akran baskısı düzeyine göre anlamlı olarak farklı olduğu, ancak cinsiyetin bu ortalamalar açısından bir fark yaratmadığı gözlenmiştir. Sosyal benlik saygısı puanlarının cinsiyete göre farklılaştığı da gözlenmiştir.

Yıldırım (2007) araştırmasında; şiddete başvuran ve başvurmayan ergenlerin yalnızlık düzeyleri ve akran baskısı düzeyleri açısından incelemiştir. Araştırma sonucunda şiddete başvuran ergenlerin akran baskısı düzeyleri şiddete başvurmayan ergenlere göre daha yüksek bulunmuştur.

Esen (2003) araştırmasında; akran baskısı düzeyi ve cinsiyetleri farklı lise öğrencilerinin risk alma davranışı ve okul başarısı arasındaki farkları incelemiştir. Araştırma sonucunda elde edilen bulgulara göre akran baskısı ile risk alma davranışı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu ve risk alma davranışının akran baskısı düzeyi ve cinsiyete göre farklılaştığı görülmüştür. Aynı zamanda araştırmanın sonuçları, akran baskısı ile okul başarısı arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunduğunu ve okul başarısının akran baskısı düzeyine göre farklılaştığını ancak cinsiyetin bu değişimde etkili olmadığını göstermiştir.

Turkay (2015) araştırmasında; ekonomik sıkıntılar nedeniyle ailesine destek için çeşitli işlerde çalışıp sokaklarda yaşamak zorunda kalan, spor yapamayan çocuklar ile kulüp düzeyinde spor yapabilen çocukların benlik saygısı düzeylerinin karşılaştırılması ve sporun benlik saygısı üzerindeki etkisini incelemiştir. Araştırmada sonuç olarak; çalışma ve spor yapma, cinsiyet, evde kendilerine ait oda, sınıf düzeyleri, anne-baba eğitim ve gelir düzeyi durumlarına göre anlamlı farklar tespit edilmiş ve spor yapan öğrencilerin benlik saygısı puanlarının yüksek olduğu görülmüştür.

Gökturna (2018) araştırmasında; sporcu kimliğine sahip lise öğrencilerinde akran ilişkileri ve akran zorbalığını incelemiştir. Katılımcıların, sporcu kimlikleri ve akran ilişkileri arasında pozitif, orta düzeyde ve anlamlı, sporcu kimlikleri ve zorbalık eğilimleri arasında negatif yönde, düşük ve anlamlı olmayan, akran ilişkileri ve zorbalık eğilimleri arasında negatif yönde ve orta düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Gün (2006) araştırmasında, spor yapan ve spor yapmayan 12-14 yaş aralığındaki ergenlerin, benlik saygıları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre spor yapanlarla spor yapmayanların psikosomatik belirtiler puanları arasında, ters yönlü anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Spor yapanların ve yapmayanların sosyo-demografik özelliklerinden; ergenlerin ait olduğu sosyo-ekonomik düzeyler ile benlik saygısı arasında, pozitif anlamlı ilişkiler bulunmuştur.

Güztepe (2017) araştırmasında; spor yapan ve yapmayan ergenlerdeki benlik saygısı ve içe dışa dönüklük kişilik yapılarını incelemiştir. Çalışma sonunda elde edilen bulgulara göre, spor yapmanın benlik saygısına pozitif yönde etkisinin olduğu görülmüştür.

1.5.2. Yurtdışı Çalışmalar

Yurtdışında ergenlik, akran baskısı ve benlik saygısı ile ilgili bazı çalışmaların yer aldığı görülmektedir.

Brown, Clasen ve Eicher (1986) akran baskısı ile ilgili yaptıkları çalışmada, spor ortamında bireylerin akran baskısına boyun eğme ve akran baskısıyla uyuşturucu madde kullanımı, şiddet gibi suçlu davranışlara yönelmelerini incelemiştir. Araştırma sonuçları; spor katılımcısı bireylerin akran baskısına daha az maruz kaldıklarını ve yanlış davranışları takip etmede isteksiz olduklarını göstermiştir.

Alley ve Hicks (2005) araştırmalarında; ergen katılımcılar için üç sporda dalında cinsiyet açısından bir baskının olup olmadığını ve bireylerin hangi spor dalına yöneldiklerini incelemiştir. Araştırmada bağımsız değişkenler olarak; yaş, ırk, cinsiyet, haftalık çalışma saati, yıllık yarışma / performans sayısı, spor ve özgüven alınmıştır. Sonuç olarak kadınların akran baskısı ile bale ve tenise yöneldikleri, erkeklerin ise daha çok karate branşına yöneldikleri gözlemlenmiştir.

Leff ve Hoyle (1995) araştırmalarında; ergenlerin tenis branşına katılımlarında aile ve akran baskısının pozitif yönünü incelemiştir. Ergen tenisçiler, ebeveynlerinin tenis katılımına etkilerini, tenis katılımından zevk almalarını, öz saygılarını ve tenis katılımına ilişkin duyguları hakkındaki düşüncelerini belirtmişlerdir. Kadınlar ve erkekler anne-baba ve akranlarından benzer destekler almışlardır. Hem kadınlar hem de erkekler için algılanan ebeveyn ve akran desteği, tenis katılımının ve özgüveninin keyfini çıkarması ile pozitif olarak ilişkili olmuştur.

Hellstedt (1990), 13 yaşındaki 104 kayak sporcusunun ebeveyn ve akranlarının kayak yapmaya katılımlarıyla ilgili baskılarını içeren bir araştırma yapmıştır. Araştırma; ergenlerin rekabet edebilmeleri için ebeveyn ve akranlarının baskı derecesi algıları, spora katılımın devam etmesi, ebeveyn performans değerlendirmesi ve sporcuların duygusal tepkileriyle ilgili bulguları özetlemektedir. Sonuçlar, hem ebeveyn ve akran

baskısı hem de sporcunun duyuşsal tepki algısında önemli farklılıklar olduğunu göstermektedir. Genel olarak, hem erkek hem de kadın sporcuların çoğunluğu, hem spor yapmak için hem de spordan çekilmemek için olumlu bir baskı algılamışlardır.

Welk, Corbin ve Lewis (1995) araştırmalarında; spor yapan lise öğrencilerinin fiziksel şartlanma, spor yetkinliği, güç ve vücut çekiciliği algıları ile benlik saygısı düzeylerini incelemişlerdir. Aktif spor yapan 542 lise öğrencisi üzerinde yürütölen bu çalışmada, öğrencilerin özellikle fiziksel performans algısı ve benlik saygısı düzeylerinin araştırmanın diğer değişkenlerine göre daha güçlü bir algıya sahip oldukları sonucuna varmışlardır.

Whitehead ve Corbin (1997) araştırmalarında; fiziksel aktivite ve spora katılım bağlamında çocukların benlik saygısı düzeylerindeki gelişimi incelemişlerdir. Araştırma sonucunda, motivasyon ve benlik saygısının ayrılmaz bir şekilde birbirine bağlı olduğu, fiziksel aktivitenin çocukların özgüvenine olumlu faydalar sağlayabileceğini ve aynı zamanda en çok arzulanan motivasyon biçimlerini kolaylaştırabileceğini gözlemlemişlerdir. Ayrıca araştırmacılar, çocukların fiziksel aktiviteye katılımlarının artırılmasının çocukların benlik saygısı, özgüven ve motivasyon düzeylerine olumlu etki edeceğini, aile, öğretmen ve antrenörlerin de spora katılımı rehberlik etmelerini önermişlerdir.

Bowker (2006) çalışmasında; fiziksel benlik saygısının olası aracılık rolüne özel bir ilgi göstererek, spor katılımı ve benlik saygısı arasındaki bağlantıları, 382 ortaokul öğrencisinin katılımıyla incelemiştir. Araştırmacı, spora katılım ile özgüven ve benlik saygısı gelişiminin cinsiyet açısından farklılık göstermediğini ve her iki cinsiyet değişkeninde de olumlu etkileri olduğu sonucuna varmıştır.

Pedersen ve Seidman (2004) araştırmalarında, ergen kadınların takım sporu başarılarının benlik saygısı gelişimine katkılarını incelemişlerdir. Katılımcılar genel öz saygı, takım sporları başarıları ve atletik öz değerlendirmelerle anket sorularını cevaplamışlardır. Çalışmanın analiz sonuçları; genç kadınların erken ergenlik dönemindeki takım sporları başarı deneyimlerinin, orta ergenlikteki benlik saygısı ile pozitif ilişkili olduğunu göstermiştir.

Yapılan bu çalışmalarda akran baskısı ve benlik saygısı ile ilgili kapsamlı araştırmalar yapıldığı fakat spor yapan ergenlerde akran baskısının benlik saygısı

düzeilerine etkisini içeren geniş kapsamlı bir çalışmanın olmadığı görölmektedir. Bu durum "Spor Yapan Ergenlerin Akran Baskılarının Benlik Saygısı Düzeilerine Etkisi" araştırmasının önemini ve alana katkısını bir kez daha öne çıkarmaktadır.

İKİNCİ BÖLÜM

GEREÇ VE YÖNTEM

Bu bölümünde araştırma modeli, evren ve örneklem, veri toplama araçları, verilerinin toplanması ve verilerin istatistiksel analizi ile ilgili bölümlere yer verilmiştir.

2.1. ARAŞTIRMANIN MODELİ

Bu araştırma, nicel araştırma yöntemlerinden tarama modelinden yararlanılarak hazırlanmıştır. Tarama modelleri, çok sayıda elemandan oluşan evrende, bu evren hakkında genel bir yargıya varmak amacıyla, evrenin tümü ya da ondan alınan bir grup, örnek ya da örneklem üzerinden yapılan tarama düzenlemeleridir. Genel tarama modelleri ile tekil ya da ilişkisel taramalar yapılabilir. Bu araştırmada da, ilişkisel tarama modeli uygulanmıştır. İlişkisel tarama modelinde, korelasyon türü ilişki aranan araştırmalarda, değişkenlerin birlikte değişip değişmediği, birlikte bir değişme varsa bunun nasıl olduğu öğrenilmeye çalışılmaktadır (Karasar, 2008: 77).

2.2. EVREN VE ÖRNEKLEM

Araştırmanın evrenini, Kars ilindeki liseler (anadolu lisesi, mesleki teknik anadolu lisesi, fen lisesi,güzel sanatlar lisesi,sağlık meslek lisesi) örneklem grubunu ise Kars ilindeki liselerde öğrenim gören Random (tesadüfi) yöntemiyle seçilmiş spor yapan (14-19 yaş aralığında 498 öğrenci) öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırma grubunu oluşturan öğrencilere ait bilgiler Tablo 2.1' de gösterilmiştir.

Tablo 2.1. Katılımcıların Demografik Özelliklerine İlişkin Bilgiler

Cinsiyet	N	%
Erkek	220	44,2
Kadın	278	55,8
Sınıf	N	%
9.Sınıf	75	15,1
10.Sınıf	99	19,9
11.Sınıf	137	27,5
12.Sınıf	187	37,6
Ailenizin Gelir Durumu?	N	%
Düşük Gelir	51	10,2
Orta Gelir	372	74,7
Yüksek Gelir	75	15,1

Anne Eğitim Durumu	N	%
İlkokul	157	31,5
Ortaokul	145	29,1
Lise	132	26,5
Üniversite	51	10,3
Lisansüstü	13	2,6
Baba Eğitim Durumu	N	%
İlkokul	69	13,9
Ortaokul	132	26,5
Lise	176	35,3
Üniversite	101	20,3
Lisansüstü	20	4,0
Kardeş Sayısı	N	%
Kardeşim Yok	24	4,8
1 Kardeş	99	19,9
2 veya 3	223	44,8
4 veya 5	115	23,1
6 ve üzeri	37	7,4
Yaşanılan Yer	N	%
Köy	80	16,1
İlçe	51	10,2
İl	317	63,7
Büyükşehir	50	10,0
Kiminle Yaşıyorsunuz?	N	%
Anne-Baba	462	92,8
Anne	17	3,4
Baba	6	1,2
Akraba Yanında	13	2,6
Sosyal Olarak Kendinizi Nasıl İfade Edersiniz?	N	%
Az Sosyal	47	9,4
Sosyal	100	20,1
Çok Sosyal	351	70,5
Boş Zamanlarınızı Genelde Nasıl Değerlendirirsiniz?	N	%
Fiziksel Etkinlik	109	21,9
Sosyal Etkinlik	141	28,3
Kültürel Etkinlik	23	4,6
Sanatsal Etkinlik	25	5,0
Turistik Etkinlik	16	3,2
Dinlenerek	184	36,9
TOPLAM	498	100,0

Araştırmaya, %55,8'i kız (n:278), %44,2'si erkek (n:220) olmak üzere toplamda 498 öğrenci gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmaya katılan öğrencilerin %37,6'sının

(n=187) **12.Sınıf**, %27,5'inin (n=137) **11. Sınıf**, %19,9'unun (n=99) **10. Sınıf**, %15,1'inin (n=75) **9. Sınıf** öğrencisi olduğu görülmektedir. Katılımcıların aile gelir düzeyleri incelendiğinde, %74,7'sinin (n=372) **orta derecede gelir düzeyine**, %15,1'inin (n=75) **yüksek gelir düzeyine**, %10,2'sinin (n=51) **düşük gelir düzeyine** sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Öğrencilerin anne eğitim durumları incelendiğinde, %31,5'inin (n=157) **ilkokul mezunu**, %29,1'inin (n=145) **ortaokul mezunu**, %26,5'inin (n=132) **lise mezunu**, %10,2'sinin (n=51) **üniversite mezunu**, %2,6'sının (n=13) **lisansüstü mezunu** olduğu görülmektedir. Baba eğitim durumlarına baktığımızda ise, %35,3'ünün (n=176) **lise mezunu**, %26,5'inin (n=132) **ortaokul mezunu**, %20,3'ünün (n=101) **üniversite mezunu**, %13,9'unun (n=69) **ilkokul mezunu**, %4,0'ünün (n=20) **lisansüstü mezunu** olduğu görülmektedir. Öğrencilerin %44,8'i (n=223) **2 veya 3 kardeşe**, %23,1'i (n=115) **4 veya 5 kardeşe**, %19,9'u (n=99) **1 kardeşe**, %7,4'ü ise **6 ve üzeri** (n=37) sayıda kardeşe sahiptir. **Kardeş sahibi olmayanların oranı** %4,8 (n=24) olarak tespit edilmiştir. En uzun süre yaşanan yerleşim birimi incelendiğinde, **ilde yaşayanların oranı** %63,7 (n=317), **köyde yaşayanların oranı** %16,1 (n=80), **ilçede yaşayanların oranı** %10,2 (n=51), **büyükşehirde yaşayanların oranı** %10'dur (n=50). Araştırmaya katılan öğrencilerin %92,8'i (n=462) **anne ve babaları** ile birlikte yaşamaktadır. Öğrenciler sosyal olarak kendilerini, %70,5 (n=351) **çok sosyal**, %20,1 (n=100) **sosyal**, %9,4 (n=47) **az sosyal** olarak ifade etmektedir. Öğrencilerin boş zamanlarını değerlendirme biçimleri incelendiğinde, %36,9'unun (n=184) **dinlenerek**, %28,3'ünün (n=141) **sosyal etkinliklere katılarak**, %21,9'unun (n=109) **fiziksel etkinliklere katılarak**, %5'inin (n=25) **sanatsal etkinliklere katılarak**, %4,6'sının (n=23) **kültürel etkinliklere katılarak**, %3,2'sinin (n=16) ise **turistik etkinliklere katılarak** değerlendirdiği görülmektedir.

