



ONDOKUZ MAYIS ÜNİVERSİTESİ  
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ  
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI

**11-13 YAŞ GRUBUNDAKİ SPOR YAPAN VE  
YAPMAYAN ÖĞRENCİLERİN İYİMSERLİK İLE  
SALDIRGANLIK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ**

**Yüksek Lisans Tezi**

**Barış ODA**

**Samsun  
Haziran-2014**





ONDOKUZ MAYIS ÜNİVERSİTESİ  
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ  
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI

**11-13 YAŞ GRUBUNDAKİ SPOR YAPAN VE  
YAPMAYAN ÖĞRENCİLERİN İYİMSERLİK İLE  
SALDIRGANLIK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ**

**Yüksek Lisans Tezi**

**Barış ODA**

**Danışman  
Yrd. Doç Özgür BOSTANCI**

**Samsun  
Haziran-2014**

T.C.  
ONDOKUZ MAYIS ÜNİVERSİTESİ  
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

Barış ODA tarafından Yrd. Doç. Dr Özgür BOSTANCI danışmanlığında hazırlanan 11-13 Yaş Grubundaki Spor yapan ve Yapmayan Öğrencilerin İyimserlik ile Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi başlıklı bu çalışma jürimiz tarafından ..... /..... /..... tarihinde yapılan sınav ile Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalında YÜKSEK LİSANS Tezi olarak kabul edilmiştir.

Başkan : .....  
(Unvanı, Adı Soyadı, Üniversite)

Üye : .....  
(Unvanı, Adı Soyadı, Üniversite)

Üye : .....  
(Unvanı, Adı Soyadı, Üniversite)

Üye : .....  
(Unvanı, Adı Soyadı, Üniversite)

Üye : .....  
(Unvanı, Adı Soyadı, Üniversitesi)

ONAY:

Bu tez, Enstitü Yönetim Kurulunca belirlenen ve yukarıda adları yazılı jüri üyeleri tarafından uygun görülmüştür.

..... / ..... /.....

**Unvanı Adı SOYADI**  
**Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürü**

## TEŞEKKÜR

Yüksek lisansa başlamam için beni teşvik eden, eğitim gördüğüm dönemde ve tez sürecimde her konuda bana yardımcı olan Sayın Yrd. Doç. Dr. Özgür BOSTANCI' ya, bana her konuda destek olan Eğitim Denetmeni amcam Şeref ODA ya beni bu günlere getiren her şeyimi borçlu olduğum annem Emine ODA ve merhum babam Şenol ODA' ya, zor günlerimde hep yanımda olan eşime ve varlığı ile beni her zaman mutlu eden Umut Efe' ye ÇOK TEŞEKKÜR EDERİM...

## ÖZET

### 11–13 YAŞ GRUBUNDAKİ SPOR YAPAN VE YAPMAYAN ÖĞRENCİLERİN İYİMSERLİK İLE SALDIRGANLIK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

**Amaç :** 11–13 yaş gurubundaki spor yapan ve yapmayan öğrencilerin iyimserlik ile saldırganlık düzeyleri incelenerek, spor yapmanın saldırganlık ve iyimserlik düzeyleri üzerindeki etkilerini tespit etmektir.

**Materyal ve Metod:** Araştırmada Samsun Çarşamba merkez ortaokullarında 6. 7. ve 8. sınıflarda öğrenim gören 11-13 yaş grubundaki, 224 spor yapmayan, 262 spor yapan toplam 486 öğrenci seçilmiştir. Öğrencilerin saldırganlık düzeyleri için Tuzgöl (1998) tarafından geliştirilen “Saldırganlık Envanteri”,iyimserlik düzeylerini için de Çalık’ın (2008) ilköğretim öğrencileri için geliştirdiği “İyimserlik Envanteri” uygulanmıştır. Bu anketlerin yanı sıra kişisel bilgi formu oluşturulmuştur. Demografik özelliklerin analizinde yüzde – Frekans dağılımı kullanılırken, verilerin istatistiksel analizi için T test ve tek yönlü varyans analizi (Anova) uygulanmıştır.

**Bulgular:** Araştırma bulgularına baktığımızda, spor yapıp yapmama durumuna göre öğrencilerin saldırganlık ve iyimserlik puanlarında anlamlı bir farka rastlanmamıştır ( $p>0.05$ ). Öğrencilerin saldırganlık ortalama puanlarında, cinsiyet, anne ve baba eğitim seviyesi, gelir seviyesi alt gruplarında anlamlı farklar görülürken ( $p<0.05$ ), yaş, kardeş sayısı, yapmış olduğu branş dikkate alındığında istatistiksel farklılığa rastlanmamıştır ( $p>0.05$ ). Öğrencilerin iyimserlik puanlarına baktığımızda, yaş, baba eğitim, gelir seviyesi değişkenlerinde anlamlı farklar görülürken ( $p<0.05$ ); cinsiyet, anne eğitim seviyesi, kardeş sayısı, yaptığı spor branşı değişkenlerinde anlamlı fark olmadığı görüldü ( $p>0.05$ ).

**Sonuç:** Yaptığımız araştırmada spor yapmanın iyimserlik ve saldırganlık durumları üzerinde etkili olduğu söylenemez; fakat literatüre bakıldığında birçok araştırmacı ve uzman spor yapmanın bireylerin fiziksel ve psikolojik durumları üzerinde etkili olduğunu iyimser ve saldırgan tutumlara olumlu etki ettiğini belirtmişlerdir. Bu nedenle aileler ve kurumlar çocukları psikolojik açıdan ve fiziksel açıdan sağlıklı olmaları için düzenli spor yapmaya teşvik etmelidirler.

**Anahtar Kelimeler:** Eğitim; İyimserlik; Kişilik; Saldırganlık; Spor

**Barış ODA, Yüksek Lisans Tezi**

**Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun, Haziran – 2014**

**ABSTRACT**  
**INVESTIGATION OF THE LEVEL OF AGGRESSION AND OPTIMISM ON**  
**THE STUDENTS AGED 11-13 WHO DO SPORTS OR NOT**

**Objective:** Determining the import of doing sports on the level of aggression and optimism aged 11-13 who do sports or not.

**Materials And Methods:** On this research, 6th, 7th, 8th grade students aged 11-13 studying secondary school have been participated from Samsun Çarşamba. 224 of them don't do sports and 262 of them do sports the total number is 486. In order to determine the level of aggression on the students who have attended this search, "Aggression Inventory" developed by Tuzgöl (1998) and for optimism level "Optimism Inventory" developed by Çalık (2008) for secondary school student in are used. In addition to personal information form has been formed. While T- Test and one-way ANOVA was applied for statistical analysis of data also for analysis of demographic features percent – frequency distribution is used.

**Results:** When we look at the research findings, a significant difference in the aggression and optimism score hasn't been determined by depending on wheather the students do sports or not( $p>0.05$ ). Whereas significant differences has been seen on the average aggression score of students according to the gender, parent's educational level and low-income subgroups'( $p<0.05$ ), statistical differences have been found when considering age, number of siblings and doing branch( $p>0.05$ ). When we look at the optimism scores of students, significant differences has been realised in the variables of age, father's educational level, income level( $p<0.05$ ); but it is not the same when variables of gender, parent's educational level, number of siblings and doing branch of sports are examined ( $p>0.05$ ).

**Condusion:** According to the study, it can not be said that doing sports is effective on the situation of aggression and optimism but when looking at the literature, many researchers and experts state that doing sports has effect on individuals' physical and psychological conditions. It has also a positive effect an aggressive and optimistic attitudes. For this reason, parents and institutions should encourage students to do sports for their being healty bath physically and psychologically.

**Keywords:** Agression; Education; Optimism; Personality; Sport

**Bariş ODA, Master Thesis**

**University of Ondokuz Mayıs, Samsun, June 2014**

## İÇİNDEKİLER:

Sayfa No

<b>TEŞEKKÜR</b> .....	III
<b>ÖZET</b> .....	IV
<b>ABSTRACT</b> .....	V
<b>İÇİNDEKİLER</b> .....	VI
<b>1. GİRİŞ</b> .....	1
<b>2. GENEL BİLGİLER</b> .....	3
2.1. Spor ve Sosyal Boyutları .....	3
2.1.1. Spor Tanımı.....	3
2.1.2. Spor ve Sosyal Çevre.....	3
2.1.3. Spor ve Sosyalleşme.....	5
2.1.4. Spor ve Eğitim.....	6
2.1.5. Spor ve Toplum.....	7
2.1.6. Sporun Kişisel Yönden Önemi.....	9
2.2. Spor ve Kişilik.....	10
2.2.1. Sporun Kişilik Üzerindeki Etkisi.....	11
2.2.2. Spor Yapan ve Yapmayanların Kişilik Özellikleri.....	13
2.3. İyimserlik.....	13
2.3.1. İyimserliğin Tanımı.....	16
2.3.2. İyimserlik ve Cinsiyet.....	21
2.3.3. İyimserlik ve Yaş Gurupları.....	22
2.3.4. İyimserlik ve Kalıtım.....	23
2.3.5. İyimserlik ve Kültür.....	24
2.3.6. İyimserlik ve Stresle Başa Çıkabilme Yöntemleri.....	25
2.3.7. İyimserlik, Sosyoekonomik Durum ve Eğitim.....	27
2.3.8. Spor ve İyimserlik.....	27
2.4. Saldırganlık.....	28
2.4.1. Saldırganlığın Tanımı.....	28
2.4.2. Saldırganlığın Sebepleri.....	29
2.4.3. Saldırganlıkla İlgili Kuramsal Görüş ve Yaklaşımlar.....	35
2.4.4. Saldırganlık ve Spor.....	44



<b>3. MATERYAL VE METOT</b> .....	48
3.1 Evren ve Örneklem.....	48
3.2 Veri Toplama Araçları .....	48
3.3. Kişisel Bilgi Formu.....	48
3.4. Saldırganlık Ölçeği.....	48
3.4.1. Saldırganlık Ölçeği'nin Güvenirliği.....	49
3.4.2. Saldırganlık Ölçeği'nin Geçerliliği.....	49
3.5. İyimserlik Ölçeği.....	50
3.5.1. İyimserlik Ölçeğinin İlköğretim Düzeyine Uyarlanması.....	50
3.6. Verilerin Analizi.....	58
<b>4. BULGULAR</b> .....	59
<b>5. TARTIŞMA</b> .....	68
<b>6. SONUÇ VE ÖNERİLER</b> .....	77
<b>KAYNAKLAR</b> .....	80
<b>EKLER</b> .....	89
Ek-1. Etik Kurul Raporu.....	89
Ek-2. Bilgilendirilmiş Gönüllü Olur Formu.....	90
Ek-3. Demografik Özellikler Anketi.....	93
Ek-4. İyimserlik Ölçeği.....	94
Ek-5. Saldırganlık Ölçeği.....	95
<b>ÖZGEÇMİŞ</b> .....	98

## 1.GİRİŞ

Spor, insanların fiziksel ve psikolojik sağlığının geliştirilmesi, heyecan duyma, yarışma üstün gelme ve gerçek anlamda başarı gücünün artırılması amacı ile belli kurallara göre rekabet ölçüleri içinde performansın en yüksek noktaya çıkarılması yolunda gösterilen yoğun çabalardır (Aracı, 1993).

Spor, insanı ilgilendiren birçok bilim ile iç içedir. Multidisipliner bir bilim olan spor psikoloji alanıyla yakından ilgilidir (Afyon ve Tunç 1997). Spor psikolojisindeki gelişmelerle birlikte son yıllarda en çok çalışılan konulardan biri, spor ve kişilik konusu olmuştur. Bu konuda, sporun kişilik üzerine etkileri, kişilik ve performans arasındaki ilişki, elit sporcuların kişilik özellikleri, sporcu kişiliği gibi çeşitli çalışma alanları oluşturulmuştur. Başarılı (Şampiyon) sporcuların diğer sporculardan farklı kişilik özelliklerine sahip olduğu ortaya konabilirse, yâda sporun ve egzersizin kişilik özellikleri üzerinde olumlu etkilerinin olduğu belirlenebilirse, antrenörlerin ve spor sektörünün işi çok kolaylaşacaktır. Çünkü bu sonuçlar sporcu ya da spor dalı seçimini kolaylaştıracak, yeni şampiyonlar çıkarabilecek, daha iyi derecelere ulaşılacaktır (Doğan, 2005).

Spor alanında yapılan çalışmaların yanıtını aradığı çeşitli sorular vardır. Spor yapanlarla yapmayanlar arasında kişilik özellikleri yönünden fark var mıdır? Elit sporcular diğer sporculardan farklı kişilik özelliklerine sahip midirler? Herhangi bir spor dalına özgü kişilik özellikleri var mıdır? Spor ve egzersiz kişilik özelliklerinde değişikliklere neden olur mu? Takım sporu yapanlarla bireysel spor yapanların kişilik özellikleri arasında fark var mıdır? Bu soruların yanıtlarını bulmak için çok sayıda araştırma yapılmış olmakla birlikte, birbiriyle çelişen sonuçlar bulunmuştur. Fakat tüm araştırmacıların “sporla kişilik arasında bir etkileşim olduğu” ve “sporun olumlu etkiler yarattığı” biçiminde bir ön kabulü vardır (Doğan, 2005).

Saldırganlık konusu şimdiye kadar yapılan pek çok araştırmaya konu olmuş ve bireylerdeki saldırgan davranışı açıklamak için; kalıtımsal faktörlerin etkisi, ailedeki yaşantıların bireyler üzerindeki etkileri, anne baba tutumları, annenin çalışma durumu, anne ya da baba yoksunluğu, kardeş sayısı, doğum sırası, çevre ve okul yaşantılarının etkisi, kronik hastalıklar, TV programları ve teknolojinin gelişimi, sosyo-ekonomik koşullar vb. gibi birçok konu ele alınıp incelenmiştir (Ağlamaz, 2006).

Fromm (1993) bir başka insana, hayvana ya da cansız nesneye zarar veren ya da zarar vermeyi amaçlayan bütün hareketleri saldırganlık olarak tanımlamıştır. Saldırganlığı; biyolojik olarak uyarlanabilir, yaşama hizmet eden *yumuşak saldırganlık* ile biyolojik olarak uyarlanamayan, *zalim saldırganlık* olarak ikiye ayırmıştır. Biyolojik uyarlanabilir saldırganlık; yaşamsal çıkarlara yönelik tehditlere verilen bir karşılıktır, kalıtımsal olarak programlanmıştır, bütün hayvanlarda ve insanlarda ortak olarak bulunur. Biyolojik bakımdan uyarlanamayan, zalimce saldırganlık ise; tehdiye karşı bir savunma değildir, kalıtımsal olarak programlanmamıştır, yalnızca insana özgüdür, toplumsal bakımdan yıkıcı olduğu için biyolojik yönden zarar vericidir.

Yapılan araştırmalarda saldırgan davranışların altında yatan nedenler üzerinde önemle durulduğu görülmektedir. Saldırganlığın temelinde; ailesel özelliklerin benliğin bir parçası haline gelmemesinin, vicdan gelişiminin eksikliğinin ve içsel kontrolün zayıflığının yattığı ortaya konulmaktadır. Ayrıca, saldırgan davranışların aile tarafından çocuklara uygulanan disiplin yöntemlerinin olumsuz etkileri, anne-baba tarafından verilen cezalar ve saldırgan davranışın aile tarafından pekiştirilmesine yönelik tutumlar ile desteklendiği ifade edilmektedir. Bununla birlikte engellenme ve öfkenin de saldırganlığa yol açtığı ortaya konulmaktadır (Yıldırım, 1998).

Öte yandan iyimserlik ise olabileceklerin en iyisini umma eğilimidir. Bireylerin karşılaştıkları sorunlarda takındıkları tavırlar genellenmiş beklentileri ile ilgilidir. İyimserlik, bu genellenmiş olumlu beklentilerdir. (Scheier ve ark., 1999).

Günümüzde birçok araştırmacı psikolojinin konu alanında yer alan iyimserlik olgusu üzerinde araştırma yapmaktadır. İnsan yaşamındaki köklü değişiklikler diğer bilim dallarında olduğu gibi psikolojide de köklü değişikliklerin gerçekleştirilmesini zorunlu kılmıştır. Teknoloji ve sanayinin gelişmesi insanların yaşam standartlarını arttırma istekleri, iş, okul, aile hayatındaki olumsuzluklar insanları kötümser düşüncelere yönlendirmekte ve depresyona yakalanma oranları artmaktadır. Bununla doğru orantılı olarak intihar vakaları gün geçtikçe çoğalmakta, bireyler yalnızlaşmaktadır.

Eldeki bu bilgilere dayanılarak bu çalışmada, spor yapan ve yapmayan kişiler arasında kişilik farkı var mıdır? sorusu özele indirgenerek, spor yapan ve yapmayan bireylerin saldırganlık ve iyimserlik durumları ele alınmış, çeşitli faktörlerle ilişkisi incelenmiştir.

## **2. GENEL BİLGİLER**

### **2.1. Spor ve Sosyal Boyutları**

#### **2.1.1 Sporun Tanımı**

Spor her şeyden önce insan unsuruna hitap ettiği için, amaç ister sağlıklı ve iş verimi yüksek bir toplum yaratmak olsun, ister geleceğe güvenle bakabilecek yapıcı, yaratıcı ve sağlıklı bir gençlik yetiştirmek olsun, ister sosyal çözülmeye ve yabancılaşmaya karşı kullanılabilir bir araç olması özelliğiyle, sporun günümüzde çok etkin ve vazgeçilmez bir sosyal olgu durumuna geldiği bir gerçektir (Yetim, 2011).

İnsanlık tarihinin ilk dönemlerinden bu yana toplumlar içinde çok önemli bir yer kazanan sporun, bilim adamları tarafından birçok tanımı yapılmıştır. Bu tanımlardan birkaçını şöyle sıralaya biliriz.

Spor, ferdin tabii çevresini beşeri çevre haline çevirirken, elde ettiği yetenekleri geliştiren belirli kurallar altında araçlı veya araçsız ferdi veya toplu olarak boş zaman faaliyeti kapsamını içinde veya tam zamanını alacak şekilde meslekleştirerek yaptığı sosyalleştirici toplumla bütünleştirici ruh ve fiziği geliştiren rekabetçi dayanışmacı ve kültürel bir olgudur (Doğan, 2005; 2007).

Spor, bireyin beden ve ruh sağlığının geliştirilmesi, belli kurallara göre rekabet ölçüleri içinde mücadele etme, heyecan duyma, yarışma ve üstün gelme ve gerçek anlamda başarı gücünün artırılması kişisel açıdan en yüksek noktaya çıkarılması yolunda gösterilen yoğun çabalardır (Aracı, 1993).

Spor, kişinin beden ve ruh sağlığını koruyucu bütün yapısının dengeli olarak geliştirilmesi ile ilgili olan faaliyetlerin başarıya ve yarışmaya dönüşmüş şeklidir. Spor hedef olan başarıya ulaşma yolunda çeşitli yönleriyle kişinin sağlığını da dikkate alan bir faaliyet olmalıdır (Özbaydar, 1983).

İnsan ruhundaki mücadele ve başarı azminin tabiat ve sosyal yapı ile karşılıklı ilişki kurmak suretiyle, sistemli ve adil, belirli kurallar içinde fizik, moral, toplumsal ve karakter kişiliğinin yarışmaya dönüşmesine “spor” denir (Keten, 1993).

#### **2.1.2. Spor ve Sosyal Çevre**

Toplum, canlı ve cansız her türlü varlıkla ilişkiler bağı kurar, bunları anlamlandırır, değerlerle donatarak kendi varlığının bir ögesi haline getirir. Bu bir

bakıma çevreye alıştıırma işlemidir. Bu işlemin sonucunda oluşan ne varsa sosyal çevre olarak algılanır. Son yıllarda sıkça kullanılan sosyal çevre kavramı gündelik yaşama girerek, politikadan bilime kadar çok çeşitli alanlarda kullanılır olmuştur. Sosyal çevreyi oluşturan şartlar: fiziksel, sosyal ve kültürel öğeler olarak sınıflandırılabilir. Daha açık bir ifade ile bireyin ailesi, komşuları, akrabaları, arkadaşları, mahallesindeki insanlar, evi içinde yaşadığı kenti, okulu, iş yeri hatta kullandığı aletler bile bireyin yaşamında etkili olan sosyal çevre unsurlarıdır. Her birey farklı çevre şartlarında yaşamını sürdürmektedir. Göz ardı edilmemesi gereken bir diğer nokta da, teknolojiye ve kitle iletişimindeki ileri gelişmelerdir. Böylece dünyanın erişilebilir hale gelmesi toplumda çevresi az veya gelişmemiş bireylerin ufuklarını da genişletmektedir. (Göktepe, 2008).