2.3. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Kişisel Bilgi Formu

Çalışma grubunda yer alan ergenlerin sosyal ve demografik koşullarını belirlemek amacıyla, alan uzmanı görüşü alınarak “Kişisel Bilgi Formu” hazırlanmıştır. Formda cinsiyet, sınıf düzeyi, kardeş sayısı, ailenin aylık geliri, anne ve baba eğitim düzeyi gibi sorular sorulmuş ve öğrencilerin kendilerine uygun ifadeye işaret koyması istenmiştir.

Akran Baskısı Ölçeği (ABÖ)

Esen (2002) tarafından geliştirilmiş olup ergenlerin akran baskısını ölçmeyi amaçlayan 5’li likert tipi bir ölçektir. Çalışmada ele alınan akran baskısı değişkenini ölçen ölçme aracı 34 maddeden oluşmaktadır. Söz konusu 34 maddeden 1,2,5,7,8,11,12,13,15,16,17,18,20,21,30,31,32,33,34. maddeler Direkt Akran Baskısı alt boyutunu temsil ederken, 3,4,6,9,10,14,19,22,23,24,25,26,27,28,29. maddeler ise Dolaylı Akran Baskısı alt boyutunu temsil etmektedir. Öğrencilerden davranışlarının sıklığını en iyi açıklayan, ölçekteki her bir maddenin karşısında yer alan (5) her zaman, (4) sık sık, (3) bazen, (2) ara sıra, (1) hiç bir zaman seçeneklerinden birisini seçmeleri istenmektedir. Ölçekten elde edilebilecek en yüksek puan 170, en düşük puan ise 34’tür. Ölçekten alınan puanın yükselişi öğrenciler üzerindeki akran baskısının yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçeğin Cronbach Alpha katsayısı 0.90’dır (İnan, 2017).

Cooper Smith Benlik Saygısı Envanteri

Pişkin (1997) CSEI’yi (Coopersmith Self Esteem Inventory), bir kişinin sosyal, akademik, ailesel ve bireysel hayatında kendisi hakkındaki düşüncelerini ölçmek üzere geliştirildiğini belirtmiştir. CSEI geliştirildiğinden bu yana birkaç kez revize edilmiştir. CSEI’nin revize edilen formları Okul Formu, Okul Kısa Formu, Yetişkin Formu’ dur. 58 sorudan oluşan Okul Formu’ nda maddelerin 50’si özsaygı ifadesi, 8’i yalan skalasını oluşturmaktadır; yalan maddeler, öğrencinin savunmacı tutumunu ölçmek içindir. Özsaygı sorularından özsaygıyı ifade eden toplam bir puan elde edilmekte; eğer arzu edilirse dört alt skalası için de puan hesaplanabilmektedir: Genel Özsaygı, Sosyal Özsaygı, Arkadaşığa İlişkin Özsaygı, Ebeveynlerle ilgili Özsaygı, Akademik Özsaygı.

Bu çalışmada okul kısa formu kullanılmıştır. Envanterin okul kısa formunda olumsuz bir ifadeye "Hayır", olumlu bir ifadeye de "Evet" diyenler her bir sorudan bir

puan almakta, alınan tüm puanlar toplandıktan sonra 100 üzerinden bir değerlendirme yapmak amacıyla elde edilen puan 4 ile çarpılmaktadır. Okul kısa formu, okul formunun ilk 25 sorusundan meydana gelmektedir. Okul kısa formunun olumlu ifade maddeleri; 1., 4., 5., 8., 9., 14., 19. ve 20. maddelerdir. Olumsuz ifade maddeleri ise; 2., 3., 6., 7., 10., 11., 12., 13., 15., 16., 17., 18., 21., 22., 23., 24. ve 25. maddelerdir. Envanterden alınabilecek en yüksek puan 100, en düşük puan ise 0'dır. Artan puan benlik saygısının arttığı lehinedir. Bireyin envanterden almış olduğu puan 10-29 puan arasında ise "düşük", 30-69 puan arasında ise "orta", 70-100 puan arasında ise "yüksek" benlik saygısı grubunda yer aldığını göstermektedir (Baydemir, 2012).

Envanterin geçerliğine ve güvenilirliğine ilişkin batı literatüründe çok sayıda çalışma vardır. Bunlar kısaca şöyle özetlenebilir: Coopersmith (1959) aracın test-tekrar-test güvenilirlik katsayısını 0.88 (5 hafta arayla) ve 0.70 (3 yıl arayla) bulmuştur. Yine Coopersmith (1967) aracın Kuder Richardson güvenilirlik katsayısını kadınlar için 0.91 ve erkekler için 0.80 olarak bulduğunu belirtmektedir. Kimball (1973) aracın iç-tutarlık katsayısını bulmak için Kuder-Richardson-20formülünü kullandığı araştırmasında, dördüncü sınıf öğrencileri için 0.92, yedinci sınıf öğrencileri için ise 0.89 düzeyinde güvenilirlik katsayıları bulmuştur.

Ülkemizde ise; Coopersmith Benlik Saygısı Envanterinin ilk kez geçerlik ve güvenilirlik çalışmasını yapan Turan tarafından, Ankara Onkoloji Hastanesinde yatan 30kanserli hastaya 15 gün arayla uygulanmıştır. Test- yeniden test sonunda elde edilen güvenilirlik kat sayısı $r_x = .65$, ($p < .05$) ve anlamlı bulunmuştur. Gürçay (1989) ilkokul 3. 4. ve 5. sınıf öğrencilerine (23 erkek ve 28 kadın) iki hafta arayla uygulamış ve $r_x = .70$, ($p < .05$) güvenilirlik katsayısı bulmuştur. Aynı yazar daha sonra 9-11 yaş arası 583 ilkokul öğrencisiyle yaptığı çalışmada aracın KR-21 güvenilirlik katsayısını $r_x = .83$, ($p < .05$) olarak belirlemiştir. Bu katsayıda ölçeğin oldukça homojen ve güvenilir olduğunu göstermektedir. Turan ve Tufan Coopersmith Benlik Saygısı Envanteri'nin Türkçeye uyarlanmış şekli ile geçerli bir benlik saygısı envanteri olduğunu ve bu konu ile ilgili ölçümlerde kullanılabileceğini ortaya koymuşlardır (Kumbaroğlu, 2013).

Ayrıca Pişkin (1997), lise öğrencileri ile hem Kuder-Richardson-20 formülünü hem de testi yarılama tekniğini kullanarak envanterin uzun ve kısa formu üzerinde güvenilirlik çalışması yapmıştır. Envanterin kısa formunun KR-20 sonucunda elde edilen

güvenirlilik katsayısını .76, iç tutarlık güvenirlilik katsayısını (Cronbach Alpha) .81 olarak bulmuştur (Pişkin, 1997).

2.4. VERİLERİN TOPLANMASI

Çalışmada kullanılan veri toplama araçları, ilgili makamlardan gerekli izinlerin (Ek-1) alınmasının ardından çalışma grubunu oluşturan lise öğrencilerinin öğrenim gördükleri okullarda okul idarecilerinin bilgisi ve rehberliğinde katılımcılara uygulanmıştır. Araştırmada kullanılan, “Akran Baskısı Ölçeği” ve “Coopersmith Benlik Saygısı Envanteri” 2018-2019 eğitim-öğretim yılı bahar döneminde araştırma grubunda yer alan spor yapan öğrencilere uygulanmıştır. Anketi uygulamadan önce öğrencilere anketin amacı ve nasıl uygulanmasıyla ilgili gerekli bilgiler verilmiş veri toplama aracının doldurulmasıyla ilgili gerekli açıklamalar yapılmıştır. Toplanan anket formları incelenmiş, eksik ya da yanlış girenler değerlendirmeye alınmamıştır. Geçerli olarak kabul edilenler incelenip kodlanarak elektronik ortama aktarılmıştır.

2.5. VERİLERİN İSTATİSTİKSEL ANALİZİ

Araştırmadan elde edilen veriler SPSS 22 (Statistical Package for the Social Sciences) paket programı kullanılarak analiz edilmiştir. Verilerin analizine geçilmeden önce verilerin normallik varsayımını sağlayıp sağlamadığına bakılmıştır. Dağılımın normalliğinin sınanmasında Kolmogorov Smirnov testinden faydalanılmıştır. Sonuca göre verilerin parametrik bir dağılım gösterdiği belirlenmiştir. Bu nedenle verilerin analizinde ikili karşılaştırmalar için Bağımsız Örneklem için T-testi ve ikiden fazla grubun bulunduğu karşılaştırmalarda ise Tek Yönlü Varyans Analizi kullanılmıştır. Akran baskısı ölçeği ile benlik saygısı ölçeği arasındaki ilişkinin belirlenmesinde ise pearson korelasyon analizinden yararlanılmıştır.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

Bu bölümde veri toplama araçlarının (Akran Baskısı Ölçeği ve Benlik Saygısı Ölçeği) uygulanması sonucunda elde edilen verilerin istatistiksel analizleri ve yorumları bulunmaktadır.

Tablo 3.1. Katılımcıların Akran Baskısı Ölçeği ve Alt Boyutlarından ve Benlik Saygısı Ölçeğinden Aldıkları Genel Ortalamalara İlişkin Tanımlayıcı Bilgiler

Ölçek	N	Minimum	Maksimum	\bar{X}	Ss
Direkt Akran Baskısı	498	19,00	87,00	59,03	13,64
Dolaylı Akran Baskısı	498	15,00	71,00	54,89	14,36
Akran Baskısı	498	34,00	158,00	113,92	27,14
Benlik Saygısı	498	4,00	100,00	32,10	23,77

Akran baskısı ölçeği alt boyutlarının genel ortalamalarına bakıldığında, en yüksek ortalamanın “direkt akran baskısı” alt boyutunda ($\bar{X}= 59,03\pm 13,64$), en düşük ortalama değer “dolaylı akran baskısı” alt boyutunda ($\bar{X}= 54,89\pm 14,36$) olduğu görülmektedir. Akran baskısı ölçeği toplam puan ortalamasının ise ($\bar{X}=113,92\pm 27,14$) olarak bulunmuştur. Benlik saygısı ölçeği toplam puan ortalaması ise ($\bar{X}= 32,10\pm 23,77$) olarak bulunmuştur.

Tablo 3.2. Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Akran Baskısı ve Benlik Saygısı Düzeylerinin Karşılaştırılması

Ölçek	Cinsiyet	n	\bar{X}	Ss	sd	t	p
Direkt Akran Baskısı	Kız	278	58,60	13,57	496	-,786	,432
	Erkek	220	59,57	13,74			
Dolaylı Akran Baskısı	Kız	278	54,79	14,87	496	-,169	,866
	Erkek	220	55,01	13,71			
Akran Baskısı	Kız	278	113,39	27,76	496	-,484	,628
	Erkek	220	114,58	26,39			
Benlik Saygısı	Kız	278	32,10	24,01	496	-,004	,997
	Erkek	220	32,11	23,52			

Veriler incelendiğinde, katılımcıların cinsiyetlerine ilişkin akran baskısı alt boyutlarında ve benlik saygısında anlamlı farklılıklara rastlanmamıştır ($p>.05$).

Tablo 3.2. Yaş Değişkenine İlişkin Betimsel İstatistikler

Ölçek	Yaş	N	\bar{x}	Ss
Direkt Akran Baskısı	14-15 ¹	104	60,79	12,33
	16-17 ²	320	58,71	14,28
	18+ ³	74	57,93	12,46
Dolaylı Akran Baskısı	14-15 ¹	104	57,93	13,33
	16-17 ²	320	54,41	14,76
	18+ ³	74	52,67	13,47
Akran Baskısı	14-15 ¹	104	118,73	24,98
	16-17 ²	320	113,12	28,22
	18+ ³	74	110,60	24,65
Benlik Saygısı	14-15 ¹	104	27,07	21,28
	16-17 ²	320	32,38	24,00
	18+ ³	74	37,94	24,89

Tablo 3.3. Katılımcıların Yaşlarına Göre Akran Baskısı ve Benlik Saygısı Düzeylerinin Karşılaştırılması

Ölçek	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Tukey
Direkt Akran Baskısı	Gruplararası	446,514	2	223,257	1,200	,302	-
	Gruplarıçi	92078,972	495	186,018			
	Toplam	92525,486	497				
Dolaylı Akran Baskısı	Gruplararası	1397,678	2	698,839	3,421	,033	1>3
	Gruplarıçi	101128,467	495	204,300			
	Toplam	102526,145	497				
Akran Baskısı	Gruplararası	3419,257	2	1709,628	2,332	,098	-
	Gruplarıçi	362883,844	495	733,099			
	Toplam	366303,100	497				
Benlik Saygısı	Gruplararası	5179,452	2	2589,726	4,650	,010	3>1
	Gruplarıçi	275695,118	495	556,960			
	Toplam	280874,570	497				

Veriler incelendiğinde katılımcıların yaşlarına ilişkin dolaylı akran baskısı alt boyutunda ve benlik saygısında istatistiksel olarak farklılıkların olduğu saptanmıştır ($p<.05$). Yapılan analiz sonrasında belirlenen farklılığın hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek amacıyla Tukey HDS testi yapılarak çoklu karşılaştırma yapılmıştır. Çoklu karşılaştırma testi sonuçlarına göre gruplar arası farklılığın, “dolaylı

akran baskısı” alt boyutunda “14-15 yaş ($\bar{X}=57,93$)” ile “18+ yaş ($\bar{X}=52,67$)” grupları arasında “14-15 yaş” grubu lehine gerçekleştiği belirlenmiştir. Benlik saygısı ölçeğinde ise, “14-15 yaş ($\bar{X}=27,07$)” ile “18+ yaş ($\bar{X}=37,94$)” grupları arasında “18+ yaş” grubu lehine anlamlı farklılıklar bulunmuştur.