Çağdaş toplumlar, sporu sosyal hayatın ayrılmaz bir parçası sayarken, geri kalmış toplumlar ise sporun önemini kavrayamamış ve göz ardı etmişlerdir. Günümüzde, toplumların spora yaklaşımları toplumların genel yapısını yansıtır. Spor aslında gelişmişliğin bir ölçütü olarak da kabul edilmektedir (Yetim, 2000). Sporcular açısından önemli bir faktör olan sosyal çevre; aile, yakın çevre, okul iş çevresi ve toplum kitle iletişiminden oluşur ve etkilenir (Kılıcıgil, 1998).

Sosyal çevrenin taşıdığı özellikler farklı sportif faaliyetlerin geliştirilmesine zemin hazırlamaktadır. Sosyal çevre olarak düşünebileceğimiz okul, aile, iş yeri ve insan tarafından işlenmiş, değerlendirilmiş olan fiziki çevre şartları, sportif faaliyetlerin hangi branşta yoğunlaştığına ışık tutmaktadır. Aynı şekilde, okul, aile ve iş yerinde kabul görmeyen bir faaliyet toplumda gelişmemişse, dışı kapalı homojen sosyal bir yapı varsa, sosyal değişme yavaş ve yetersiz ise, sportif faaliyet de arzu edilen seviyeye çıkamayacaktır. Bilindiği gibi spor, sosyal bir role sahiptir (Erkal, 1992).

Birey, herhangi bir spor branşında faaliyette bulunarak sosyal çevrenin baskısından, stresinden uzaklaşmaktadır. Aynı zamanda spor faaliyetlerini yaptığı bir sosyal çevreyi mensup olmakla ve o çevrenin kurallarına göre hareket ederek sorumluluk duygusunu geliştirmektedir. Sosyal çevre ve spor ilişkisi bireyin geleceğini garanti altına alması ve hayatını idame ettirebilmesi şeklinde bir mesleki çevre olarak sportif faaliyetlerde bulunması şeklinde karşımıza çıkmaktadır. Diğer taraftan modern toplumun ve kentleşmenin ortaya çıkardığı stres ve baskıdan kurtulmak, kendine zaman

ayırarak hoş bir vakit geçirme ve eğlence isteği açısından sosyal çevre ve spor iç içe girmektedir (Karaküçük, 1997).

### **2.1.3. Spor ve Sosyalleşme**

Sosyalleşme, bireyin doğuştan itibaren toplum üyeliğini kazanmasında geçirdiği safhaların bütünüdür. Doğum ile birlikte yaşam sürecinde şahsiyetin gelişmesi ve toplum içerisinde ferdiyetin gelişmesi sosyalleşme sürecidir (Erkal ve ark. 1998).

Sosyalleşme, bireyin sosyal gruba katılması olgusudur. Birey; bir gruba girerken o grupta geçerli olan sosyal normları o grup içinde girişte ve ileride alacağı rolleri, ulaşacağı sosyal mevkileri, bu rol ve mevkilerin kendisinden beklediği davranış, beceri ve inançları öğrenip benimsemek durumundadır. Sosyalleşme olgusu doğumdan hemen sonra başlar. Bireyin toplumda geçerli olan değerleri, inançları, vaziyet alışlarını, davranış kalıplarını öğrenip özümsemesi, çocukluk ve gençlik döneminde girdiği gruplarda geçerli değer, tavır ve rol beklentilerine göre “sosyal ben” ini veya “sosyokültürel şahsiyet” ini kazanması ile devam eder. Aslında, insan bütün hayatı boyunca sosyal pozisyonlarda yani sosyal roller üstlendiği için, bu rollerin öğrenilmesi sırasında sosyalleşme de hayat boyu devam eder (Ergün, 1987).

Spor, ele alınış biçimi ve toplumsal doğurguları nedeniyle dikkatli ele alınması gereken bir konudur. Bir kültür aracı olarak spor, kitleleri değişik yönlerde etkileyebileceği gibi, saldırganlık içgüdüsünün körükleyici açıdan işlendiği zaman olumsuz sonuçlar doğurabilecek nitelikte bir olgu olabilmektedir. Toplumsal ekonomik yapı ve sistemlere bağlı olan spor, olumlu işlevleri olan bir olgu olabileceği gibi, olumsuz sonuçlar doğuran bir olgu da olabilmektedir (Doğan, 2007).

Spor yapanlar, sosyal çevre edindiğini, dostlar sağladığını söylerler. Spor sayesinde insanlar yeni çevrelere girerler. Kentler arası, ülkeler arası dostluklar sporla gelişir. Spor, iletişim araçlarının en önemlilerinden biridir. Bir milletin fertleri arasındaki duyguyu beslemek, onları ortak gayeye yöneltmek sporla sağlanabilir (Balcıoğlu, 2003).

Sporun önemli işlevlerinden birisi bireyin bir gruba ait olma duygusunu algılaması ve geliştirmesidir. Aidiyet duygusu sosyal bir varlık olan insanın sosyalleşme sürecinde önemli değerlerden birisi olarak kabul edilmektedir. Aileye, takıma, millete ait olma, kişinin toplumda üstlendiği rolün belirlenmesinde, belirli bir statü

kazanmasında önemli bir olgu olarak görülmektedir. Spor alanında elde edilecek başarılar bu duyguların artarak devam etmesine ve bireylerin sosyalleşmesine yardımcı olacaktır (Nirun ve Özönder, 1990).

Spor, oyunsal bir nitelik göstermesi nedeniyle eğlendirici ve dinlendirici bir etkinlik gibi görülmektedir. Oyunun birçok özelliklerini sporda da görmek olanaklıdır. Oyunda olduğu gibi sportif yarışmalarda zaman ve mekan boyutu açısından sınırlı da olsa bir etkileşim vardır. İlke olarak olimpiyat düşüncesinde önemle vurgulandığı gibi, sporun kendi amacı dışında, başka bir amaca hizmet etmemesi gerekir. Oysa toplumsal uygulamalar açısından spora bakıldığında sporun birçok simgesel ve toplumsal işlevleri olduğu görülür. Sporun bütünleştirici, birleştirici ve eğitimsel işlevleri yanında, günlük yaşamın kimi gereksinimlerini güvence altına almaya yönelik bir işlevi olduğu görülmektedir (Doğan, 2007).

Modern toplumlarda spor yaygın ve etkili sosyal kurumlardan biridir. Sporun bilinçli olarak yaygınlaştırılması ve halkın çağdaş anlamda spor yapması ile gelişmişlik arasında önemli ölçüde paralelliğin varlığı kabul edilmektedir (Yetim, 2011).

Spor, bireyin dinamik sosyal çevrelere katılımını sağlayan bir sosyal etkinlik olması özelliğinden dolayı, kişinin sosyalleşmesinde önemli bir role sahiptir. Ayrıca spor, bireyin kendi dar dünyasından kurtularak başka ortamlarda, başka kişilerden, inançlardan, düşüncelerden insanlarla diyalog içinde bulunmasını, onlardan etkilenmesini ve onları etkilemesini sağlamaktadır. Bu yönüyle sporun, yeni dostlukların kurulmasına, pekiştirilmesine ve sosyal kaynaşmaya katkı sağladığı söylenebilir. Spor sadece spor yapanlar değil izleyici kitleler arasında da önemli bir sohbet ve muhabbet konusu oluşturmaktadır (Çaha, 1999).

#### **2.1.4. Spor ve Eğitim**

Eğitim, genel anlamı ile yetişkin nesiller tarafından sosyal hayata hazır olmayan nesiller üzerinde uygulanan bir işlemdir. Eğitim, eğitimden faydalananların sosyal tabakalaşma pramidinde yukarı doğru hareketlilik kazanmaları ile elde edecekleri sosyal statü sayesinde meslek sahibi olmalarına da zemin hazırlamaktadır (Erkal, 1992).

Eğitim, her şeyde olduğu gibi kişilerin spora yönelmelerinde de etkilidir. Sporu fiziksel ve ruhsal bir eğitim olarak düşündüğümüzde, sporun eğitim ile özdeş olduğunu belirtebiliriz. Toplum hayatını bu derece genişliğine kapsayan eğitimin, sistem içinde

oynadığı rol büyüktür. Bu bakımdan, sporu ve sportif faaliyetleri de eğitimin kapsamı içinde düşünmeliyiz (Arıkan, 2000).

Sporun en önemli boyutlarından biriside eğitimidir. Spor bu boyutuyla ele alındığında iki şekilde değerlendirilmesi gerekir. Spor için eğitim ve eğitim için spor. Spor için eğitimde spor amaçtır ve sporun en üst düzeyde gerçekleştirilebilmesi için eğitimden yararlanır. Sporcuyu eğitimi, antrenör eğitimi, seyirci eğitimi, hakem ve spor yöneticilerinin eğitimi söz konusudur. Bu anlamda eğitim sporun hizmetindedir ve sporun teknik, estetik ve performans düzeyini yükseltmek için vazgeçilmez bir yoldur. Antrenman bilimi ve spor fizyolojisi, spor psikolojisi, spor yönetimi işletmesi, spor pedagojisi gibi pek çok bilim dalı spor için eğitimde önemli yer tutar. Eğitim için sporda ise spor, eğitimin hedeflerine ulaşması için kullanılan araçlardan sadece bir tanesi ama belki de en eğlencelisi ve doğru kullanıldığında en etkilisidir (Öztürk, 1998).

Bedensel, ruhsal ve sosyal açılardan sağlıklı birer toplum yaratmak için, örgün eğitim kurumlarının yanında yaygın spor eğitimine de gerekli önem verilmelidir. İçinde yaşadığımız çağda, insanların hayatları rutinleşmekte, beşeri ve sosyal ilişkileri azalmakta, boş zamanları çoğalmakta ve bu insanların sıkıntıları artmakta ve yeterli hareket alanı bulamamaktadırlar. Tüm bu olumsuzluklar ve özellikle hareketsizlikler, zaman içinde insanın zindeliğini yitirmesine, sinir, kas ve dolaşım sisteminin bozulmasına ve iş veriminin düşmesine neden olmaktadır. Bu kayıpları gidermek için, gelişmiş ülkelerde ve iş çevrelerinde aktif dinlenme etkinlikleri olan beden eğitimi ve spor programları yürürlüğe konmaktadır (Yetim, 2011).

Okullarda yapılan sportif faaliyetlerle ve beden eğitimi dersleri ile çocuklar ilk defa sporla tanışmaktadırlar. Okulda yapılan etkinliklerin spora yönlendirme etkisi vardır. Beden eğitimi derslerinin başarı ile uygulanmasının bu konuda etkisi fazladır. Beden eğitimi öğretmenleri spora yönlendirmede önemli sorumluluklar yüklenmektedirler. Beden eğitimi derslerinde kişi kendini tanır, tanıtır, yeteneklerinin sınırını bilir ve geliştirir, sağlıklı ve dinç bir vücuda sahip olur, kişisel becerileri gelişir, sportif aktivitelerle birlikte sosyalleşme sürecini hızlı bir şekilde yaşar (Kılıçgil, 1998).

### **2.1.5. Spor ve Toplum**

Günümüzde geniş kitleleri ilgilendiren spor olgusunda, sportif yarışma sonucu statü farklılaşmasına bağlı olarak bir hiyerarşi durum ortaya çıksa bile, bu durum



sınıfsal bir şekle dönüşmez. Toplumsal uygulamalar açısından spora bakıldığında, sporun birçok simgesel ve toplumsal işlevleri olduğu görülür. Sporun bütünleştirici, birleştirici ve eğitimsel işlevi yanında günlük yaşamın kimi ihtiyaçlarını güvence altına almaya yönelik bir işlevi olduğu da görülmektedir (Armağan, 1981). Bir toplumda spora katılım şekli, düzeyi, yararı ve sorunları sadece kişilerin yetenekleri ve ilgilerine bağlı değildir. Toplumun spora bakış açısı ve spor politikaları, sporun gelişip yayılmasında ve sporda başarılı olunmasında önemli rol oynar. Çağımızda, özellikle gelişmiş ülkeler başta olmak üzere spora büyük önem vermekte ve uluslararası spor organizasyonları ve spor yarışmalarında ön sıralarda yer alabilmek için büyük bir mücadele vermektedirler. Çünkü büyük organizasyonları gerçekleştirmek ve sporda büyük başarılar kazanma, ulusal saygınlığın bir göstergesi kabul edilmektedir (Öztürk, 1998).

Spor, kişisel açıdan olduğu kadar toplumsal kalkınma açısından da önemlidir. Sporun toplumsal kalkınmayı olumlu yönde etkilemesi için, her şeyden önce geniş kitlelerin temel spor kültürüne ve spor yapma imkanlarına sahip olması gerekir. Ülke içindeki sportif ilişkilerin kültürel kaynaşmayı teşvik etmesi, davranış tavrı alışların birleştirilmesi, iç turizmin birleştirilmesi, kitlelerin boş zamanlarının değerlendirilmesi, sporun geniş kitlelere mal edilmesi, beden sel, fiziksel, ruhsal anlamda sağlıklı nesiller yetiştirilmesinin bir aracı olarak kullanılmaktadır. Bu durum, bir yandan bireylere yarar sağlamakta, diğer yandan ise sosyal kalkınmanın unsurlarından biri olarak, toplum içinde önemli bir fonksiyonu yerine getirmektedir. Çünkü her yönden sağlıklı bireylerden meydana gelen toplumlar aynı ölçüde sağlık milli birlik ve bütünlük içinde bulunurlar (Keten, 1993).

Spor gerek katılımcısıyla gerek seyircisiyle tüm insanların günlük yaşamını olumlu ya da olumsuz bir şekilde etkiler. Bütün bilinenler sporun toplumun dışında olmadığını birer kanıtı olarak karşımıza çıkmaktadır. Toplumla içten ve düzenli bir şekilde bağlanmış bir toplumsal etkinlik olan spor, bir ulusu “Biz” duygusu çerçevesinde toplar ve öteki bütün küçük iç çekişmelerin ayrılıklarının silinmesinde etkili olur. Toplumca belirlenen ve denetlenen koşullar altında, istikrarlı benliklerin ya da kişiliklerin oluşumuna katkıda bulunan sporun, bir toplumsal kümenin farklı kurumları arasında da bütünleştirici aracı olduğu ve toplumdaki ayrılık ve ayrılıkların doğmasını önlediği görülmektedir. Toplumsallaştırıcı ve uygarlaştırıcı görevleri en etkili biçimlerde yerine getiren sporun özellikle “Dürüst Oyun” kurallara ve otoriteye

saygı, özdenetim ve öz disiplin gibi erdemlerin edinilip sürdürülmesinde yararı gözden uzak tutulmadığı gibi, toplumca kurulup geliştirilir, anlamlandırılır ve tanımlanır (İnel 1996).

Toplumun vazgeçilmez zevklerini, ihtiyaçlarını karşılayarak kendisine bağlayan spor, günümüz dünyasında büyük bir sosyal kurum olduğunu kabul ettirerek toplumu çok yakından ilgilendiren belli davranışlar, düşünceler, inançlar ve simgeler geliştirmiştir. Spor, her sosyal kurum gibi, diğer sosyal kurumlarla ilişki halindedir ve o toplumun hukukundan, siyasetinden, ekonomisinden, demografik, kültürel, coğrafi yapısından ve çevresinden ayrı düşünülemez (Kılıcıgil, 1998).

### **2.1.6. Sporun Kişisel Yönden Önemi**

Bir kısım psikologlar kişiliği insanın uyarıcı olma bakımından değeridir diye açıklar. İnsanın toplumda oynadığı çeşitli roller ve bu rollerin başkası üzerinde bıraktığı etkilerin tümüne kişilik çerçevesinden bakarlar. Rol yapmak, rolü üstlenilen kişi gibi davranmak anlamına gelir. Bir diğeri ya da bir nesne ile özdeşleşmektir. Rol bireyin dikkat, ilgi gözlem, algı, yetenek ve çabalarıyla yakından ilişkilidir. Oyun ve sportif etkinlikler içinde bireyler sürekli olarak birbirlerini güdüleyerek zengin bir birikime sahip olurlar, bu birikimlerde yaşam süreçleri boyunca onlara bir takım kolaylıklar sağlar. “ Oyun yoluyla toplumsallaşan ben ve başkası kavramlarının bilincine varan çocuk içinde aldığı roller bakımından kendi kişiliğini daha iyi tanır, kendini başkalarından ayırt eden özelliklerin farkına varır (Yavuzer, 1982).

Kişilik ve spor eylemleri arasında bir ilişki olup olmadığı konusu Otto Neumann tarafından araştırılıp şu sonuçlar ortaya çıkarılmıştır:

- Spor yapanlar yapmayanlara göre daha dirençli, çalışkan, dinamik ve pratik beceri sahibidir.
- Spor yapanlar yapmayanlara göre kendini kontrol etme, iradeye hakim olma, kendini savunma ve özverili olma konusunda az da olsa farklılık gösterir.
- Spor yapanların ağır çalışma ve çevreden kaynaklanan güçlüklerle karşı daha dayanıklı ve uyum sağlayıcı oldukları görülmektedir.

Neumann kişilik konusunda çocukluk çağından başlayarak sporcuların yetenekleri ve özellikle kişiliklerinin gelişmesine yardımcı olmak bakımından kendilerine olanaklar sunulduğunda onların yaşamlarında yardımsever, yaratıcı, doğru

davranışlara yönelen ve gerçekçi olacakları görüşündedir. Kuşkusuz yukarıdaki kişilik özelliklerinin kazanılması, uzun süren bir eğitim süreciyle olanaklıdır (Koç, 1994).

Yetim (2011), sporun kişisel yönden önemini aşağıdaki gibi sıralamıştır.

- Günlük iş ve yaşantılarında verimli ve sağlıklı olmalarını sağlar.
- Güçlü ve sağlıklı bir fiziki yapıya kavuşmasını sağlar.
- Hayatın zorluklarına ve hastalıklara karşı dayanıklılık sağlar.
- Kültürel zevkler ve duyarlılık sağlar.
- Boş zamanların yararlı bir biçimde değerlendirilmesini sağlar ve böylece insanlar iyi dinlenir, eğlenir ve zinde olur.
- Liderlik, hoşgörü, arkadaşlık, iyiyi, doğruyu, gücüyle kazananı takdir etme gibi nitelikler kazandırır.
- Kendini kontrol etme, kendine ve başkalarına saygıyı öğretir.
- Ölçülü ve planlı bir çalışma ve dinlenme alışkanlığı kazandırır.
- Sosyal sorumluluğu geliştirir.
- Kolektif çalışma alışkanlığı kazandırır.
- Yapıcı ve üretici yetenekleri geliştirir.
- İş, görev ve meslek sorumluluğu kazandırır.
- İş gücünü artırır.

## **2.2. Spor ve Kişilik**

Spor psikolojisindeki gelişmelere koşut olarak son yıllarda en çok çalışılan konulardan biri, spor ve kişilik konusu olmuştur. Bu konuda sporcu kişiliği, sporun kişilik üzerine etkileri, kişilik ve performans arasındaki ilişki, elit sporcuların kişilik özellikleri önemli çalışma alanlarını oluşturmuştur. Başarılı sporcuların diğer sporculardan farklı kişilik özelliklerine sahip olduğu ortaya konabilirse, yâda sporun ve egzersizin kişilik özellikleri üzerinde olumlu etkilerinin olduğu belirlenebilirse, antrenörlerin ve spor sektörünün işi çok kolaylaşacaktır. Çünkü bu sonuçlar sporcu ya da spor dalı seçimini kolaylaştıracak, yeni şampiyonlar çıkarabilecek, daha iyi derecelere ulaşılacaktır (Doğan, 2005).

Bu alandaki çalışmaların yanıtını aradığı sorular şunlardır:

1. Spor yapanlarla yapmayanlar arasında kişilik özellikleri yönünden fark var mıdır?

2. Elit sporcular diğer sporculardan farklı kişilik özelliklerine sahip midirler?
3. Herhangi bir spor dalına özgü kişilik özellikleri var mıdır?
4. Spor ve egzersiz kişilik özelliklerinde değişikliklere neden olur mu?
5. Takım sporu yapanlarla bireysel spor yapanların kişilik özellikleri arasında fark var mıdır?

### **2.2.1. Sporun Kişilik Üzerindeki Etkisi**

Düzenli olarak egzersize katılmanın fiziksel ve psikolojik sağlığı olumlu yönde etkilediği düşünülmektedir. Kendine güvenin artması, olumlu kişilik düşüncesi, kendini kabul, anksiyete, depresyon ve strese azalma, sporun kişi üzerindeki olumlu etkileridir. Spor, insana, zekâsının ve vücudunun kötü yanlarını unutmaya için yardım eder. Sporla insan zaman zaman unuttuğu vücudunun bilincine varır. Spor bir anlamda vücudun kendi isteğinin bir ifadesidir (Kuru, 2000).

Sporun korku, aşk, öfke gibi coşkuların normal gelişmesine olanak hazırlayan bir gücü vardır. Bireyi bitkin ve yorgun hale düşüren bedensel ve ruhsal yaşamı engelleyen coşku, spor ve hareket yardımıyla giderilir, kişi normal duruma gelir. Spor, karakterini şekillendirir, işbirliği yapmayı öğretir, kişisel disiplini geliştirir, mücadeleyi öğretir, cesareti artırır, saldırganlık dürtülerini, doğal yolla ve sosyal kurallara uygun olarak boşaltmayı öğretir (Kuru, 2000).