Tablo 3.4. Sınıf Değişkenine İlişkin Betimsel İstatistikler

Ölçek	Sınıf	N	\bar{x}	Ss
Direkt Akran Baskısı	9.Sınıf ¹	75	60,30	12,48
	10.Sınıf ²	99	59,95	13,80
	11.Sınıf ³	137	60,05	13,15
	12.Sınıf ⁴	187	57,27	14,27
Dolaylı Akran Baskısı	9.Sınıf ¹	75	58,22	13,42
	10.Sınıf ²	99	54,92	15,28
	11.Sınıf ³	137	56,88	12,80
	12.Sınıf ⁴	187	52,07	14,87
Akran Baskısı	9.Sınıf ¹	75	118,53	25,47
	10.Sınıf ²	99	114,88	28,15
	11.Sınıf ³	137	116,94	25,22
	12.Sınıf ⁴	187	109,35	28,13
Benlik Saygısı	9.Sınıf ¹	75	25,01	21,01
	10.Sınıf ²	99	31,15	23,26
	11.Sınıf ³	137	29,86	24,02
	12.Sınıf ⁴	187	37,09	24,03

Tablo 3.5. Katılımcıların Sınıflarına Göre Akran Baskısı ve Benlik Saygısı Düzeylerinin Karşılaştırılması

Ölçek	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Tukey
Direkt Akran Baskısı	Gruplararası	926,628	3	308,876	1,666	,173	-
	Gruplarıçi	91598,858	494	185,423			
	Toplam	92525,486	497				
Dolaylı Akran Baskısı	Gruplararası	2861,410	3	953,803	4,728	,003	1>4
	Gruplarıçi	99664,735	494	201,750			1>3
	Toplam	102526,145	497				
Akran Baskısı	Gruplararası	6840,417	3	2280,139	3,134	,025	3>4
	Gruplarıçi	359462,683	494	727,657			
	Toplam	366303,100	497				
Benlik Saygısı	Gruplararası	9195,767	3	3065,256	5,574	,001	4>1
	Gruplarıçi	271678,804	494	549,957			4>3
	Toplam	280874,570	497				

Veriler incelendiğinde katılımcıların sınıflarına ilişkin akran baskısı ölçeği ile dolaylı akran baskısı alt boyutunda ve benlik saygısında istatistiksel olarak farklılıkların

olduğu saptanmıştır ($p<.05$). Yapılan analiz sonrasında belirlenen farklılığın hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek amacıyla Tukey HSD testi yapılarak çoklu karşılaştırma yapılmıştır. Çoklu karşılaştırma testi sonuçlarına göre gruplar arası farklılığın, akran baskısı” ölçeğinde “11.sınıf ($\bar{X}=116,94$)” ile “12.sınıf ($\bar{X}=109,35$)” grupları arasında “11.sınıf” grubu lehine gerçekleştiği belirlenmiştir. “Dolaylı akran baskısı” alt boyutuna baktığımızda ise, “9.sınıf ($\bar{X}=58,22$)” ile “12.sınıf ($\bar{X}=54,07$)” grupları arasında “9.sınıf” grubu lehine, “9.sınıf ($\bar{X}=58,22$)” ile “11.sınıf ($\bar{X}=56,88$)” grupları arasında “9.sınıf” grubu lehine anlamlı farklılıklar görülmektedir. Benlik saygısı ölçeğinde ise, “9.sınıf ($\bar{X}=25,01$)” ile “12.sınıf ($\bar{X}=37,09$)” grupları arasında “12.sınıf” grubu lehine, “11.sınıf ($\bar{X}=29,86$)” ile “12.sınıf ($\bar{X}=37,09$)” grupları arasında “12.sınıf” grubu lehine anlamlı farklılıklar bulunmuştur.

Tablo 3.6. Aile Gelir Düzeyi Değişkenine İlişkin Betimsel İstatistikler

Ölçek	Aile Gelir	N	\bar{x}	Ss
Direkt Akran Baskısı	Düşük Düzey ¹	51	61,84	8,73
	Orta Düzey ²	372	58,75	14,05
	Yüksek Düzey ³	75	58,48	14,22
Dolaylı Akran Baskısı	Düşük Düzey ¹	51	57,50	9,86
	Orta Düzey ²	372	54,78	14,97
	Yüksek Düzey ³	75	53,65	13,77
Akran Baskısı	Düşük Düzey ¹	51	119,35	17,45
	Orta Düzey ²	372	113,54	28,21
	Yüksek Düzey ³	75	112,13	26,97
Benlik Saygısı	Düşük Düzey ¹	51	29,96	22,77
	Orta Düzey ²	372	31,72	23,81
	Yüksek Düzey ³	75	35,46	24,21

Tablo 3.7. Katılımcıların Aile Gelir Düzeylerine Göre Akran Baskısı ve Benlik Saygısı Düzeylerinin Karşılaştırılması

Ölçek	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Direkt Akran Baskısı	Gruplararası	453,795	2	226,898	1,220	,296
	Gruplariçi	92071,691	495	186,003		
	Toplam	92525,486	497			
Dolaylı Akran Baskısı	Gruplararası	469,050	2	234,525	1,137	,321
	Gruplariçi	102057,095	495	206,176		
	Toplam	102526,145	497			
Akran Baskısı	Gruplararası	1798,392	2	899,196	1,221	,296
	Gruplariçi	364504,709	495	736,373		
	Toplam	366303,100	497			
Benlik Saygısı	Gruplararası	1137,057	2	568,529	1,006	,366
	Gruplariçi	279737,513	495	565,126		
	Toplam	280874,570	497			

Veriler incelendiğinde, katılımcıların aile gelir düzeyine ilişkin akran baskısı alt boyutlarında ve benlik saygısında anlamlı farklılıklara rastlanmamıştır ($p>.05$).

Tablo 3.8. Anne Eğitim Durumu Değişkenine İlişkin Betimsel İstatistikler

Ölçek	Anne Eğitim	N	\bar{x}	Ss
Direkt Akran Baskısı	İlkokul ¹	157	58,05	14,71
	Ortaokul ²	145	59,17	13,34
	Lise ³	132	58,91	13,45
	Üniversite ⁴	51	61,27	11,83
	Lisansüstü ⁵	13	61,61	12,55
Dolaylı Akran Baskısı	İlkokul ¹	157	54,59	14,88
	Ortaokul ²	145	54,60	13,91
	Lise ³	132	54,21	14,75
	Üniversite ⁴	51	58,27	13,65
	Lisansüstü ⁵	13	55,23	11,37
Akran Baskısı	İlkokul ¹	157	112,64	28,76
	Ortaokul ²	145	113,78	26,22
	Lise ³	132	113,12	27,41
	Üniversite ⁴	51	119,54	25,04
	Lisansüstü ⁵	13	116,84	22,86
Benlik Saygısı	İlkokul ¹	157	31,08	25,05
	Ortaokul ²	145	34,37	23,09
	Lise ³	132	33,15	23,42
	Üniversite ⁴	51	27,05	23,60
	Lisansüstü ⁵	13	28,30	18,07

Tablo 3.7. Katılımcıların Anne Eğitim Durumlarına Göre Akran Baskısı ve Benlik Saygısı Düzeylerinin Karşılaştırılması

Ölçek	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Direkt Akran Baskısı	Gruplararası	499,239	4	124,810	,669	,614
	Gruplariçi	92026,247	493	186,666		
	Toplam	92525,486	497			
Dolaylı Akran Baskısı	Gruplararası	671,307	4	167,827	,812	,518
	Gruplariçi	101854,838	493	206,602		
	Toplam	102526,145	497			
Akran Baskısı	Gruplararası	2065,865	4	516,466	,699	,593
	Gruplariçi	364237,235	493	738,818		
	Toplam	366303,100	497			
Benlik Saygısı	Gruplararası	2540,195	4	635,049	1,125	,344
	Gruplariçi	278334,376	493	564,573		
	Toplam	280874,570	497			

Veriler incelendiğinde, katılımcıların anne eğitim durumlarına ilişkin akran baskısı alt boyutlarında ve benlik saygısında anlamlı farklılıklara rastlanmamıştır ($p>.05$).

Tablo 3.8. Baba Eğitim Durumu Değişkenine İlişkin Betimsel İstatistikler

Ölçek	Baba Eğitim	N	\bar{x}	Ss
Direkt Akran Baskısı	İlkokul ¹	69	60,52	11,74
	Ortaokul ²	132	57,81	15,33
	Lise ³	176	58,40	14,20
	Üniversite ⁴	101	60,00	11,30
	Lisansüstü ⁵	20	62,55	13,57
Dolaylı Akran Baskısı	İlkokul ¹	69	56,49	12,44
	Ortaokul ²	132	53,60	15,79
	Lise ³	176	54,30	14,34
	Üniversite ⁴	101	56,00	13,77
	Lisansüstü ⁵	20	57,40	13,86
Akran Baskısı	İlkokul ¹	69	117,01	23,13
	Ortaokul ²	132	111,42	30,27
	Lise ³	176	112,71	27,64
	Üniversite ⁴	101	116,00	24,47
	Lisansüstü ⁵	20	119,95	26,44
Benlik Saygısı	İlkokul ¹	69	28,11	22,30
	Ortaokul ²	132	33,69	24,83
	Lise ³	176	33,52	23,55
	Üniversite ⁴	101	31,52	24,35
	Lisansüstü ⁵	20	25,80	19,53

Tablo 3.9. Katılımcıların Baba Eğitim Durumlarına Göre Akran Baskısı ve Benlik Saygısı Düzeylerinin Karşılaştırılması

Ölçek	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Direkt Akran Baskısı	Gruplararası	759,324	4	189,831	1,020	,397
	Gruplariçi	91766,162	493	186,138		
	Toplam	92525,486	497			
Dolaylı Akran Baskısı	Gruplararası	705,151	4	176,288	,854	,492
	Gruplariçi	101820,993	493	206,533		
	Toplam	102526	497			
Akran Baskısı	Gruplararası	2904,701	4	726,175	,985	,415
	Gruplariçi	363398,400	493	737,116		
	Toplam	366303,100	497			
Benlik Saygısı	Gruplararası	2615,322	4	653,830	1,158	,328
	Gruplariçi	278259,248	493	564,420		
	Toplam	280874,570	497			

Veriler incelendiğinde, katılımcıların baba eğitim durumlarına ilişkin akran baskısı alt boyutlarında ve benlik saygısında anlamlı farklılıklara rastlanmamıştır ($p>.05$).

Tablo 3.10. Kardeş Sayısı Değişkenine İlişkin Betimsel İstatistikler

Ölçek	Kardeş Sayısı	N	\bar{x}	Ss
Direkt Akran Baskısı	Kardeşim yok ¹	24	59,54	14,57
	1 kardeş ²	99	56,01	16,18
	2 veya 3 ³	223	61,05	11,6
	4 veya 5 ⁴	115	57,65	14,43
	6 ve üzeri ⁵	37	58,86	13,22
Dolaylı Akran Baskısı	Kardeşim yok ¹	24	54,29	13,59
	1 kardeş ²	99	52,12	16,45
	2 veya 3 ³	223	56,59	13,03
	4 veya 5 ⁴	115	53,65	15,12
	6 ve üzeri ⁵	37	56,29	13,20
Akran Baskısı	Kardeşim yok ¹	24	113,83	27,02
	1 kardeş ²	99	108,13	32,00
	2 veya 3 ³	223	117,65	23,71
	4 veya 5 ⁴	115	111,30	28,62
	6 ve üzeri ⁵	37	115,16	25,57
Benlik Saygısı	Kardeşim yok ¹	24	33,66	21,65
	1 kardeş ²	99	35,83	24,09
	2 veya 3 ³	223	30,09	22,29
	4 veya 5 ⁴	115	33,46	26,52
	6 ve üzeri ⁵	37	28,97	23,38

Tablo 3.11. Katılımcıların Kardeş Sayılarına Göre Akran Baskısı ve Benlik Saygısı Düzeylerinin Karşılaştırılması

Ölçek	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Tukey
Direkt Akran Baskısı	Gruplararası	2045,884	4	511,471	2,787	,026	3>2
	Gruplariçi	90479,602	493	183,529			
	Toplam	92525,486	497				
Dolaylı Akran Baskısı	Gruplararası	1662,959	4	415,740	2,032	,089	-
	Gruplariçi	100863,186	493	204,591			
	Toplam	102526,145	497				
Akran Baskısı	Gruplararası	7264,382	4	1816,095	2,494	,042	3>2
	Gruplariçi	359038,719	493	728,273			
	Toplam	366303,100	497				
Benlik Saygısı	Gruplararası	2910,446	4	727,612	1,290	,273	-
	Gruplariçi	277964,124	493	563,822			
	Toplam	280874,570	497				

Veriler incelendiğinde katılımcıların kardeş sayılarına ilişkin akran baskısı ölçeği ile direkt akran baskısı alt boyutunda istatistiksel olarak farklılıkların olduğu saptanmıştır ($p < .05$). Yapılan analiz sonrasında belirlenen farklılığın hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek amacıyla Tukey HSD testi yapılarak çoklu karşılaştırma yapılmıştır. Çoklu karşılaştırma testi sonuçlarına göre gruplar arası farklılığın, akran baskısı” ölçeğinde “1 kardeş ($\bar{X}=108,13$)” ile “2 veya 3 ($\bar{X}=117,65$)” grupları arasında “2 veya 3” grubu lehine gerçekleştiği belirlenmiştir. “Direkt akran baskısı” alt boyutuna baktığımızda ise, “1 kardeş ($\bar{X}=56,01$)” ile “2 veya 3 ($\bar{X}=61,05$)” grupları arasında “2 veya 3” grubu lehine anlamlı farklılıklar bulunmuştur.