Spor yapmak yalnızca bir bedensel uğraş olmayıp, sosyalleşme ve topluma uyum sürecidir. Spor bir kurallar dizisi ile sınırlandırılmıştır. Ayrıca taşıdığı özelliklere göre takıma uyma özelliklerini gerektirir. Gerek antrenman, gerekse yarışma olsun başarıya ulaşmak, günlük yaşantıda pek bulunmayan kurallara uymakla mümkündür. Bu ise yeni bir uyum süreci demektir ([http://www.atadenizli.k12.tr/rehberlik/spor.asp?sub=detay&et\\_id=18](http://www.atadenizli.k12.tr/rehberlik/spor.asp?sub=detay&et_id=18)).

Bu uyum süreçlerini başarıyla tamamlayan genç sporcu, artık yeni bazı özelliklere sahiptir. Daha doğrusu mevcut bazı niteliklerini geliştirmiştir. Sporda başarılı olmak için bazı bedensel ve ruhsal niteliklere sahip olmak gerekir.

Çeşitli ruhsal, fiziksel ve bedensel engellemelere rağmen başarabilmek ve başarısızlık halinde uğraştan kopmamak için gerekli özelliklerine sahip olmak gibi niteliklerdir. Spor yapmayı sürdürdükçe bu niteliklerin de gelişecekleri söylenebilir. Bu gelişme belli kurallara göre olur. Bu kuralların temelinde sportif etkinliğin kişilik

üzerinde etkileri bulunmakta ve spor dallarına göre değişiklik göstermektedir. Bilim adamları, düşünürler, spor ahlakçıları sportif etkinliğin kişilik üzerine etkilerini şöyle genelleştirmektedirler.

- a) Spor, karakteri Şekillendirir.
- b) Takım sporları, işbirliği yapmayı sağlar.
- c) Bireysel sporlar, kişisel disiplini geliştirir.
- d) Spor erkekçe mücadeleyi öğretir.
- e) Tehlikeli idmanlar cesareti artırır.
- f) Beden eğitimindeki serbestlik ve zorunlu olmayış öğrenci-öğretmen ilişkilerini geliştirerek sporcunun sosyalleşme sürecini kolaylaştırır.
- g) Bazı spor dalları yüksek bir iletişim değerine sahiptir. Özellikle bedensel temasın olduğu spor dallarında bu daha belirgindir.
- h) Spor saldırganlık dürtülerini doğal yolla ve sosyal kurallara uygun olarak başlatmayı öğretir (Küçük ve Koç, 2003).

Sporun kişilik üzerinde olduğu gibi, kişiliğin de spor üzerinde etkileri vardır. Bu etkiler şöyle sıralanabilir:

- a) Sporcu her türlü engellere (rakip, seyirci, hava, saha, vb.) rağmen amaçladığı performansı sağlayabilmek için bedensel ve ruhsal kapasitesini sonuna kadar zorlamak zorundadır.
- b) Bunu gerçekleştirebilmek için gerekli antrenmanları yapmak ve fedakârlıklara katlanmak zorundadır.
- c) Sporun bireye etkisi hem ruhsal hem de bedenseldir. Bu etkiler antrenman ve yarışmada farklılık gösterir.
- d) Sporcu üzerinde, toplumun da bir baskısı vardır. Bu baskı politik, ekonomik ve sosyal nedenler ile nitelik ve nicelik değiştirebilir.
- e) Sporcu kendisine düşman bir ortamda yarışır.

Bütün bunlar ise özel bir kişilik yapısı gerektirir. Sporcunun kişilik yapısında olumlu ya da olumsuz bazı değişikliklere neden olur. Görüldüğü gibi sporcunun kişilik özellikleri saptanırken, yani sporda başarıyı sağlayacak olan kişilik özellikleri belirlenirken, sporun kişilik üzerine etkileri göz önünde tutulmalıdır. Bu etkiler, hem bedensel hem de ruhsaldır. Farklı spor dalları farklı kişilik özelliklerini gerektirir. Bir otomobil yarışçısının veya dağcılık sporunun neden olduğu psikolojik zorlama ile, bir

maraton sporcusunun neden olduğu psikolojik zorlama farklıdır. Zorlama nitelik ve nicelik olarak farklıdır. Bu farklılık da değişik özellikleri gerektirir demektir. ([http://www.atadenizli.k12.tr/rehberlik/spor.asp?sub=detay&et\\_id=18](http://www.atadenizli.k12.tr/rehberlik/spor.asp?sub=detay&et_id=18)).

### **2.2.2. Spor Yapan ve Yapmayanların Kişilik Özellikleri**

Bu konuda yapılan araştırmalarda spor yapanların spor yapmayanlara göre daha canlı, dışı dönük, daha çalışkan, daha sabırlı, toplumsal ilişki kurmaya daha hazır, yeni bir duruma uyum sağlamalarının daha iyi, duygusal yönden daha dengeli oldukları bulunmuştur (Tiryaki ve ark, 1991).

İngiltere’de milli takım düzeyinde 57 tenisçi üzerinde yapılan bir çalışmada, bu tenisçilerin spor yapmayanlara oranla dışı dönük kimseler olduğu, ancak en başarılı olanlarının içe dönük özellikler taşıdığı belirlenmiştir (Özerkan 2004).

Bir başka araştırmada haltercilerin spor yapmayanlara göre duygusal olarak dengesiz, çabuk sinirlenen, tepkisel özelliklere sahip oldukları; bir başka araştırmada ise maratoncuların spor yapmayanlara göre birçok kişilik özellikleri yönünden farklı oldukları saptanmıştır (Tiryaki, 2000).

### **2.3. İyimserlik**

Sosyal bir varlık olarak insan çevresindeki diğer insanlara bağımlı olarak dünyaya gelir. Yaşama karşı çaresizdir, basit birkaç refleksle dünyaya gelen insanoğlu karmaşık yaşam koşullarına tutunmak zorundadır.

Birey yaşamını sürdürürken farklı insanlarla, olaylarla ve olgularla karşılaşır. Karşılaştığı her yeni yaşantıyla birey çevresini ve kendini değerlendirmeyi öğrenir. Bireyler karşılaştıkları bu karmaşık yaşantılara kimi zaman uyum sağlar, kimi zaman ise uyum sağlamakta zorlanır. Ancak her birey çevresini algılamak, karşılaştığı sorunları çözerken, kendine özgü yöntem ve yaklaşımlar geliştirir. Aynı zamanda gelecekte karşılaşması muhtemel yaşantılarla ilgili beklentiler de oluşturur. Bireyin yaşamı boyunca elde ettiği kazanç; olayları değerlendirme ve yorumlama biçiminin sürekli değişmesi ve onu yeni açılımlara sürüklemesi olarak tanımlanabilir. Bu açılımlar sayesinde birey kendini, geçmişini, gelecekte yapmak istediklerini tanımlama gayreti içerisine girer. İlişkilerinde, çevresini algılamada, ideallerine ulaşmada ve sorunları çözmeye belirli yöntemler ve yaklaşımlar geliştirir (Gençtan, 2002).

Bu yöntem ve yaklaşımlar bireylerin sorunlarla başa çıkabilme stratejilerini belirlemektedir. Gelecekte karşılaşacakları olayları değerlendirirken, geleceğe umutla bakabilmek adına olayların kendileri lehine olacağı düşüncesine kapılırlar ve var olan bilgiyi olumlu yönde çarpıtarak algırlar. Bu algılama bireylerin hayata daha sıkı tutunmasını sağlar (Fischer ve Leitenberg, 1986; Türküm 1999; Carver ve Scherier, 2003).

İnsanların gelecekle ilgili beklentilerini yorumlarken var olan bilgiyi olumlu yönde çarpıtarak algılamaları pozitif psikoloji akımının bir kavramı olan iyimserliktir. İyimserlik kavramını psikolojiye kazandıran bilim adamlarından biri olan Seligman iyimserlik kavramına öğrenilmiş çaresizlik deneyleriyle ulaşmıştır. Öğrenilmiş çaresizlik deneyleri Solomon'un laboratuvarlarında gerçekleşen "aktarım" deneylerinin Seligman tarafından incelenmesi ve yorumlanmasıyla ortaya çıkmıştır. Aktarım deneylerinde Solomon ve arkadaşları köpeklere günler boyunca yüksek ses ve kısa şoklar vermişlerdir. Deneyin asıl amacı önce ses sonra hafif kısa şok verilen köpeklerin daha sonra nötr bir sesle şoku eşleştirmelerini sağlamaktır. Böylece köpeklerden sesi duyduktan sonra şok tepkisi vermeleri beklenmektedir. Daha sonraki aşamada köpeklerin alçak bir bölmeyle ayrılan bir kutuya alınması, daha önce sese vermeyi öğrendikleri tepkiyi kutuda verilen seslere vermeleri ve alçak engeli atlamaları planlanmıştır. Deneyin sonucu başarılı olduğunda ise bilim adamları duyuşal öğrenmenin farklı ortamlara aktarılabilceği kanıtlanmış olacağı ön görülmüştür. Deneye başlamadan önce daha önce şok ve ses verilmiş olan köpeklere şoktan kaçmak için engeli atlamaları öğretilmek istenmiştir. Bu edim köpekler için genellikle öğrenilebilecek bir edimdir, ancak deney sırasında laboratuvardaki köpekler şoktan kaçmamış yere yatarak inleme tepkisi vermişlerdir. Bu nedenle köpeklerden asıl istenen ve deneyin amacı olan seslerle şoku farklı ortamlarda birleştirme aşamasına geçilememiştir (Maier ve Seligman 1976; Seligman, 1990; 2007).

Bu durum öğrenilmiş çaresizliğin köpeklere öğretilmesiyle açıklanabilir. Deneyin başında istemsiz olarak köpeklere çaresizlik öğretilmiştir, çünkü klasik koşullanma sürecinde köpekler mücadele etsin ya da etmesin şoka maruz bırakılmıştır. Böylece köpekler yaptıkları tüm davranışların onları amaca ulaştıramayacağı gibi karmaşık bir duyguyu yani öğrenilmiş çaresizliği öğrenmişlerdir (Seligman 1990; 2007).

Daha sonraki yıllarda Seligman'ın dikkat çektiği öğrenilmiş çaresizlik konusuyla ilgili birçok deney yapılmıştır. Bu deneylerin tümünde biçimsel olarak üç grup denek kullanılmıştır. Birinci gruba sonlandırabilecekleri ses, şok, gibi uyarıcılar verilmiştir. İkinci gruba verilen uyarıcı birinci gruba bağlanmıştır ve deneklerin uyarıcıyı kontrol etmek için yaptıkları hiçbir edim onları amaca ulaştırmamıştır. Üçüncü gruba ise şok verilmemiştir. Seligman birinci gruptaki denekleri, davranışı denetleyebilen denekler; ikinci gruptaki denekleri ise tepkileri işe yaramayan denekler olarak tanımlamaktadır. Deneyde beklenen sonuç ise birinci gruptaki deneklerin engeli aşarak istenen amaca ulaşması, ikinci grubun ise eylemsiz kalmasıdır. Birinci gruptaki köpekler kontrol edebilecekleri bir şok verilmiş, ikinci grupta bulunan köpeklerin maruz bırakıldığı şok birinci gruba bağlanmış, üçüncü gruba ise şok verilmemiştir. Daha sonra köpekler kolayca atlayabilecekleri bir engelin bulunduğu ve atlama davranışının şoktan kaçma yolu olduğu bir düzeneğe konulmuştur. Deneyin sonucunda şu genellemelere ulaşılmıştır. Birinci gruptaki köpekler engeli aşmış şoktan kaçabileceklerini fark etmişlerdir. Şok verilmemiş olan üçüncü gruptaki köpeklerde engeli aşmış şoktan kurtulabilmişlerdir. Şok alan ikinci gruptaki köpekler ise diğer tarafa geçmemiş, aldıkları şoka rağmen kutuda yatma davranışı göstermişlerdir. Üç tekrarı yapılan deneyin sonucunda ikinci grupta bulunan sekiz köpekten altısı pes edip oturma davranışı sergilemiş, birinci gruptaki deneklerin tümü engeli aşmıştır. Araştırmanın sonucunda Seligman hayvanların eylemlerin işe yaramaz olduğunu öğrenebilecekleri ve bunu öğrendiklerinde pasif duruma geçecekleri sonucuna ulaşmış ve öğrenmenin her zaman ödül ve ceza yoluyla gerçekleştiği önermesini çürüttüğünü vurgulamıştır (Maier ve Seligman 1976; Seligman, 1990; 2007).

Hiroto (1974), öğrenilmiş çaresizlik deneylerini insanlar üzerinde denemiştir. Laboratuarda bir grup insana yüksek sesi kapatma görevi verilmiştir. İlk gruptaki deneklerin yaptığı hiçbir davranış sesi kapatmaya yeterli olmamıştır. İkinci grupta bulunan bireylerin ise yaptığı doğru davranış sesi kapatmaya yeterli olmuştur. Üçüncü gruba ise ses verilmemiştir. Daha sonra deneklerin tümü hışırtı sesi verilen ancak ellerini duvara dayadıklarında sesin kesildiği bir odaya götürülmüşlerdir. Birinci gruba hışırtı sesi verilmiş ve gruptaki her üç kişiden ikisi sese pasif kalarak kenarda oturmuşlardır. Diğer gruptaki deneklerin pek çoğu sesi kesmeyi denemiş ve başarılı olmuşlardır. Seligman (1990; 2007), Hiroto'nun insanlar üzerinde yapılan öğrenilmiş



çaresizlik deneyini değerlendirirken, deneyin bazı yönlerinin eleştirildiğini vurgulamıştır. Hiroto'nun deneyinde şok almayan her on kişiden birinin deney sırasında her hangi bir davranışta bulunmadığını belirtilmiştir. Deneyin sonucu açıklandığında bu durum deney için bir zayıf nokta olarak görülmüştür. İnsan deneklerinin üçte birinin neden hiçbir zaman çaresiz duruma gelmediğini, çaresiz olanlardan bazılarının ise kısa sürede eski hallerine döndüklerini, diğerlerinin ise ısrarla çaresiz davranışlar sergilediklerini gözlemlemişlerdir. Bazı denekler ise çaresizliği öğrenmemiş olmalarına rağmen çaresizlik davranışları sergilemişlerdir. Seligman bu durumun nedenini açıklamak için başlarda deneklerin benlik saygıları ve problemi açıklama nedenleri üzerinde durmuştur. Daha sonra değerlendirmelerini insanların başlarına gelen kötü olayları nasıl açıkladıkları noktasında yoğunlaştırmıştır. Uzun süre devam eden çalışmalardan sonra ise çaresizliğe kapılmayan bireylerin sahip oldukları özellikler üzerinde durmuştur. Başlarına gelen küçük ya da büyük aksiliklerin nedenleri hakkında bireylerin düşünme tarzları, başarısızlık nedenlerini açıklama alışkanlıklarına yoğunlaşmıştır. Seligman'a (1990; 2007) göre bireylerin olayları açıklama tarzı onların olaya yaklaşımını, güdülenmelerini, alternatif çözüm yolları arayışlarını etkileyecektir. Seligman açıklama tarzlarını üç boyutta ele almaktadır. Bunlar; kalıcılık, yaygınlık ve kişileştirme. Kolayca pes eden kötümser bireyler başlarına gelen kötü olayların nedenlerinin kalıcı olduğuna inanırlar, çaresizliğe karşı direnen iyimserler ise kötü olayların nedenlerinin geçici olduğuna inanırlar. İyimser bir insan, kötü olayların nedenlerinin duruma özgü olduğuna iyi olan olayların yaşamındaki pek çok şeyi zenginleştireceğine inanır. Kötümserler ise iyi olayların özgül nedenleri olduğuna, kötü olayların ise evrensel nedenleri olduğuna inanırlar. Kötümser bireyler başarısızlıklarını kişileştirirler. Bu bireylerin benlik saygıları düşüktür. Sorunları kişiselleştirmeyen ve olaylara neden olarak dışsal olayları gösteren bireyler ise, bu olaylar karşısında benlik saygılarını yitirmezler (Gillham, ark., 2000).

### **2.3.1. İyimserliğin Tanımı**

İyimserlik yaşama karşı olumlu duygular besleme, yüksek moral hissi, etkili bir problem çözebilme yeteneği, akademik ve mesleki başarı, sağlıklı ve uzun yaşam sırrı, depresyona yakalanmamak için önemli bir yol olarak değerlendirmiştir. Kötümserliği

ise depresyon, edilgenlik, başarısızlık, sosyal yetersizlik, hastalık ve ölümün bir yansımasıdır (Daco, 1989).

Robins'e göre bilisel açıdan iyimserlik, içinde proaktif bir yapı taşımaktadır. Gerçektende iyimserlik ifadeleri mantıksallığa somut geçerliliklere dayandırılmaktadır. Mantıksallık ve somutluk bazı bilişsel aktiviteleri içermektedir. Bu aktiviteler alışkanlık ve öğrenme rotasının karşıtı bir özellik taşıyabilir (Balcı ve Yılmaz, 2002).

Scheier ve ark. (1999) iyimserliği olabileceklerin en iyisini umma eğilimi olarak tanımlamıştır. Ona göre, insanların günlük yaşantılarında karşılaştıkları sorunlarla ilgili bir ön yaşantıları olmayabileceğinden, böyle durumlarda insan davranışlarındaki genellenmiş beklentiler önemlidir. İşte bu genellenmiş beklentilerin olumlu olması ise iyimserliktir. Bir başka deyişle birey genellenmiş beklentiye sahipse, herhangi bir durumda sonucun iyi olacağına inanacaktır. Scheier iyimserlikle, kişisel kontrolü birbirinden ayırmıştır. Kişisel kontrol kavramında bireylerin gelecekte gerçekleşecek planlarla ilgili beklentilerde becerinin önemli olduğunu, iyimserlik kavramında ise gelecekle ilgili olumlu beklentilerin beceriden bağımsız geliştiğini vurgulamıştır.

Scheier ve Carver (2003) bireylerin içinde yaşadıkları durum ve koşullardan bağımsız olarak, sürekli ve tutarlı biçimde yaşamlarındaki olumsuz sonuçlar yerine olumlu durumlarla karşılaşma eğilimlerini iyimserlik olarak tanımlamışlardır.

İnsan yaşam boyu stres kaynağı oluşturan durumlarla karşı karşıyadır. İyimserlik, olumsuz olaylardan daha çok olumlu olayları algılamaya ilişkin temel eğilim olarak açıklanmaktadır (Türküm, 1999).

Seligman'a (1990; 2007) göre iyimserlik ya da kötümserlik düşünme tarzıyla yakından ilgilidir. Seligman öğrenilmiş iyimserlik kavramıyla bireylerin olayları açıklama tarzlarının, nedenlemelerinin değiştirilebileceğini savunmuştur.

Çağımızda maddi kaygılar ve tüketim insanları fazla harcamaya yöneltmekte ve insanlar yaşamdan doyum alamamaktadır. Manevi değerler göz ardı edilmekte ve böylece birey depresyona sürüklenmektedir. Ancak depresyona yakalanmayan ve tüm olumsuz şartlara rağmen gelecekle ilgili olumlu duygular besleyen bireylerin varlığı da unutulmamalıdır. Bu bireylerde var olan olumlu özellikler araştırılmaya değerdir (Keyes ve Haidt, 2003).

Bireyler kendilerini iyi hissettikleri oranda mutlu ve doyumlu bir yaşantıya sahip olabilirler. Fakat kendilerini iyi hissetme durumu, iyimser düşünme özelliği kişiden kişiye değişiklikler göstermektedir (Scheier ve Carver, 1992). Fakat genel olarak iyimser insanlar bir problemle karşılaştıklarında bunu bir fırsat olarak değerlendirirken kötümser insanlar sadece problemi görmektedirler (Balcı ve Yılmaz, 2002).

İyimserler sorunlarla karşılaştıklarında bunları hep değiştirebilir ve kontrol edilebilir nedenlere bağlarlar. Kötümserler ise sorunları değiştiremez nedenlerle açıklarlar (Seligman,1990; 2007).

İyimserlik gelecekle ilgili iyi şeyler olmasına yönelik beklentilerdir, deneyimle ilgili değerlendirmelere bağlıdır. Ayrıca grup ve bireysel açıdan iyimser düşünceler farklılık göstermektedir. Beklentiler bireylerin iyimser ve kötümser tavırlarında önemli rol oynamaktadır. Bu noktadan bakıldığında bireyler davranışlarını, hedeflerine verdikleri değerle şekillendirirler. Bireyler ulaşılabilir hedefler amaçladıklarında daha kararlı ve olumlu kararlar sergilerlerken, ulaşılamayacak hedefler benimsediklerinde daha az kararlı olurlar. Buna benzer sonuçlar iyimser ya da kötümser bireylerde de karşımıza çıkmaktadır. İyimser bireyler zorlukları aşmak için çaba harcarken, kötümser bireyler zorluklardan çabuk yıllarlar ve çaba sarf etmezler (Jackson ve ark., 2002).