Tablo 3.12. En Uzun Süre Yaşanılan Yerleşim Birimi Değişkenine İlişkin Betimsel İstatistikler

Ölçek	Yerleşim Birimi	N	\bar{x}	Ss
Direkt Akran Baskısı	Köy ¹	80	59,33	13,17
	İlçe ²	51	58,62	13,87
	İl ³	317	58,61	14,20
	Büyükşehir ⁴	50	61,62	10,12
Dolaylı Akran Baskısı	Köy ¹	80	56,83	14,67
	İlçe ²	51	54,58	14,88
	İl ³	317	54,25	14,58
	Büyükşehir ⁴	50	56,12	11,69
Akran Baskısı	Köy ¹	80	116,17	27,31
	İlçe ²	51	113,21	27,98
	İl ³	317	112,86	27,86
	Büyükşehir ⁴	50	117,74	20,83
Benlik Saygısı	Köy ¹	80	25,55	22,76
	İlçe ²	51	29,88	24,24
	İl ³	317	33,11	23,97
	Büyükşehir ⁴	50	38,48	21,57

Tablo 3.13. Katılımcıların En Uzun Süre Yaşadıkları Yerleşim Birimine Göre Akran Baskısı ve Benlik Saygısı Düzeylerinin Karşılaştırılması

Ölçek	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Tukey
Direkt Akran Baskısı	Gruplararası	406,622	3	135,541	,727	,536	-
	Gruplarıçi	92118,864	494	186,475			
	Toplam	92525,486	497				
Dolaylı Akran Baskısı	Gruplararası	511,321	3	170,440	,825	,480	-
	Gruplarıçi	102014,823	494	206,508			
	Toplam	102526,145	497				
Akran Baskısı	Gruplararası	1512,868	3	504,289	,683	,563	-
	Gruplarıçi	364790,233	494	738,442			
	Toplam	366303,100	497				
Benlik Saygısı	Gruplararası	6041,861	3	2013,954	3,620	,013	4>1
	Gruplarıçi	274832,710	494	556,342			
	Toplam	280874,570	497				

Veriler incelendiğinde katılımcıların en uzun süre yaşadıkları yerleşim birimine göre benlik saygılarında istatistiksel olarak farklılıkların olduğu saptanmıştır ($p<.05$). Yapılan analiz sonrasında belirlenen farklılığın hangi gruplardan kaynaklandığını

belirlemek amacıyla Tukey HSD testi yapılarak çoklu karşılaştırma yapılmıştır. Çoklu karşılaştırma testi sonuçlarına göre gruplar arası farklılığın, “Köy ($\bar{X}=25,55$)” ile “Büyükşehir ($\bar{X}=38,48$)” grupları arasında “Büyükşehir” grubu lehine gerçekleştiği belirlenmiştir.

Tablo 3.14. Yaşadıkları Aile Üyeleri Değişkenine İlişkin Betimsel İstatistikler

Ölçek	Yaşadıkları Kişi	N	\bar{x}	Ss
Direkt Akran Baskısı	Anne-Baba ¹	462	58,78	13,73
	Anne ²	17	62,35	14,14
	Baba ³	6	65,33	9,68
	Akraba yanında ⁴	13	60,46	11,01
Dolaylı Akran Baskısı	Anne-Baba ¹	462	54,69	14,50
	Anne ²	17	58,29	11,66
	Baba ³	6	58,00	14,49
	Akraba yanında ⁴	13	56,15	12,99
Akran Baskısı	Anne-Baba ¹	462	113,47	27,42
	Anne ²	17	120,64	24,55
	Baba ³	6	123,33	22,52
	Akraba yanında ⁴	13	116,61	22,08
Benlik Saygısı	Anne-Baba ¹	462	31,90	23,68
	Anne ²	17	33,17	23,18
	Baba ³	6	49,33	24,74
	Akraba yanında ⁴	13	29,84	27,01

Tablo 3.15. Katılımcıların Yaşadıkları Aile Üyelerine Göre Akran Baskısı ve Benlik Saygısı Düzeylerinin Karşılaştırılması

Ölçek	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Direkt Akran Baskısı	Gruplararası	479,827	3	159,942	,858	,463
	Gruplarıçi	92045,659	494	186,327		
	Toplam	92525,486	497			
Dolaylı Akran Baskısı	Gruplararası	294,185	3	98,062	,474	,701
	Gruplarıçi	102231,960	494	206,947		
	Toplam	102526,145	497			
Akran Baskısı	Gruplararası	1485,524	3	495,175	,671	,570
	Gruplarıçi	364817,576	494	738,497		
	Toplam	366303,100	497			
Benlik Saygısı	Gruplararası	1885,265	3	628,422	1,113	,343
	Gruplarıçi	2789,306	494	564,756		
	Toplam	280874,570	497			

Veriler incelendiğinde, katılımcıların birlikte yaşadıkları aile üyelerine göre akran baskısı alt boyutlarında ve benlik saygısında anlamlı farklılıklara rastlanmamıştır ($p>.05$).

Tablo 3.16. Sosyal Olma Durumu Değişkenine İlişkin Betimsel İstatistikler

Ölçek	Sosyal Olma	N	\bar{x}	Ss
Direkt Akran Baskısı	Az sosyal ¹	47	61,93	9,87
	Sosyal ²	100	60,05	12,90
	Çok sosyal ³	351	58,35	14,23
Dolaylı Akran Baskısı	Az sosyal ¹	47	60,06	12,19
	Sosyal ²	100	56,14	14,84
	Çok sosyal ³	351	53,84	14,34
Akran Baskısı	Az sosyal ¹	47	122,00	21,67
	Sosyal ²	100	116,19	27,09
	Çok sosyal ³	351	112,19	27,63
Benlik Saygısı	Az sosyal ¹	47	25,19	23,36
	Sosyal ²	100	23,60	20,97
	Çok sosyal ³	351	35,45	23,83

Tablo 3.17. Katılımcıların Sosyal Olma Durumlarına Göre Akran Baskısı ve Benlik Saygısı Düzeylerinin Karşılaştırılması

Ölçek	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Tukey
Direkt Akran Baskısı	Gruplararası	661,734	2	330,867	1,783	,169	-
	Gruplarıçi	91863,752	495	185,583			
	Toplam	92525,486	497				
Dolaylı Akran Baskısı	Gruplararası	1798,914	2	899,457	4,420	,013	1>3
	Gruplarıçi	100727,230	495	203,489			
	Toplam	102526	497				
Akran Baskısı	Gruplararası	4626,275	2	2313,137	3,166	,043	1>3
	Gruplarıçi	361676,826	495	730,660			
	Toplam	366303,100	497				
Benlik Saygısı	Gruplararası	13414,319	2	6707,160	12,413	,000	3>1
	Gruplarıçi	267460,319	495	540,324			3>2
	Toplam	280874,570	497				

Veriler incelendiğinde katılımcıların sosyal olma durumlarına göre dolaylı akran baskısı alt boyutunda ve benlik saygısında istatistiksel olarak farklılıkların olduğu

saptanmıştır ($p < .05$). Yapılan analiz sonrasında belirlenen farklılığın hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek amacıyla Tukey HSD testi yapılarak çoklu karşılaştırma yapılmıştır. Çoklu karşılaştırma testi sonuçlarına göre gruplar arası farklılığın, akran baskısı ölçeğinde, “Az Sosyal ($\bar{X}=122,00$)” ile “Çok Sosyal ($\bar{X}=112,19$)” grupları arasında “Az Sosyal” grubu lehine gerçekleştiği belirlenmiştir. “Dolaylı akran baskısı” alt boyutuna baktığımızda ise, “Az Sosyal ($\bar{X}=60,06$)” ile “Çok Sosyal ($\bar{X}=53,84$)” grupları arasında “Az Sosyal” grubu lehine anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Benlik saygısı ölçeğinde ise, “Az Sosyal ($\bar{X}=25,19$)” ile “Çok Sosyal ($\bar{X}=35,45$)” grupları arasında “Çok Sosyal” grubu lehine, “Sosyal ($\bar{X}=23,60$)” ile “Çok Sosyal ($\bar{X}=35,45$)” grupları arasında “Çok Sosyal” grubu lehine anlamlı farklılıklar bulunmuştur.

Tablo 3.18. Boş Zamanları Değerlendirme Durumu Değişkenine İlişkin Betimsel İstatistikler

Ölçek	Boş Zaman	N	\bar{x}	Ss
Direkt Akran Baskısı	Fiziksel Etkinlik ¹	109	61,65	12,44
	Sosyal Etkinlik ²	141	59,47	13,39
	Kültürel Etkinlik ³	23	54,60	14,14
	Sanatsal Etkinlik ⁴	25	59,84	14,45
	Turistik Etkinlik ⁵	16	65,43	10,25
	Dinlenerek ⁶	184	57,02	14,23
Dolaylı Akran Baskısı	Fiziksel Etkinlik ¹	109	56,57	13,16
	Sosyal Etkinlik ²	141	55,41	14,01
	Kültürel Etkinlik ³	23	51,34	16,23
	Sanatsal Etkinlik ⁴	25	54,20	14,59
	Turistik Etkinlik ⁵	16	56,93	10,69
	Dinlenerek ⁶	184	53,84	15,28
Akran Baskısı	Fiziksel Etkinlik ¹	109	118,22	24,53
	Sosyal Etkinlik ²	141	114,89	26,42
	Kültürel Etkinlik ³	23	105,95	29,80
	Sanatsal Etkinlik ⁴	25	114,04	27,64
	Turistik Etkinlik ⁵	16	122,37	19,10
	Dinlenerek ⁶	184	110,87	28,97
Benlik Saygısı	Fiziksel Etkinlik ¹	109	29,46	21,96
	Sosyal Etkinlik ²	141	33,58	25,33
	Kültürel Etkinlik ³	23	38,78	23,33
	Sanatsal Etkinlik ⁴	25	36,00	25,27
	Turistik Etkinlik ⁵	16	39,50	24,52
	Dinlenerek ⁶	184	30,52	23,23

Tablo 3.19. Katılımcıların Boş Zamanlarını Değerlendirme Durumlarına Göre Akran Baskısı ve Benlik Saygısı Düzeylerinin Karşılaştırılması

Ölçek	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Tukey
Direkt Akran Baskısı	Gruplararası	2637,931	5	527,586	2,888	,014	1>6
	Gruplarıçi	89887,555	492	182,698			
	Toplam	92525,486	497				
Dolaylı Akran Baskısı	Gruplararası	917,351	5	183,470	,888	,489	-
	Gruplarıçi	101608,793	492	206,522			
	Toplam	102526,145	497				
Akran Baskısı	Gruplararası	6466,639	5	1293,328	1,768	,118	-
	Gruplarıçi	359836,462	492	731,375			
	Toplam	366303,100	497				
Benlik Saygısı	Gruplararası	3809,465	5	761,893	1,353	,241	-
	Gruplarıçi	277065,106	492	563,140			
	Toplam	280874,570	497				

Veriler incelendiğinde, katılımcıların boş zamanları değerlendirme durumlarına göre direkt akran baskısı alt boyutunda istatistiksel olarak farklılıkların olduğu saptanmıştır ($p<.05$). Yapılan analiz sonrasında belirlenen farklılığın hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek amacıyla Tukey HSD testi yapılarak çoklu karşılaştırma yapılmıştır. Çoklu karşılaştırma testi sonuçlarına göre gruplar arası farklılığın, “direkt akran baskısı” alt boyutunda “Fiziksel Etkinlik ($\bar{X}=61,65$)” ile “Dinlenerek ($\bar{X}=57,02$)” grupları arasında “Fiziksel Etkinlik” grubu lehine gerçekleştiği belirlenmiştir.

Tablo 3.20. Akran Baskısı Ölçeği ile Benlik Saygısı Ölçeği Arasındaki İlişkinin Belirlenmesi için Yapılan Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları

		<i>AKRAN BASKISI ÖLÇEĞİ</i>		
		<i>Direkt Akran Baskısı</i>	<i>Dolaylı Akran Baskısı</i>	<i>Akran Baskısı Ölçeği</i>
BENLİK SAYGISI ÖLÇEĞİ	r	-,540**	-,647**	-,614**
	p	,000	,000	,000
	n	498	498	498

** $p<0,01$

Tablo 3.20’de lise öğrencilerinin akran baskısı ölçeği toplam puanı ve alt boyutları ile benlik saygısı ölçeği arasındaki ilişki Pearson korelasyon analizi ile incelenmiştir. Bulgular incelendiğinde; akran baskısı ölçeği direkt akran baskısı alt

boyutu puanları ile benlik saygısı ölçeği puanları arasında negatif yönlü orta düzeyde anlamlı bir ilişki saptanırken ($r=-,540$; $p<0,01$), akran baskısı ölçeği dolaylı akran baskısı alt boyutu puanları ile benlik saygısı ölçeği puanları arasında negatif yönlü yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r=-,647$; $p<0,01$). Spor yapan ergenlerin akran baskısı ölçeği ile benlik saygısı ölçeği toplam puanları arasında ise negatif yönlü yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r=-,614$; $p<0,01$). Bu değerler, spor yapan ergenlerin yaşamış olduğu akran baskısı arttıkça benlik saygılarının düşeceği şeklinde yorumlanabilir.

TARTIŞMA

Spor yapan ergenlerde akran baskılarının benlik saygısı üzerine etkilerinin çeşitli demografik değişkenlere göre incelendiği bu çalışmada katılımcıların akran baskısı ölçeği alt boyutlarının genel ortalamalarına bakıldığında, en yüksek ortalamanın “dolaylı akran baskısı” alt boyutunda ($\bar{X}= 3,66\pm,96$), en düşük ortalama değer “direkt akran baskısı” alt boyutunda ($\bar{X}= 3,11\pm,72$) olduğu görülmektedir. Akran baskısı ortalama değerleri incelendiğinde dolaylı akran baskısının yüksek direkt akran baskısının orta seviyede olduğu görülmektedir. Literatür incelendiğinde akran baskısı konusunun çoğunlukla çocuk ve ergenlerde ele alınan bir konu olduğu görülmektedir. Bununla birlikte literatürde yer alan çalışmaların bu çalışma sonuçlarıyla sıklıkla örtüşen ve nadiren çelişen türde sonuçlara sahip olduğu da görülmektedir. Örneğin Sargın ve Çetinkaya’nın 2010 yılında 24 erkek lise öğrencisinin katılımı ile gerçekleştirdiği çalışmada akran baskısının katılımcılarda düşük seviyede olduğu görülmüştür. Aynı şekilde Esen tarafından 2003 yılında 718 lise 2. Sınıf öğrencisinin katılımı ile gerçekleştirilen çalışmada da katılımcıların akran baskısı düzeylerinin yüksek olmadığı görülmüştür. Bahsi geçen çalışmalarda elde edilen sonuçlar bu çalışmanın sonuçları ile çelişmektedir. Öte yandan, Satan’ın 2013 yılında yayınlanan çalışmasında 11 ve 12. Sınıf öğrencilerinde akran baskısı ortalamalarının yüksek düzeyde olduğu görülmektedir. Aynı şekilde Siyez ve Kaya tarafından 2011 yılında 340 öğrenci ile gerçekleştirilen çalışmada katılımcıların %60,8’inin akran zorbalığından etkilendiği ifade edilmiştir.

Pişkinin dünya çapında zorba ve mağdur olaylarının yaygınlığına ilişkin yaptığı taramalardan ulaştığı verilere göre mağdur öğrenci oranlarını; Avustralya’da %30-50; İtalya da %8-40; İngiltere’de %4-36; Yunanistan’da %15-30; Portekadın ‘de %20-22; Kanada’da %21; ABD’de %10 olarak belirtirken, Zorba öğrenci oranlarını ise İtalya’da %5-20; İngiltere’de %30; Yunanistan’da %6; Kanada’da %12 ve Norveç’te %7 olarak belirtmektedir. Bununla birlikte Milli Eğitim Bakanlığı ülkemizde zorbalık içeren olayların oranını 2006 yılında %32,8 olarak açıklamıştır. Sonuçlardan da anlaşılacağı üzere akran zorbalığı çocuk ve ergenlerde göz ardı edilmemesi gereken düzeydedir ve bu çalışma sonuçları da bu durumla örtüşür niteliktedir. Bu duruma neden olabilecek pek çok faktörün varlığından söz edilebilir. Zorbalığın aileler tarafından çocuklara bir

sorunun çözümünde bir alternatif olarak gösterilmesi bu durumun önemli nedenlerinden biri olarak ele alınabilir.

Katılımcıların benlik saygısı ölçeği toplam puan ortalaması ise ($\bar{X}= 8,03\pm 5,94$) olarak bulunmuştur. Puan ortalamasına bakarak katılımcıların benlik saygılarının yüksek olmadığını söylemek mümkündür. Literatür incelendiğinde ergenlerin benlik saygılarının ele alındığı çalışmalarda bu çalışmayla çoğunlukla örtüşen ve nadiren de çelişen sonuçlara ulaşıldığı görülmektedir. Yürük Bal'ın 2015 yılında gerçekleştirdiği yüksek lisans çalışmasında 6496 ergenin katılımı ile gerçekleşen araştırma sonucunda katılımcıların benlik saygısı ortalamasının yüksek olduğu görülmektedir. Aynı şekilde Gün'ün 2006 yılında 533 ergenin katılımı ile gerçekleştirdiği çalışmada da katılımcıların çoğunun yüksek benlik saygısı ortalamasına sahip olduğu görülmektedir. Literatürde hem akran baskısı hem de benlik saygısı ile ilgili bu çalışmanın sonuçlarıyla çelişen çalışmaların ortak özelliğinin, örneklem gruplarının bu çalışmadakinden farklı olarak metropol olarak da ifade edilen büyükşehirlerde yaşayan bireylerden oluşmasıdır. Bu açıdan bakıldığında bu çalışma ile örnek gösterilen çalışmaların sonuçları arasındaki farkın örneklem grubunun yaşadığı bölgelerdeki kültürel farklılıklardan kaynaklandığı söylenebilir. Keza bu çalışmada da yaşanan yer değişkeninin akran baskısı ve benlik saygısına etki ettiği görülmüştür.

Çalışma sonuçları incelendiğinde katılımcıların cinsiyetlerine ilişkin akran baskısı alt boyutlarında ve benlik saygısında anlamlı farklılıklara rastlanmamıştır. Bununla birlikte direkt akran baskısında ve benlik saygısında kadınlar, dolaylı akran baskısında ise erkekler daha yüksek ortalamalara sahiptir. Literatür incelendiğinde akran baskısının cinsiyete göre değişimini ele alan çalışmalara rastlanmıştır. Çiğdemoğlu'nun 2006 yılında lise öğrencilerinin katılımı ile gerçekleştirdiği çalışmada kadınların erkeklere göre daha yüksek akran baskısı ortalamasına sahip olduğu, bu farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmüştür. Öte yandan Yıldırım tarafından 2007 yılında yine lise öğrencilerinin katılımı ile gerçekleştirilen çalışmada kadınların erkeklerden istatistiksel olarak anlamlı düzeyde düşük akran baskısı ortalamasına sahip olduğu görülmüştür. Kültürel motiflerin dolaylı akran baskısına neden olduğu bilinmemektedir. Bu çalışmada dolaylı akran baskısında kadınların daha yüksek ortalamaya sahip olması kültürel motiflerle açıklanabilir.

Benlik saygısı ile ilgili olarak da yine Çiğdemoğlu'nun 2006 yılında yapmış olduğu çalışma sonuçları incelendiğinde kadınların erkeklerden istatistiksel olarak anlamlı olmayan düzeyde daha yüksek ortalamaya sahip olduğu görülmekte, bu da bu çalışmanın sonuçlarıyla benzerlik göstermektedir. Özşaker'in 2008 yılında 865 öğrencinin katılımıyla gerçekleştirdiği çalışmasında kadınların erkeklerden daha düşük benlik saygısına sahip olduğu ve bu durumun yaşla birlikte değişen bir yapıda olduğu ifade edilmiştir. Buradan hareketle literatürde bu konu hakkındaki çalışmaların sonuçlarındaki farklılaşmanın nedenlerinden birinin yaş değişkeni olduğu söylenebilir. Çiğdemoğlu (2006) gibi bu çalışmadakine benzer yaş gruplarının incelendiği çalışmaların sonuçlarının benzer olması bu savı güçlendirmektedir. Keza katılımcıların okudukları sınıflara göre akran baskısı ve benlik saygısı incelendiğinde sınıf yükseldikçe akran baskısının azaldığı, benlik saygısının ise arttığı görülmektedir. Buna göre katılımcıların sınıflarına ilişkin dolaylı akran baskısı alt boyutunda ve benlik saygısında istatistiksel olarak farklılıkların olduğu saptanmıştır ($p < .05$). Çoklu karşılaştırma testi sonuçlarına göre gruplar arası farklılığın, "dolaylı akran baskısı" alt boyutunda "9.sınıf (288,25)" ile "12.sınıf (222,48)" grupları arasında "9.sınıf" grubu lehine gerçekleştiği belirlenmiştir. Benlik saygısı ölçeğinde ise, "9.sınıf (209,55)" ile "12.sınıf (278,70)" grupları arasında "12.sınıf" grubu lehine anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Bulgulardan da anlaşılacağı üzere ergenlik sürecinde sınıfın, dolayısıyla yaşın akran baskısı ve benlik saygısı üzerinde istatistiksel olarak anlamlı farklar oluşturacak düzeyde etkisi vardır. Bu konu özelinde literatür incelendiğinde geçmişte yapılan çalışmaların bu çalışmayı destekleyecek sonuçlara sahip olduğu görülebilir. Örneğin, Çelik tarafından 2018 yılında meslek lisesi ve meslek yüksekokulu öğrencilerinin benlik saygısı düzeylerinin karşılaştırıldığı çalışmada yaşın benlik saygısını farklılaştıran bir faktör olduğu görülmüştür. Bu durumu, çalkantıları da içinde barındıran bir süreç olarak ergenlik döneminin tamamlanmasıyla benlik saygısının yükselmesinin ilişkisi şeklinde açıklamak mümkün olabilir.

Çalışmada aile gelir düzeyi değişkeninin akran baskısı ve benlik saygısı üzerindeki etkisi incelenmiş gruplar arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farkın olmadığı görülmüştür. Bunun yanında aile geliri arttıkça akran baskısının azaldığı ve benlik saygısının da arttığı görülmektedir. Bu durum dar gelirin neden olduğu sorunlardan uzaklaşmanın benlik saygısına olumlu tesir ettiği ve dolayısıyla akran

baskısına karşı direnci artırdığı şeklinde yorumlanabilir. Nitekim Erbil ve arkadaşlarının 2006 yılında yayınlanan ‘Ergenlerin Benlik Saygısına Ailelerinin Tutum ve Davranışlarının Etkisi’ başlıklı çalışmasında da yüksek gelire sahip ailelerde yetişen ergenlerin düşük gelire sahip ailelerde yetişenlere göre daha yüksek benlik saygısına sahip oldukları vurgulanmaktadır.

Anne ve babanın eğitim durumuna göre akran baskısı ve benlik saygısı değerleri incelendiğinde gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklara rastlanmazken annesi üniversite ve babası lisans üstü eğitim mezunu olan ergenlerin en yüksek akran baskısına ve en düşük benlik saygısına sahip olduğu görülmektedir. Katılımcıların akran baskısının yüksek, benlik saygısının ise düşük olduğu durumların ortak özelliği ebeveynlerinin eğitim seviyelerinin yüksek olmasıdır. Eğitim seviyesinin yüksek olduğu bireylerin çocukları üzerinde başta eğitim olmak üzere bazı konularda daha baskıcı ve korumacı bir tutuma sahip olduğu söylenebilir. Bu durum da çocukların benlik saygısının gelişimini olumsuz etkileyebileceğinden akran baskısına da daha fazla maruz kalmalarına neden olabilir. İlgili literatürde doğrudan bu konuyu ele alan çalışmaya rastlanmamakla birlikte Yılmaz’ın 2018 yılında gerçekleştirdiği ergenlerin benlik saygısına anne baba tutumlarının etkisini ele alan yüksek lisans tezinde korumacı ebeveynlere sahip ergenlerin demokratik ebeveynlere sahip ergenlerden daha düşük benlik saygısı ortalamalarına sahip olduğu görülmüştür.

Çalışmadan elde edilen sonuçlar incelendiğinde katılımcıların en uzun süre yaşadıkları yerleşim birimine göre benlik saygılarında istatistiksel olarak farklılıkların olduğu saptanmıştır ($p < .05$). Çoklu karşılaştırma testi sonuçlarına göre gruplar arası farklılığın, “Köy (207,78)” ile “İl (254,99)” grupları arasında “İl” grubu lehine, “Köy (207,78)” ile “Büyükşehir (288,53)” grupları arasında “Büyükşehir” grubu lehine gerçekleştiği belirlenmiştir. Sonuçlardan da anlaşılacağı üzere katılımcıların yaşadıkları yerin büyümesi benlik saygılarının artmasına neden olan bir faktör olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu durum katılımcıların şehir ya da büyükşehirlerde köy ya da ilçelere göre daha fazla sosyal ortam deneyimi yaşamasıyla açıklanabilir. Zira karşılaşılan her sosyal ortamdan edinilecek deneyimler benlik saygısının dadahil olduğu pek çok psikolojik değişken üzerinde etkili olabilir. Zira Yiğit, 2010 yılında gerçekleştirdiği ve ergenlerin benlik saygılarını bazı değişkenler açısından incelediği çalışmasında

katılımcıların yaşadığı yerlerin özelliklerinin çalışma sonucuna etki edebileceğini vurgulamıştır.

Çalışmadan elde edilen veriler incelendiğinde katılımcıların sosyal olma durumlarına göre dolaylı akran baskısı alt boyutunda ve benlik saygısında istatistiksel olarak farklılıkların olduğu saptanmıştır ($p<.05$). Çoklu karşılaştırma testi sonuçlarına göre gruplar arası farklılığın, “dolaylı akran baskısı” alt boyutunda “Sosyal (276,63)” ile “Çok Sosyal (233,41)” grupları arasında “Sosyal” grubu lehine, “Az Sosyal (311,96)” ile “Çok Sosyal (233,41)” grupları arasında “Az Sosyal” grubu lehine gerçekleştiği belirlenmiştir. Benlik saygısı ölçeğinde ise, “Az Sosyal (203,13)” ile “Çok Sosyal (269,11)” grupları arasında “Çok Sosyal” grubu lehine, “Sosyal (202,45)” ile “Çok Sosyal (269,11)” grupları arasında “Çok Sosyal” grubu lehine anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Bir başka deyişle az sosyal olan ergenler, sosyal ve çok sosyal bireylere göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha yüksek dolaylı akran baskısına maruz kalırken, daha düşük benlik saygısına sahiptir. Sosyalliği sadece akran baskısı değil akran ilişkilerinin tümünü içeren bir olgu olarak ele almak mümkündür. Argon ve Çelik Yılmaz’ın 2016 yılında gerçekleştirdikleri çalışmada bir sosyallik göstergesi olan okula ilişkin tutumla akran ilişkileri arasında anlamlı ilişkinin olduğu görülmektedir. Öte yandan Sarıkaya (2015), sosyalleşmenin benlik saygısının da dahil olduğu psikolojik gelişim üzerinde etkisinin olduğunu ifade etmektedir.

Çalışma sonuçlarına bakıldığında katılımcıların boş zamanları değerlendirme durumlarına göre direkt akran baskısı alt boyutunda istatistiksel olarak farklılıkların olduğu saptanmıştır ($p<.05$). Çoklu karşılaştırma testi sonuçlarına göre gruplar arası farklılığın, “direkt akran baskısı” alt boyutunda “Fiziksel Etkinlik (274,47)” ile “Kültürel Etkinlik (196,37)” grupları arasında “Fiziksel Etkinlik” grubu lehine, “Fiziksel Etkinlik (274,47)” ile “Dinlenerek (230,04)” grupları arasında “Fiziksel Etkinlik” grubu lehine gerçekleştiği belirlenmiştir. Aynı şekilde benlik saygısının da en düşük olduğu grup boş zamanlarını fiziksel etkinlik yapanların oluşturduğu gruptur. Konuyla ilgili literatür incelendiğinde ergenlerin en çok tercih ettiği fiziksel etkinliğin takım sporları olduğu söylenebilir. İçinde rekabeti barındıran, bireyin kişisel çabasının takımın başarısına etki ettiği ve bu bakımdan da bireye sorumluluk yükleyen takım sporlarında rekabet ve birey-takım ilişkisinin iyi yönetilmesi gerekir. Aksi takdirde takım içerisinde diğer takım arkadaşlarına göre daha düşük performans sergileyen birey

takım arkadaşları tarafından direkt olarak baskı altına sokulabilir. Bu da bireyin benlik saygısına olumsuz etki edebilir.