Genelde iyimserlik kişinin yeteneklerinden bağımsız olarak ortaya çıkan, iyi hareketler, olumlu bir tutum ya da huyu göstermek için kullanılır. Gerçekte pek çok kişilik kuramcısı iyimserliğin bir kişilik özelliği olduğunu, bir duygu durumu olmadığına dikkati çekmektedirler. Bu kuramcılara göre iyimserliğin doğuştan gelen bir mizaç olabileceği, bazı insanların ise doğuştan ne iyimser ne de kötümser oldukları ileri sürülmüştür (Dunavold, 1999).

Seligman (1990; 2007) diğer görüşe göre iyimserlik hem gerçekçi düşünceden, hem de yaşa uygun zorluklarla karşılaşp bunlara hakim olma fırsatlarından kaynaklanmaktadır. Seligman gibi bazı araştırmacılar da iyimserliğin öğrenilebilen bir düşünme stili olduğu sonucuna varmışlardır. İyimser bir ebeveyne sahip olan çocukların iyimser olabilecekleri belirtilmiştir. İyimserlik ve umut çaresizlik ve umutsuzluk gibi öğrenilebilir. Her ikisinin temelinde de öz verimlilik yani kişinin hayatındaki olaylarla baş edebileceğine ve zorluklara göğüs gerebileceğine dair bir inancı vardır. Duygusal zeka açısından iyimser bir tutum, zorluklar karşısında kişileri kayıtsızlığa, umutsuzluğa

ya da depresyona karşı koruyan bir tavidir. İyimser kişiler başarısızlığı değiştirebilir bir nedene bağlar ve böylece bir sonraki denemelerinde başarılı olacaklarına inanırlar; kötümserler ise başarısızlığın nedenini kendilerinde bulup değiştiremeyecekleri, sabit bir özelliği atfederler (Goleman, 2005).

Seligman her ne kadar iyimserliğin kaynağı ile ilgili tartışmalarda sonradan öğrenilmiş olmasını savunsa da, olumlu ve olumsuz dünya görüşünün bir kaynağı olarak mizacı göz ardı etmemektedir. Bazı kişilerin doğasının olumlu ya da olumsuz yöne yatkınlık gösterdiği görüşünü savunmuştur. Fakat yaşam deneyimlerinin mizacı değiştirdiğini önemle vurgulayarak kuramını bu yönde zenginleştirmiştir. Bireylerin yaşamlarında karşılaştıkları durumlarla baş etme yöntemleri bireylerin iyimser ve kötümser olmalarına göre değişiklik göstermektedir. Bu içinde buldukları durumlara iyimser bir yaklaşımla tepki veren bireylerin daha sağlıklı olduğuna ilişkin destekleyici veriler de bulunmaktadır. İyimserliğin temelinde kişinin zorluklarla baş edebileceğine duyduğu inanç öz verimlilik kavramı yer almaktadır. Böylece kişi daha çok risk almaktan kaçmaz ve bunları fırsat olarak değerlendirir (Goleman, 2005; Seligman, 1998).

Murphy ve ark. (2000) iyimserliğin kendini düzenlemeden, öz kontrolden, kararlılıktan daha kapsamlı bir kavram olduğunu, tüm bu kavramların iyimserlik semsiyesi altında toplandığını belirtmişlerdir. Bireyin sadece kararlılıkla olumlu sonuçlara varamayacağını bunun başka özelliklerle de desteklenmesi gerektiğini vurgulamışlardır.

Scheier ve Carver (2003) iyimserleri tanımlarken; iyimserler olabilecek sonuçların en iyisinin olmasını beklerler, ancak sonuçları etkileyen değişkenleri gerçekleştirmeleri gerektiğini de bilirler, bu nedenle oturup iyi şeylerin gökyüzünden gelmesini beklemezler ifadelerini kullanmışlardır. McGinnis (1998)'de, iyimser bireyleri eyleme geçen bireyler olarak tanımlamaktadırlar. Onlara göre iyimser olan bireylerin iyimser olmaları için nedenler vardır. Onlar, bir şekilde sınırsız bir yetenek sahibi olduklarını, çok çalışkan olduklarını, çok şanslı olduklarını, önemli yerlerde tanıdıklarının olduğuna, ya da iyi sonuçların ortaya çıkması için kendilerine özgü birçok nedenin olduğuna inanırlar. Bu düşüncelerin verdiği güvenle iyimserler sorunları daha akıllıca ele alırlar ve ısrarla bir çözüm yolu bulup başarıya ulaşmaya çalışırlar, başarının kendiliğinden gelmeyeceğini bilirler.

Kötümserler ise bunun tam tersi karmaşık ve olumsuz düşünceleri nedeniyle sorunlara şüpheli ve tedirgin yaklaşırlar, bu nedenle de başlangıçta bile olumsuz sonuçlara hazırdırlar (Carver ve Scheier, 2003; McGinnis, 1998).

İyimserlik kavramı üzerinde yapılan araştırmalar arttıkça iyimserliğin tanımı farklılaşmakta ve çeşitlenmektedir.

John ve McArthur (1998), iyimserliği; iyimserlik eğilimi ve iyimserlik hali olarak iki kavram şeklinde ele almıştır. iyimserlik eğilimi genellenmiş beklentilerin iyi yönde sonuçlanacağına yönelik inanç olarak tanımlanırken, iyimserlik hali bireyin herhangi bir durumla ilgili kötü yerine iyi şeyler olacağına yönelik beklentisi olarak tanımlanmaktadır. Kısacası iyimserlik eğilimi genellenmiş beklentileri ifade etmek için kullanırken iyimserlik hali özel durumlardaki beklentileri ifade etmektedir.

Diğer bir yaklaşıma göre iyimserlik önemli anlarda olumlu sonuçların ortaya çıkabileceğine ilişkin genellenmiş ve yanlı beklentilerdir. İyimserlik kavramı farklı yaklaşımlarla açıklanabildiği gibi kendi içinde de farklı türlere ayrılmaktadır. Karşılaştırmalı iyimserlik kavramı bireyin olumlu ve olumsuz olayların ortaya çıkma olasılığına ilişkin çarpıtmalarını içerir. Bireyler genellikle olumsuz olaylarla karşılaşma olasılığını kendilerini için düşük bulurken, başkaları için yüksek bulabilirler. Bu bakış açısına göre bireyin iyimser olarak nitelendirilebilmesi için geleceğe yönelik algıladığı olumlu beklentinin nedenini bilmesine gerek yoktur. Önemli olan olumlu sonuçların ortaya çıkacağını düşünmesidir. Gerçekçi olmayan iyimserlik kavramı ise olumlu olayların olma olasılığının daha yüksek, olumsuz olayların olma olasılığını ise daha düşük algılama eğilimidir. Gerçekçi olmayan iyimserlik, olaylar üzerindeki kişisel hakimiyetin, olduğundan daha fazla algılanması olarak tanımlanmaktadır. Bireylerin gelecekte olumsuz olaylarla karşılaşacağını düşünmesi ise gerçekçi olmayan kötümserliktir (Türküm, 1999).

İyimserlik basit bir düşünce gibi görünse de aslında etkili bir iyimserlik, çalışma, anlayış ve pratik gerektirmektedir. Pasif iyimserlik tutumu bireyleri depresyon sırasında daha iyi hissetmelerini sağlasa bile bireyin yaşamında kalıcı etkiler yaratmaz. Pasif iyimserler yaptıkları pek çok şeyin iyi olduğunu, sorunların diğer insanlar ve kurumlar tarafından bir şekilde çözüleceğini bu nedenle çaba harcamanın gereksiz olduğunu düşünürler. Özetle pasif iyimserler olumlu düşünürler ancak eyleme geçmezler. Dinamik iyimserlik ise tersine, uygulamaya dönük bir iyimserliktir. Dinamik

iyimserler düşüncelerini ve tecrübelerini diğer insanlardan daha farklı biçimde ifade edebilmektedirler. Olumlu düşünceleri onları bazı davranışlarda bulunmaya sevk eder ve davranışların sonuçlarını etkilerler. Dinamik iyimserler zorluk ve düş kırıklığından ziyade yeniden yapılanmaya odaklıdır. Beklentilerini zorlayan olaylar karşısında olayı kabullenir, onu gelişiminin bir parçası olarak görürler. Dinamik iyimserlik daha güçlü bir düşünme yapısı sağlar ve mutluluğu artırır, böylece kişisel amaçlara daha yakın adımlar atılmasını sağlar (More, 2006).

Daha öncede bahsedildiği gibi Seligman öğrenilmiş çaresizlikten hareketle öğrenilmiş iyimserlik kavramını geliştirmiştir ve öğrenilmiş iyimserliği öğrenilmiş çaresizliğin diğer ucu olarak kabul etmiştir. Seligman iyimserliğin anne, baba, öğretmen, medya ve diğerleri tarafından bireye aktarıldığını düşünmektedir. İyimser bireyler olayların nedenlerini açıklar ve bunları genellikle değiştirilebilir özelliklere atfederler böylece sorunlarla mücadele edebilme gücünü kendilerinde bulurlar. Bu tavrı da yetiştirdikleri nesillere aktarabilirler. Seligman, ailelerin çocuğa direk çözümleri verdiğini ve düşünme fırsatı vermediklerini, böylece çocuğun iyimser ve kötümser değerlendirmeleriyle ilgili geri dönütler alamadığını vurgulamaktadır. Çocukların yaşadıkları problemleri tanımlamalarına yardımcı olurken, değiştirilebilir özellikleri vurgulamak ve olumlu beklentiler içinde olmalarını sağlamak onlara iyimserliği öğrenmelerinde yardımcı olabilir (Seligman, 1990; 2007).

İyimser kişiler yaşanan gerçekler karşısında farklı durumlara göre farklı yöntemler kullanırlar ve onları başarılı kılan, bu farklı yöntemlerin toplamıdır. Onlara göre iyimserlik, her gün her şekilde her şeyin daha iyiye gittiğini ya da en kötü günlerin geride kaldığını söylemek değildir. Her iki durumu da bilmek ve tüm hataları ile yaşamdan zevk almaktır (Seligman, 1998).

### **2.3.2. İyimserlik ve Cinsiyet**

Araştırmalar iyimserlik ve cinsiyet farklılıkları arasında birbirini tutmayan ilişkiler ortaya koymaktadır. Seligman cinsiyet ve iyimserlik arasındaki ergenlik dönemi öncesinde anlamlı bir ilişki saptamıştır. Seligman'ın (1990; 2007) çocuklar için geliştirdiği İyimserlik Ölçeği'nden kızlar ve erkekler farklı puanlar almışlardır. Kız çocukları erkek çocuklarına göre daha yüksek puanlar almışlardır.