SONUÇ ve ÖNERİLER

Araştırma bulguları kapsamında, spor yapan ergenlerin akran baskıları doğrultusunda benlik saygısı düzeyleri ve demografik değişkenler arasındaki farkların ortaya konulması amacıyla yapılan araştırmanın sonuçları aşağıda sunulmuştur.

Spor yapan ergenlerin akran baskısı ölçeği toplam puanı arttıkça; "benlik saygısı" puanları azalmaktadır.

Spor yapan ergenlerin akran baskısı ölçeği toplam puanı azaldıkça; "benlik saygısı" puanları artmaktadır.

Spor yapan ergenlerin "cinsiyet" değişkenlerine göre; akran baskısı ve benlik saygısı puan ortalamalarında anlamlı bir farklılık yoktur.

Spor yapan ergenlerin "sınıf" değişkenlerine göre; akran baskısı düzeyleri yüksek olan 9.sınıf öğrencilerinin benlik saygıları daha düşüktür.

Spor yapan ergenlerin "aile gelir düzeyleri" değişkenlerine göre; akran baskısı ve benlik saygısı puan ortalamalarında anlamlı bir farklılık yoktur.

Spor yapan ergenlerin "anne eğitim düzeyi" değişkenlerine göre; akran baskısı ve benlik saygısı puan ortalamalarında anlamlı bir farklılık yoktur.

Spor yapan ergenlerin "baba eğitim düzeyi" değişkenlerine göre; akran baskısı ve benlik saygısı puan ortalamalarında anlamlı bir farklılık yoktur.

Spor yapan ergenlerin "kardeş sayısı" değişkenlerine göre; akran baskısı ölçeğinde 1 kardeş ile 2 veya 3 kardeş grupları arasında 2 veya 3 kardeşe sahip ergenlerin akran baskısı düzeyleri daha düşüktür.

Spor yapan ergenlerin "en uzun süre yaşadıkları yerleşim birimi" değişkenlerine göre; akran baskısı düzeyleri yüksek olan köyde yaşayan öğrencilerin benlik saygıları daha düşüktür.

Spor yapan ergenlerin "en uzun süre yaşadıkları yerleşim birimi" değişkenlerine göre; akran baskısı düzeyleri düşük olan ilde yaşayan öğrencilerin benlik saygıları daha yüksektir.

Spor yapan ergenlerin "birlikte yaşadıkları aile üyeleri" değişkenlerine göre; akran baskısı ve benlik saygısı puan ortalamalarında anlamlı bir farklılık yoktur.

Spor yapan ergenlerin "sosyal olma durumları" değişkenlerine göre; akran baskısı düzeyleri düşük olan çok sosyal öğrencilerin benlik saygıları daha yüksektir.

Spor yapan ergenlerin "boş zamanlarını değerlendirme durumları" değişkenlerine göre; akran baskısı düzeyleri yüksek olan fiziksel etkinliklere katılan öğrencilerin benlik saygısı puanları daha düşüktür.

Araştırmanın sonuçları değerlendirildiğinde aşağıda bazı öneriler sunulmuştur:

Ergenlerin, özellikle yaşadıkları olumsuz akran baskısına direnme ve benlik saygılarını yükseltmek amacıyla psikolojik danışma çalışmalarının yürütülmesi faydalı olabilir.

Ergenlerin kendilerini tanımalarına yardımcı olunarak ve onların olumlu sportif faaliyetlere katılmalarına olanak sağlanarak olumsuz akran baskısı azaltılabilir.

Ergenlerin benlik saygısı düzeylerini artırıcı çalışmalar yapılarak onların kendilerini daha iyi ifade edebilen bireyler olmaları sağlanabilir.

Ergenlerde akran baskısı ve benlik saygısı arasındaki ilişkinin varlığının farklı örneklem gruplarında ve farklı spor branşlarında incelenmesi konunun aydınlatılması açısından daha yararlı olabilir.

Spor yapan ergenlerde akran baskısı ve benlik saygısının birlikte farklı psikolojik yapılarla (antisosyal davranışlar, öz yeterlilik, akademik başarı gibi) incelenmesi literatüre bu alanda daha yeterli bilgi sağlayabilir.

KAYNAKLAR

- Aktuğ, T. (2006). *Ergenlerde Akran Baskısı ve Benlik Saygısının İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Mersin.
- Alisinanoğlu, Fatma.(2002). Gençlik Dönemi Özellikleri Ve Genç Anne Baba İletişimi, Ankara: *Eğitim Ve Bilim Dergisi*, 27, 123,62.
- Alley, T. R. & Hicks, C. M. (2005). Peer attitudes towards adolescent participants in male-and female-oriented sports. *Adolescence*, 40(158), 273-281.
- Altın, A. (2018). *Sağlık Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Toplumsal Cinsiyet Rol Tutumları İle Akran Baskısı Yaşama Durumları Arasındaki İlişki*. Yüksek Lisans Tezi. Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Halk Sağlığı Hemşireliği Anabilim Dalı, Samsun.
- Argon, T. & Yılmaz, D. Ç. (2016). Lise öğrencilerinin akran ilişkileri algıları ile okula ilişkin tutumları arasındaki ilişki. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 5(1), 250-258.
- Arslan,S. & Savaşer, S. (2009). Akran zorbalığını önlemede okul hemşiresinin rolü. *Maltepe Üniversitesi Hemşirelik Bilim ve Sanatı Dergisi*, 2(3), 118-123.
- Aypay, A., Durmuş, E. & Aybek, E. C. (2016). Akran Zorbalığı, Okul Tükenmişliği Ve Ebeveyn İzlemesi Arasındaki İlişki. *Journal Of International Social Research*, 9(43).
- Bailey, R. (2006). Physical education and sport in schools: A review of benefits and outcomes. *Journal of school health*, 76(8), 397-401.
- Bal, E. Y.(2015). *Spor yapmanın ergenlerin benlik saygısı ve öz yeterliliklerine etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi, Mersin.
- Baumeister, R. F., Heatherton, T. F., & Tice, D. M. (1993). When ego threats lead to self-regulation failure: Negative consequences of high self-esteem. *Journal of personality and social psychology*, 64(1), 141.
- Baybek, H. & Yavuz, S. (2011). Muğla üniversitesi öğrencilerinin benlik saygılarının incelenmesi. *Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Dergisi*, 1(14).

- Baydemir, B. (2012). *İlköğretim II.kademe çocuklarında fiziksel aktivite düzeyi, kendini fiziksel tanımlama ve benlik saygısı*. Yüksek Lisans Tezi, Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Çanakkale.
- Blackwell, L. S., Trzesniewski, K. H., Dweck, C. S. (2007). Implicit theories of intelligence predict achievement across an adolescent transition: A longitudinal study and an intervention. *Child development*, 78(1), 246-263.
- Blakemore, S.J., Choudhury, S. (2006). Development of the adolescent brain: implications for executive function and social cognition. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 47, 296–312.
- Bowker, A. (2006). The relationship between sports participation and self-esteem during early adolescence. *Canadian Journal of Behavioural Science/Revue canadienne des sciences du comportement*, 38(3), 214.
- Bowker, A. (2006). The Relationship Between Sports Participation and Self-esteem During Early Adolescence. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 38(3), 214-229.
- Branden, N. (1992). *Power of Self Esteem*. Barnes & Noble Books.
- Brown, B. B., Clasen, D. R., Eicher, S. A. (1986). Perceptions of peer pressure, peer conformity dispositions, and self-reported behavior among adolescents. *Developmental psychology*, 22(4), 521.
- Bukowski, W. M., Newcomb, A. F., Hoza, B. (1987). Friendship conception among early adolescents: A longitudinal study of stability and change. *The Journal of Early Adolescence*, 7(2), 143-152.
- Burnett, S., Bird, G., Moll, J., Frith, C., Blakemore, S. J. (2009). Development during adolescence of the neural processing of social emotion. *Journal of cognitive neuroscience*, 21(9), 1736-1750.
- Buss, D. M. (1987). Selection, evocation, and manipulation. *Journal of personality and social psychology*, 53(6), 1214.

- Campos, J. J., Campos, R. G., Barrett, K. C. (1989). Emergent themes in the study of emotional development and emotion regulation. *Developmental psychology*, 25(3), 394.
- Casey, B. J., Jones, R. M., Hare, T. A. (2008). The adolescent brain. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1124(1), 111-126.
- Cast, A. D., Burke, P. J. (2002). A theory of self-esteem. *Social forces*, 80(3), 1041-1068.
- Chandler, T., Vamplew, W. Cronin, M. (2007). *Sport and physical education: the key concepts*. Routledge.
- Choudhury, S., Blakemore, S. J., Charman, T. (2006). Social cognitive development during adolescence. *Social cognitive and affective neuroscience*, 1(3), 165-174.
- Clasen, D. R., Brown, B. B. (1985). The multidimensionality of peer pressure in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 14(6), 451-468.
- Connolly, J. A., & Konarski, R. (1994). Peer self-concept in adolescence: Analysis of factor structure and of associations with peer experience. *Journal of Research on Adolescence*, 4(3), 385-403.
- Çay, R.D. (2011). *Parklarda Ergenlik Çağındaki Gençlerin Rekreasyon Gereksinimlerinin Saptanması*. Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Çelik, A., Şahin, M. (2013). Spor ve çocuk gelişimi. *The Journal of Academic Social Science Studies JASSS-International Journal of Social Science*, 6(1), 467-478.
- Çelik, S. B. (2018). Bedensel ve devinimsel gelişim. *Pegem Atıf İndeksi*, 57-81.
- Çepikkurt, F., Fındık, M. (2017). Takım Sporunu Yapanlarla Bireysel Spor Yapanların Sosyal Beceri Düzeylerinin Karşılaştırılması. *International Journal Of Sport, Exercise & Training Sciences-IJSETS*, 3(2), 55-63.
- Çırak, M.F. (2017). *Spor Yapan ve Yapmayan Öğrencilerin Temel Psikolojik İhtiyaçlarının Karşılanmasının İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Bartın Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı, Bartın.

- Çiğdemoğlu, S. (2006). Lise 1. sınıf öğrencilerinin akran baskısı, özsaygı ve dışadönüklük kişilik özelliklerinin okul türlerine göre incelenmesi. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.*
- Demir, M., Filiz, K. (2004). Spor egzersizlerinin insan organizması üzerindeki etkileri. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi, 5(2).*
- Derman, O. (2008). Ergenlerde psikososyal gelişim. *Adolesan Sağlığı II Sempozyum Dizisi, 63, 19-21.*
- Dinç, B. (2010). *Ergenlik Döneminde Beden İmgisinin Gelişimi Üzerine Aile, Akran ve Televizyonun Etkilerinin İncelenmesi.* Doktora Tezi. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Çocuk Gelişimi ve Eğitimi Anabilim Dalı, Ankara.
- Dishion, T. J., Patterson, G. R., & Griesler, P. C. (1994). Peer adaptations in the development of antisocial behavior. In *Aggressive behavior* (pp. 61-95). Springer, Boston, MA.
- Eime, R. M., Young, J. A., Harvey, J. T., Charity, M. J., Payne, W. R. (2013). A systematic review of the psychological and social benefits of participation in sport for children and adolescents: informing development of a conceptual model of health through sport. *International journal of behavioral nutrition and physical activity, 10(1), 98.*
- Elliott, G. P. (2004). *School Mobbing and Emotional Abuse: See It-Stop It-Prevent It With Dignity and Respect.* Routledge.
- Erbil, N., Divan, Z., Önder, P. (2006). Ergenlerin benlik saygısına ailelerinin tutum ve davranışlarının etkisi. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi, 10(10), 7-16.*
- Ersan, E. E., Dogan, O., & Dogan, S. (2007). Beden eğitimi ve antrenörlük bölümü öğrencilerinde benlik saygısı düzeyi ve bazı sosyodemografik özelliklerle ilişkisi. *Klinik Psikiyatri, 12, 35-42.*
- Esen, B. K. (2003). Akran Baskısı Düzeyleri ve Cinsiyete Göre Öğrencilerin Risk Alma Davranışı ve Okul Başarısının İncelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 2(20), 17-26.*

- Field, E. M. (2007). *Bully blocking: Six secrets to help children deal with teasing and bullying*. Jessica Kingsley Publishers.
- Fischer, K. W., Shaver, P. R., Carnochan, P. (1989). A skill approach to emotional development: From basic-to-subordinate-category emotions.
- Fitch, G. (1970). Effects of self-esteem, perceived performance, and choice on causal attributions. *Journal of personality and social psychology*, 16(2), 311.
- Fox, K.R. (1999) The influence of physical activity on mental well-being. *Public Health Nutrition*, 2 (Suppl.): 411–18.
- Garner, P., Gains, C. (1996). Models of intervention for children with emotional and behavioural difficulties. *Support for Learning*, 11(4), 141-145.
- Geçtan, E. (1998). *Psikanaliz ve Sonrası*. Remzi Kitabevi. İstanbul.
- Gökduz, N. (2018). *Sporcu Kimliğine Sahip Lise Öğrencilerinde Akran İlişkileri ve Akran Zorbalığının İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi .Karadeniz Teknik Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim dalı, Trabzon.
- Gül, S. K., & Güneş, İ. D. (2009). *Ergenlik Dönemi Sorunları ve Şiddet*, Sosyal Bilimler Dergisi, 11(1), 80.
- Gün, E. (2006). *Spor Yapanlarda ve Spor Yapmayan Ergenlerde Benlik Saygısı*. Yüksek Lisans Tezi. Çukurova Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim dalı, Adana.
- Gürçan, D. (2015). Benlik Farklılıklarına Rogers' ın Danışan Odaklı Terapisi ile Yaklaşım: Vaka Çalışması. *AYNA Klinik Psikoloji Dergisi*, 2(1), 13-26.
- Gürsu, O. (2011). *Ergenlik Döneminde Psikolojik Sağlık ve Dindarlık İlişkisi*. Doktora Tezi. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim Dalı, Konya.
- Güztepe S. Y. (2017). *Spor Yapan Ve Yapmayan Ergenlerdeki Benlik Saygısı Ve İçeride Dışarıya Dönük Kişilik Yapılarının İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul.

- Hakan, ACAR., Kılınç, M. Akran Baskısıyla Başa Çıkma Konusunda Hazırlanan Psikoeğitim Programının Lise Öğrencilerinin Akran Baskısı Düzeylerine Etkisi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 9(19), 287-300.
- Harris, P. L., Johnson, C. N., Hutton, D., Andrews, G., Cooke, T. (1989). Young children's theory of mind and emotion. *Cognition & Emotion*, 3(4), 379-400.
- Haviland-Jones, J., Rosario, H. H., Wilson, P., McGuire, T. R. (2005). An environmental approach to positive emotion: Flow. *Evolutionary Psychology*, 3(1).
- Hazar, Ç. M. (2006). Kişilik ve İletişim Tipleri. *Selçuk Üniversitesi İletişim Fakültesi Akademik Dergisi*, 4(2), 125-140.
- Hellstedt, J. C. (1990). Early adolescent perceptions of parental pressure in the sport environment. *Journal of sport behavior*, 13(3), 135.
- Hergüner, G. (1991). Çocuğun Spora Yönelmesinde Ailenin Rolü ve Önemi. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6(1), 91-95.
- Hill, J. P., & Lynch, M. E. (1983). The intensification of gender-related role expectations during early adolescence. In *Girls at puberty* (pp. 201-228). Springer, Boston, MA.
- Holt, N. L., Kingsley, B. C., Tink, L. N., Scherer, J. (2011). Benefits and challenges associated with sport participation by children and parents from low-income families. *Psychology of sport and exercise*, 12(5), 490-499.
- Hoşman, O. (2018). *Tenisçilerin Spora Özgü Başarı Motivasyon ve Benlik Saygısı Düzeylerinin Karşılaştırılması*, Doktora Tezi, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Konya.
- Hurlock, Elisabeth B. (1987). *Ergenlikte Beden Gelişimi*. Çeviren: Gülseren Günce. Ankara: Hacettepe Taş Kitapçılık.
- İnan, N.(2017). *Lise Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeyleri Ve Akran Baskısı İle İlişkisinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Cumhuriyet Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sivas.

- Kaltiala-Heino, R., Rimpela, M., Rantanen, P., Rimpela, A. (2000). Bullying at school—an indicator of adolescents at risk for mental disorders. *Journal of adolescence*, 23(6), 661-674.
- Karakaya, I., Coşkun, A., Ağaoğlu, B. (2006). Yüzücülerin depresyon, benlik saygısı ve kaygı düzeylerinin değerlendirilmesi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 7(3), 162-166.
- Karasar, N. (2008). *Bilimsel araştırma yöntemi: kavramlar-ilkeler-teknikler*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım, 77-78.
- Karataş, Z. (2012). Eğitim fakültesi öğrencilerinin empatik becerileri ve benlik saygısı düzeylerinin incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, Yıl 12, Sayı 23, Haziran 2012, 97 -114.
- Karmos, A. H., Karmos, J. S. (1981). Analysis of Curvilinear Relationship Between Self-Esteem and Emotional Adjustment. *Ohio Journal of Science: Volume 81, Issue 5-6*.
- Keating, D. (2004). Cognitive and brain development. In R. M. Lerner & L. Steinberg (Eds.), *Handbook of adolescent psychology* (pp. 45 – 84). New York: Wiley.
- Kernis, M. H. (2013). *Self-esteem issues and answers: A sourcebook of current perspectives*. Psychology Press.
- Kirkcaldy, B. D., Shephard, R. J., Siefen, R. G. (2002). The relationship between physical activity and self-image and problem behaviour among adolescents. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*, 37(11), 544-550.
- Kling, K. C., Hyde, J. S., Showers, C. J., Buswell, B. N. (1999). Gender differences in self-esteem: a meta-analysis. *Psychological bulletin*, 125(4), 470.
- Kuhn, D. (2008). *Child and adolescent development: An advanced course*. John Wiley & Sons.
- Kulaksızoğlu, A. (1998). *Ergenlik psikolojisi*. İstanbul: Remzi Yayınevi.
- Kumbaroğlu, Z. (2013). *Spor yapan ve yapmayan ortaöğretim öğrencilerinin empatik eğilim düzeyleri ile benlik saygısı düzeylerinin çeşitli sosyo-demografik özelliklerine göre karşılaştırılması*. Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

- Larson, R. W., Brown, J. R. (2007). Emotional development in adolescence: What can be learned from a high school theater program?. *Child development*, 78(4), 1083-1099.
- Leff, S. S., Hoyle, R. H. (1995). Young athletes' perceptions of parental support and pressure. *Journal of youth and adolescence*, 24(2), 187-203.
- Lerner, R. M., Steinberg, L. (Eds.). (2009). *Handbook of adolescent psychology, volume 1: Individual bases of adolescent development* (Vol. 1). John Wiley & Sons.
- Mecca, A., Smelser, N. J., Vasconcellos, J. (Eds.). (1989). *The social importance of self-esteem*. Univ of California Press.
- Mruk, C. J. (2006). *Self-esteem research, theory, and practice: Toward a positive psychology of self-esteem*. Springer Publishing Company.
- Musaağaoğlu, C., Güre, A. (2005). Ergenlerde davranışsal özerklik ile algılanan ana-baba tutumları arasındaki ilişkiler. *Türk psikoloji dergisi*, 20(55), 79.
- Nicolson, D., Ayers, H. (2004). *Adolescent problems: A practical guide for parents, teachers and counsellors*. David Fulton Publishers.
- O'Brien, E. J., Bartoletti, M., Leitzel, J. D., & O'Brien, J. P. (2006). Global self-esteem: Divergent and convergent validity issues. *Self-esteem issues and answers: A sourcebook of current perspectives*, 26-35.
- Oğuz, A. (2004). Toni Morrison'ın Sevilen (Beloved) Adlı Romanında Anima Ve Animus İlk örnekleri. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 4(2).
- Orr, E., Dinur, B. (1995). Actual and perceived parental social status: Effects on adolescent self-concept. *Adolescence*, 30(119), 603.
- Owens, T. J., Stryker, S., & Goodman, N. (Eds.). (2006). *Extending self-esteem theory and research: Sociological and psychological currents*. Cambridge University Press.
- Özdenk, S. (2018). Beden Eğitimi ve Spor, Faydaları, Önemi Ve Sınıflandırılması Physical Education And Sports, *Benefits, Important and Classification, Spor Bilimlerinde Akademik Araştırmalar*, (77).

- Özşaker, M. (2008). *12-14 Yaş Çocukların Motorsal Performans Ve Benlik Saygısı Düzeylerinin İncelenmesi*. Doktora Tezi. Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Sporda Psiko Sosyal Alanlar Anabilim Dalı, İzmir.
- Pamuk, U.(2018). *Ortaokul Öğrencilerinin Atılganlık Düzeyi İle Akran Baskısı Arasındaki İlişki*. Yüksek Lisans Tezi. Yeditepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Parke, R. D., Buriel, R. (2008). Socialization in the family: Ethnic and ecological perspectives. *Child and adolescent development: An advanced course*, 95-138.
- Parlaz, A. E., Tekgül, N., Karademirci, E., Öngel, K. (2012). Ergenlik dönemi: fiziksel büyüme, psikolojik ve sosyal gelişim süreci. *Turkish Family Physician*, 3(4), 10-17.
- Pedersen, S., Seidman, E. (2004). Team sports achievement and self-esteem development among urban adolescent girls. *Psychology of Women Quarterly*, 28(4), 412-422.
- Pipher, M. (1998). Reviving Ophelia: Saving the selves of adolescent girls. *Journal of Leisure Research*, 30(2), 291.
- Pişkin, M. (1997). Türk ve İngiliz lise öğrencilerinin benlik saygısı yönünden karşılaştırılması. *Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi Kitabı*. Adana: Çukurova Üniversitesi Yayınları.
- Rosenberg, F. R., Simmons, R. G. (1975). Sexdifferences in the self-concept in adolescence. *Sexroles*, 1(2), 147-159.
- Rosenberg, M. (1981). The self-concept: Social product and social force. *Social psychology: Sociological perspectives*, 593-624.
- Salar, B., Hekim, M., Tokgöz, M. (2012). 15-18 yaş grubu takım ve ferdi spor yapan bireylerin duygusal durumlarının karşılaştırılması. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (6), 123-135.
- Sargin, N., Çetinkaya, B. (2010). Akran baskısını azaltmada grupla psikolojik danışmanın etkililiği. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (23), 185-192.

- Satan, A. A. (2013). Ortaöğretim öğrencilerinde akran baskısının internet bağımlılığına olan etkisi. *International Journal of Social Science*, 6, 511-526.
- Savage, L. (2009). *Peer Pressure*. Greenhaven Publishing LLC.
- Savage, L. (Ed.). (2009:13). *Peer Pressure*. Greenhaven Publishing LLC.
- Shulman, S., Scharf, M. (2000). Adolescent romantic behaviors and perceptions: Age- and gender-related differences, and links with family and peer relationships. *Journal of Research on Adolescence*, 10(1), 99-118.
- Siesmaa, E., Blitvich, J., Telford, A. & Finch, C. (2011). *Sport participation: health benefits, injuries, and psychological effects*.
- Simmons, R. G., Blyth, D. A., Van Cleave, E. F., & Bush, D. M. (1979). Entry into early adolescence: The impact of school structure, puberty, and early dating on self-esteem. *American Sociological Review*, 44, 948-967.
- Simmons, R. G., Burgeson, R., Carlton-Ford, S., Blyth, D. A. (1987). The impact of cumulative change in early adolescence. *Child development*, 1220-1234.
- Siyez, D. M., Kaya, A. (2011). Empathic Tendency in the Peer Bullying Groups. *Inonu University Journal of the Faculty of Education (INUJFE)*, 12(2).
- Slutzky, C. B., Simpkins, S. D. (2009). The link between children's sport participation and self-esteem: Exploring the mediating role of sport self-concept. *Psychology of Sport and Exercise*, 10(3), 381-389.
- Sorensen, M. J. (1998). *Breaking the chain of low self-esteem*. Wolf Publishing Company.
- Soundy, A., Roskell, C., Stubbs, B., Probst, M., Vancampfort, D. (2015). Investigating the benefits of sport participation for individuals with schizophrenia: a systematic review. *Psychiatria Danubina*, 27(1), 0-13.

- Steinberg, L. (2009). Adolescent development and juvenile justice. *Annual review of clinical psychology*, 5, 459-485.
- Suat, K. O. L. (2011). Erken çocuklukta bilişsel gelişim ve dil gelişimi. *Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 21(21).
- Suveren,S. (1995). *Cimnastik Sporunun Yarışmacı Cimnastikçilerin Benlik Saygısı Üzerine Etkisi*. Doktora Tezi. Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Şahin, G.(2011). *Ankara'daki İki Lisenin Öğrencilerinde Riskli Sağlık Davranışları Ve Bunlara Akran Baskısı İle Diğer Bazı Faktörlerin Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Halk Sağlığı Anabilim Dalı,Ankara.
- Tarshis, T. P. (2010). *Living with peer pressure and bullying*. Infobase Publishing.
- Tice, D. M. (1991). Esteem protection or enhancement? Self-handicapping motives and attributions differ by trait self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(5), 711.
- Tunç, T.(2011). *Benlik Saygısı Ve Kaygının Çatışma Yönetim Stilleri Üzerindeki Etkileri: Bir Üniversite Hastanesi Örneği*. Doktora Tezi. Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İşletme Anabilim Dalı, Sakarya.
- Turkay, H. (2015). *Spor yapan çocuklar ile ailesine ekonomik katkıda bulunup spor yapamayan çocukların benlik saygısı düzeylerinin karşılaştırılması*. Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Ankara.
- Turkay, H., Gökyürek, B. (2015). The compare of the childs who provide their family for economical contribution and the childs level of self esteem who cant make sport. *Ovidius University Annals, Physical Education and Sport/Science, Movement and Health Series*, 15(2), 117-121.
- Uysal, F. (2012). *Sporcu ve Sedanterlerde Sportif Aktiviteye Katılım Öncesi Sağlık Durumlarının Değerlendirilmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Süleyman Demirel Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Spor Bilimleri Anabilim Dalı, Isparta.

- Wankel, L. M., Berger, B. G. (1990). The psychological and social benefits of sport and physical activity. *Journal of leisure research*, 22(2), 167-182.
- Welk, G. J., Corbin, C. B., Lewis, L. A. (1995). Physical self-perceptions of high school athletes. *Pediatric Exercise Science*, 7(2), 152-161.
- Wells, L. E. (2001). Self-esteem and social inequality. *Extending self-esteem theory and research*, 301-329.
- Whitehead, J. R., Corbin, C. B. (1997). Self-esteem in children and youth: The role of sport and physical education. *Journal of Human Kinetics*, p. 175-203.
- Whitney, I., Smith, P. K. (1993). A survey of the nature and extent of bullying in junior/middle and secondary schools. *Educational research*, 35(1), 3-25.
- Yetim, A. (2000). Sporun sosyal görünümü. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 5(1), 63-72.
- Yıldırım, M. (2007). *Şiddete başvuran ve başvurmeyen ergenlerin yalnızlık düzeyleri ve akran baskısı düzeyleri açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Yıldız, Y. (2015). *Spor Yapan ve Spor Yapmayan Üniversite Öğrencilerinin Sosyalleşme Ve Mutluluk Düzeylerinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Muğla.
- Yılmaz, H. A. Bir Derleme: Benlik Kavramına İlişkin Bazı Yaklaşımlar Ve Tanımlamalar. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, (48), 79-89.
- Yılmaz, K. (2018). *Anne baba tutumlarının ergenlerde benlik saygısına etkisi*. Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Yiğit, H. (2010). *Ergenlerin benlik saygılarının yaşam doyumu ve bazı özlük nitelikleri açısından incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.

EKLER

EK-1. MEB İzin Belgesi



T.C.
KARS VALİLİĞİ
İl Milli Eğitim Müdürlüğü

Sayı : 91782061-605.01-E.7329145
Konu : Araştırma İzni (Esengül GÜNGÖZ)

10/04/2019

VALİLİK MAKAMINA
KARS

Atatürk Üniversitesi Rektörlüğü Kış Sporları ve Spor Bilimleri Enstitüsü Spor Yönetimi Anabilim Dalı Tezli yüksek lisans öğrencisi Esengül GÜNGÖZ' ün "Spor Yapan Ergenlerde Akran Baskısının Benlik Saygısı Düzeylerine Etkisinin" konulu tez çalışmasını 8 Nisan- 30 Nisan 2019 tarihleri arasında uygulaması ile ilgili Atatürk Üniversitesi Rektörlüğü Öğrenci İşleri Daire Başkanlığı'nın 05.04.2019 tarih ve 1900113040 sayılı yazılarında belirtilmektedir.

Akran Baskısı Ölçeği ve Coopersmith Benlik Saygısı Envanteri, Milli Eğitim Bakanlığı'nın "Araştırma, Yarışma ve Sosyal Etkinlik İzinleri" konulu 2017/25 Nolu Genelgesi gereğince oluşturulan komisyon tarafından incelenmiş olup, tez çalışmasını İlimiz merkez ilçede bulunan liselerdeki (Random Yöntemiyle Seçilecek) spor yapan Öğrencilere 2018-2019 eğitim öğretim yılında eğitim ve öğretimi aksatmayacak şekilde, okul yönetiminin gözetiminde gönüllülük esasına dayalı olarak Müdürlüğümüzce mühürlenmiş Akran Baskısı Ölçeği ve Coopersmith Benlik Saygısı Envanteri uygulaması ve sonucunun CD ortamında Müdürlüğümüz Strateji Geliştirme Şubesine teslim edilmesi Müdürlüğümüzce uygun görülmektedir.

Makamlarınızca da uygun görülmesi halinde olurlarınıza arz ederim.

Gökhan ALTUN
İl Milli Eğitim Müdürü

OLUR
10/04/2019

Serdar DEMİRHAN
Vali a.
Vali Yardımcısı

EK-2. Kişisel Bilgi Formu

Sevgili Gençler;

Bu anket Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü Spor Yönetimi Anabilim Dalı Yüksek Lisans programı gereğince yapılmaktadır. Tez Konusu '**Spor Yapan Ergenlerde Akran Baskılarının Benlik Saygısı Düzeylerine Etkisi**'dir. Elde edilen bulgular Kesinlikle Başka Amaç İçin Kullanılmayacaktır. Zaman ayırdığınız için teşekkür ederim.

Esengül GÜNGÖZ

Demografik Özellikler

1. Yaşınız?

2. Cinsiyetiniz? Kız () Erkek ()

3. Kaçınıcı Sınıftasınız?

4. Ailenizin Gelir Düzeyi? Düşük Gelir Düzeyi () Orta Derecede Gelir Düzeyi ()
Yüksek Gelir Düzeyi ()

5. Annenizin Eğitim Durumu?

İlkokul () Ortaokul () Lise () Üniversite () Lisansüstü()

6. Babanızın Eğitim Durumu?

İlkokul () Ortaokul () Lise () Üniversite () Lisansüstü ()

7. Kardeş Sayınız?

Kardeşim yok () 1 kardeş () 2 veya 3 () 4 veya 5 () 6 ve üzeri ()

8. En Uzun Süre Yaşadığınız Yerleşim Birimi?

Köy () İlçe () İl () Büyükşehir ()

9. Oturduğunuz Evde Kiminle Yaşıyorsunuz?

Anne-Baba () Anne () Baba () Akraba yanında ()

10. Sosyal Olarak Kendinizi Nasıl İfade Edersiniz?

Az Sosyal () Sosyal () Çok Sosyal ()

11. Boş Zamanlarınızı Genelde Nasıl Değerlendirirsiniz?

Fiziksel etkinliklere katılarak () Sosyal etkinliklere katılarak ()

Kültürel etkinliklere katılarak () Sanatsal etkinliklere katılarak ()

Turistik etkinliklere katılarak () Dinlenerek ()

EK-3. Akran Baskısı Ölçeği

Bu ölçeğin amacı, sizlerin baskı altında hissettiğiniz durumları ve bu baskılar sonucunda katıldığınız etkinlikleri ortaya çıkartmaktır. Bu nedenle her bir maddeyi dikkatlice okuyup, samimi bir şekilde cevap vermeniz değerlendirme açısından önemlidir. Cümlelerin karşısındaki yerlere çarpı (X) koyarak işaretleyiniz. Bir cümleyi okuduktan sonra aklınıza ilk geleni işaretleyiniz ve lütfen bütün cümleleri işaretlemeyi unutmayınız.

Katılımınız için teşekkür ederim.

1.	Arkadaşlarım taşıdığı için ben de bıçak, kama vb aletler taşırım.	1	2	3	4	5
2.	Arkadaşlarım okuldan kaçmam için baskı yaparlar.	1	2	3	4	5
3.	Arkadaşlarım içki içtiği zaman ben de içerim	1	2	3	4	5
4.	Benim yaşındaki kişilerin cinsel deneyimleri olduğu için ben de denerim.	1	2	3	4	5
5.	Arkadaşlarım sigara içmem için baskı yaparlar.	1	2	3	4	5
6.	Arkadaşlarım sınavlarda kopya çektiği için ben de kopya çekerim.	1	2	3	4	5
7.	Arkadaşlarım karşı cinsten arkadaş edinmem için ısrar ederler.	1	2	3	4	5
8.	Arkadaşlarım korkak olduğumu düşünmesinler diye istediklerini yaparım.	1	2	3	4	5
9.	Arkadaşlarım ailemin izin vermediği yerlere gitmem için ısrar ederler.	1	2	3	4	5
10.	Arkadaşlarım sigara ikram ettiklerinde kendimi sigara içmek zorunda hissederim.	1	2	3	4	5
11.	Arkadaş grubumun dışında kalmamak için istemediğim şeyleri de yaparım.	1	2	3	4	5
12.	Arkadaşlarım birlikte olduğumuz toplantılarda içki içmem için baskı yaparlar.	1	2	3	4	5
13.	Arkadaşlarımın büyüdüğümü görmeleri için istediklerini yaparım.	1	2	3	4	5
14.	Arkadaşlarım korkmadığımı görsün diye kavgalara karışırım.	1	2	3	4	5
15.	Arkadaşlarım kumar (at yarışı, spor loto, okey vb.) oynamam için ısrar ederler.	1	2	3	4	5
16.	Arkadaşlarım sevmediğim yiyecekleri yemem için ısrar ederler.	1	2	3	4	5
17.	Arkadaşlarım beni daha sonra rahatsız etmemesi için gönüllü olmasam da istediklerini yaparım.	1	2	3	4	5

18.	Arkadaşlarım internet kafe veya atari salonlarına gitmem için ısrar ederler.	1	2	3	4	5
19.	Arkadaşlarımın üzüleceğini düşündüğüm için istediklerini yaparım.	1	2	3	4	5
20.	İstemediğim şeyleri bile arkadaşlarımın saygısını kaybetmemek için yaparım.	1	2	3	4	5
21.	Arkadaşlarım cinsel deneyim yaşamam için baskı yaparlar.	1	2	3	4	5
22.	Arkadaşlarımla birlikte olmak için eve geç giderim.	1	2	3	4	5
23.	Arkadaşlarım ilgilenmediği için ben de derslerle ilgilenmem.	1	2	3	4	5
24.	Arkadaşlarım istemediğim birçok şeyi yapmam için baskı yaparlar.	1	2	3	4	5
25.	Arkadaşlarımla eğlenmeye daha fazla zaman ayırdığım için ders çalışmaya daha az zaman kalıyor.	1	2	3	4	5
26.	Arkadaşlarım kavga çıkarınca zorunlu olarak ben de karışırım.	1	2	3	4	5
27.	Arkadaşlarım küfürlü ve argo konuştuğu için ben de onlar gibi konuşurum.	1	2	3	4	5
28.	Arkadaşlarım küfür etmemi onaylar.	1	2	3	4	5
29.	Kavga edince arkadaşlarım beni ciddiye alırlar.	1	2	3	4	5
30.	Arkadaşlarım istediği için zamanımın çoğunu arkadaşlarımla birlikte internet kafede veya atari salonlarında geçiririm.	1	2	3	4	5
31.	Arkadaşlarım ailemden izinsiz araba almam ve onlarla gezmem için baskı yaparlar.	1	2	3	4	5
32.	Arkadaşlarım girdiği için ben de internette porno sitelerine gizlice girerim.	1	2	3	4	5
33.	Arkadaşlarım siyasi amaçlı mitinglere katılmam için baskı yaparlar.	1	2	3	4	5
34.	Arkadaşlarım anne- babalarına karşı çıktığı için ben de karşı çıkarım.	1	2	3	4	5

EK-4. Coopersmith Benlik Saygısı Envanteri

Aşağıda her insanın zaman zaman hissedebileceği birtakım durumlar maddeler halinde verilmiştir. Eğer bu ifadeler sizin genellikle hissettiklerinizi tanımlıyor ise EVET, tanımlamıyor ise HAYIR sütununa çarpı işareti (X) koyunuz. Bu maddelerin doğru veya yanlış cevapları yoktur. Bu nedenle soruları cevaplarırken mantığınızdan çok duygularınıza kulak verin. Katkılarınızdan dolayı teşekkür ederim.

	EVET (benim gibi)	HAYIR (benim gibi değil)
1. Olanlara genellikle bozulmam.		
2. Sınıfın önünde konuşma yapmak bana oldukça zor gelir.		
3. Eğer gücüm yetse değiştirmek isteyeceğim pek çok özelliğim var.		
4. Fazla zorlanmadan karar verebilirim.		
5. Benimle birlikte olmak zevkli ve eğlencelidir.		
6. Evdeyken kolayca canım sıkılır, moralim bozulur.		
7. Yeni bir şeye alışmam çok zaman alır.		
8. Yaşıtlarım arasında popülerim.		
9. Annem ve babam genellikle duygularımı dikkate alır.		
10. Genellikle pek direnmeden kolayca vazgeçme gibi bir huyum var.		
11. Ailemin benden beklentisi çok fazla.		
12. Benim yerimde olmak oldukça zordur.		
13. Hayatımdaki her şey karmakarışık.		
14. Arkadaşlarım genellikle benim fikirlerimi izler.		
15. Kendime ilişkin olumsuz bir imajım var.		
16. Pek çok kere evden ayrılmayı düşündüm.		
17. Okuldayken sık sık canım sıkılır.		
18. Çoğu insan kadar güzel görünüşlü biri değilim.		
19. Söyleyecek bir şeyim olduğunda genellikle onu çekinmeden söylerim.		
20. Annem ve babam beni anlayabiliyor.		
21. İnsanların çoğu benden daha çok seviyor.		
22. Çoğu zaman anne ve babamın beni sanki zorladıklarını hissediyorum.		
23. Okulda çoğu zaman cesaretim kırılıyor.		
24. Sık sık keşke başka birisi olsam diye arzularım.		
25. Güvenilir biri değilim.		

ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler

Soyadı, Adı : GÜNGÖZ, Esengül
 Uyuşu : T.C.
 Doğum tarihi ve yeri : 1988, Elazığ
 Medeni hali : Evli
 Telefon :
 Faks : -
 e-mail : esenaydin23@gmail.com

Eğitim Derecesi

Okul/Program

Mezuniyet

yılı

Yüksek Lisans Erzurum Atatürk Üni. / Kış Sporları ve Spor Bilimleri Enst. Devam Ediyor
 Lisans Fırat Üni. / Beden Eğitimi Spor Yüksek Okulu 2011

Yabancı Dil

İngilizce

İş Deneyimi

Yıl

Yer

Görev

2016-Devam ediyor Kafkas Uni Sarıkamış MYO Öğretim Görevlisi
 2013-2016 Fatih Ortaokulu Elazığ\Karakoçan Beden Eğitimi Öğretmeni

Yayımlar

Ulusal ve Uluslararası Dergilerde Yayımlanan Makaleler

1. Turkey Hikmet, Mumcu Hasan Erdem, Kusan Osman, Aydın Ali Dursun, Güngöz Esengül (2018). Özne Sosyal Statü Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanması. İnsan Ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi, 7(4), 2391-2403.
2. Turkey Hikmet, Aydın Ali Dursun, Güngöz Esengül, Başkan AYTEKİN Hamdi, Aydın Hülya (2018). Spor Lisesi Öğrencilerinin Gelecek Beklentilerinin İncelenmesi. The Journal Of Turk-Islam World Social Studies, 17(17), 370-378.

Uluslararası Bilimsel Toplantılarda Sunulan ve Bildiri Kitaplarında Basılan Bildiriler

1. Turkey Hikmet, Aydın Ali Dursun, Kusan Osman, Güngöz Esengül, Aydın Hülya (2018). Spor Ve Sosyal Politikalar Çerçevesinde Madde Bağımlısı Gençlerin Sosyal Rehabilitasyonu. Uluslararası Kültür Ve Bilim Kongresi (Özet Bildiri/Sözlü Sunum).
2. Turkey Hikmet, Aydın Ali Dursun, Güngöz Esengül, Başkan Aytekin Hamdi, Aydın Hülya (2018). Spor Lisesi Öğrencilerinin Gelecek Beklentilerinin İncelenmesi. Uluslararası Kültür Ve Bilim Kongresi (Özet Bildiri/Sözlü Sunum).
3. Turkey Hikmet, Tunç Aygöl, Aydın Ali Dursun, Güngöz Esengül, Başkan Aytekin Hamdi (2017). Sosyo-Kültürel Bağlamda Çocuk Oyunları. Uluslararası Türk Halkları Geleneksel Sporlar - Oyunlar Sempozyumu (Tam Metin Bildiri/Sözlü Sunum).

Yazılan Ulusal/Uluslararası Kitaplardaki Bölümler

1. Spor Bilimlerinde Güncel Akademik Çalışmalar, Bölüm Adı:(Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Mesleki Sonuç Beklentilerinin İncelenmesi) (2018). Turkey Hikmet, Aydın Ali Dursun, Güngöz Esengül, Parlakkılıç Şeniz, Arı Çağrı, Aydın Hülya, Gece Kitaplığı, Editör: Meriç Eraslan, Basım Sayısı:1, Isbn:978-605-288-198-9, Türkçe(Bilimsel Kitap).