Hoeksema (1987) depresyona yakalanma oranının kadınlarda daha yüksek olduğunu vurgulamıştır. Ölçümler ve tedavi istatistiklerine dayanarak kadınların erkeklerden iki kat daha fazla depresyona yakalandığı bilinmektedir.

Seligman'ın araştırmalarından beklenen bulgular kadınların kötümserlik puanlarının erkeklere göre daha yüksek olması gerektiği yönündedir. Ancak elde edilen sonuçlar bunu göstermemektedir. Ancak çalışmada erkek çocukları kız çocuklarına göre depresyona daha yatkın bulunmuşlardır. Araştırmaya göre üçüncü sınıftaki erkeklerin %35'inin en az bir kez şiddetli depresyon geçirdiği kızların ise %21'inin depresyona yakalandığı ortaya koyulmuştur. Ergenlik dönemiyle yetişkinlik döneminde kadınların iyimserlikleri düşmektedir. Yetişkin kadınların erkeklere oranla depresyona daha sık yakalanmaları Seligman'ın bu düşünceye ulaştırmıştır ve kötümserliğinin kökenlerinin çocuklukta olmadığını, ergenlik ve sonrasında yaşananların depresyona neden olabileceğini düşünmüştür (Seligman 1990; 2007).

### **2.3.3. İyimserlik ve Yaş Grupları**

Ergenlik dönemi öncesinde çocuklar aşırı iyimserdirler. Çocuklar yetişkinlere göre çok daha yanlı bir açıklama tarzı geliştirirler. Onlara göre iyi olaylar sonsuza dek sürer ve buna çocuğun kendisi neden olmuştur. Çocuklara göre kötü olaylar tesadüfen olur, çabucak ortadan kalkar ve bir başkasının suçudur. Bunun nedeni çocukluk döneminde belirgin yaşanan umut etme yetisidir. Çocuklar sekiz yaşında kendilerine ait açıklama tarzı geliştirirler ve buda onların iyimser ya da kötümser olmalarını belirler. Seligman bu durumun nedenini doğanın çocukları sağlıklı bir şekilde ergenlik dönemine taşıması olarak tanımlar. Doğa çocukları sadece fiziksel değil psikolojik olarak da koruma eğilimindedir. Cinsiyetin iyimserlikle ilişkisi bölümünde de bahsedildiği gibi kadınlar için ergenlik döneminden sonra iyimserlik lehine olumlu olan tablo olumsuzlaşmaktadır (Seligman 1990; 2007).

Aşan (1996) çalışmasında insanların ülkelerinin gelecekleriyle karşılaştırıldığında kendi gelecekleriyle ilgili daha fazla olumlu beklenti içinde oldukları bulgusuna ulaşmıştır. Orta yaşlı ve yaşlı yetişkin kadınların aynı yaş grubundaki erkekler ve her iki cinsiyetteki öğrencilere oranla daha olumlu bulunmuştur. Öğrenciler kişisel alana ait beklentilerinde yetişkinlerden daha olumluymken (sağlık, düşünsel gelişim ve maddi durum) yetişkinler ilişkisel alana ait beklentilerde (önem verilen

insanlarla ilişkiler ve manevi, inanç) öğrencilerden daha olumlu bulunmuştur. İyimserliğin kişisel alana ait beklentilerle anlamlı ve doğru orantılı bir ilişki içinde olduğu bulunmuştur. Aynı araştırma subjektif iyimserlik ve yaş birbirleriyle negatif ilişkili bulunmuştur. İnsanlar yaşlandıkça kendilerine ilişkin ve diğerlerine ilişkin beklenti farkları azalmaktadır. Yapılan çalışmada birçok farklı faktöre bağlı olarak yetişkinlerin öğrencilerden daha iyimser oldukları bulunmuştur.

#### **2.3.4. İyimserlik ve Kalıtım**

Araştırmacılar iyimserliği tanımlamaya çalışırken iyimserliğin kaynağı konusunda bazı sorunlarla karşılaşmışlardır. İyimserliğin kaynağını araştırmaya çalışan bilim insanları iki farklı şekilde bu durumu ele almışlardır. Araştırmacılar, iyimserliğin bir kişilik özelliği mi yoksa sonradan öğrenilmiş davranış mı olduğu sorularına cevap aramışlardır.

Plomin ve ark. (1992) iyimserliğin ve kötümserliğin kalıtsal bir özellik olup olmadığını araştırmak için ikiz deneyleri yapmıştır. Yapılan bu çalışma da sonuçlar ilişkili bulunmuştur.

Fischer ve Leitenberg (1986) bireylerin iyimser olma nedenini iyimserliğin insan doğasında var olmasıyla açıklamış ve bunu çocuklar üzerinde yaptıkları iyimserlik çalışmalarıyla ortaya koymaya çalışmışlardır. Onlara göre iyimserlik insanın yaşamını sürdürebilmesi ve devam ettirebilmesi için gerekli olan temel duygulardan biridir.

Seligman (1998), iyimserliğin kökenlerini açıklarken çocukların açıklama tarzlarının üzerinde durmuş ve üç hipotez öne sürmüştür. Buna göre annenin açıklama tarzı, yetişkinlerden gelen eleştirilerin türü ve çocukların yaşamlarındaki krizler onların iyimserliği ya da kötümserliği öğrenmelerine neden olmaktadır. Seligman aynı zamanda kızlarda çocuklukta daha baskın görülen iyimserlik eğiliminin eleştirilerle, yapılan hatalara getirilen açıklama tarzlarıyla ergenlik döneminde ve ergenlik döneminden sonra kötümserliğe doğru bir eğilim gösterdiğini belirtmiştir.

İyimserliğin sonradan öğrenildiğini savunan bilim adamları kötümser bir tutum sergileyen ailelerin çocuklarının da kötümser olduklarını savunmuşlardır. Çocukların kötümserliği ve iyimserliği model olarak öğrendikleri düşünüldüğünde ailelerin bu durumla ilgili dikkatli davranmaları gerekmektedir. Çocukların kötümser olmalarını,



sorunları açıklama tarzlarını onlara adapte sistemler bulunmaktadır (Seligman, 1990; 2007).

İyimserliğe biyolojik açıdan yaklaşan araştırmacılar, hormonal yapının bireyde iyimserliği sağladığını dolayısıyla doğuştan gelen bir yapıyla bireyin iyimser olabileceğinin bu durumun bireyin bir tercihi olmadığını ya da bu durumu öğrenmediğini öne sürmektedirler. Onlara göre iyimserlik doğuştan gelen bir özelliktir. Seligman ise iyimserliğin ya da kötümserliğin değişken olduğunu bilişsel yapılandırma ile bireylerin olayları açıklama stillerini değiştirebileceğini öne sürmektedir (Gençoğlu,2006; Seligman, 1990; 2007).

### **2.3.5. İyimserlik ve Kültür**

İyimserlik ve kötümserliğin kaynağı araştırılırken ortaya çıkan başka bir soru da iyimserliğin sonradan kazanılmış olmasıdır. Bu bağlamda araştırmacılar iyimserliğin kültürle ilişkisine yoğunlaşmışlardır. Bireylerin ait oldukları kültürel yapının iyimserlik ve kötümserlik durumlarını etkileyebileceğinden hareketle birçok çalışma yapılmış olsa bile kültürel etki henüz tam olarak ortaya koyulamamıştır.

Chang (2001) yaptığı başka bir araştırmada Asya kökenli Amerikalıların Beyaz tenli Amerikalılara oranla daha kötümser oldukları ortaya çıkmıştır. Ayrıca, Asya kökenli Amerikalıların genel psikolojik sorunlarından daha çok şikayetçi oldukları depresif ve fiziksel sorunlarından şikayetçi olmadıklarını tespit etmiştir.

Weistein (1980), Gerçekçi olmayan iyimserliğin Japon ve Kanadalı lise öğrencileri üzerinde araştırıldığı bir araştırmada, Kanadalıları gerçekçi olmayan iyimserlik göstermeye meyilli bulurken Japonları da çok yüksek oranda gerçekçi olmayan kötümserlik göstermeye meyilli bulmuştur.

Kassinove ve Sukhodolsky (1995) Rus ve Amerikalı çocuk ve ergenlerin iyimserlik ve kötümserlik karşılaştırmalarında (10-18 yaş) Amerikalıların gelecekle ilgili daha iyimser olduklarını ortaya koyarken, Ruslarında daha global ve kişisel kaygılar taşıdıklarını ortaya koymuştur. Jeopolitik sorularda ise Rusların Amerikalılardan daha iyimser oldukları saptanmıştır.

Khlek ve Lester (2006) yaptıkları çalışmada Amerika ve Kuveytli üniversite öğrencilerinin iyimserlik ve kötümserlik düzeyleri ölçülmeye çalışılmıştır. Çalışmada Kuveytli öğrencilerin Amerikalı öğrencilere oranla daha az iyimser oldukları ve bunun

tam tersi olarak daha fazla kötümser oldukları ortaya çıkmıştır. Kuveytli katılımcıların Amerikalı katılımcılara oranla depresyon, obsesif kompulsif, ölüm kaygısı, ölüm ve kaygı obsesyon puanları daha yüksek bulunmuştur.

Norem ve Chang (2001), Washington, DC. Amerikalıların diğer ülke insanlarına oranla daha fazla iyimser olduklarını ve bu durumun Amerikan toplumu tarafından desteklendiğini, bireysellik gibi iyimserliğin de değerinin arttırılmaya çalışıldığını öne sürmüş, kültürün iyimser ya da kötümser olmayı şekillendirdiğini savunmuşlardır.

### **2.3.6. İyimserlik ve Stresle Başa Çıkabilme Yöntemleri**

İyimserler ve kötümserler sorunlarla mücadele etme konusunda farklılıklar göstermektedirler.

Carver ve Scheier (1992) bir kriz döneminde iyimser ve kötümserlerin geleceğe yönelik tahminlerindeki bireysel farklılıkları araştırmıştır. Bu araştırmada bireylerin zor bir durumda gelecekle ilgili görüşlerinin olumlu ya da olumsuz olması araştırılmış ve krizle başa çıkma yöntemleri hakkında daha fazla bilgi toplanması amaçlanmıştır. 59 tane 33-72 yaş göğüs kanseri hastayla yapılan araştırmada ilk aşamada iyimser ve kötümser kişilik özelliklerine sahip olanlarla bu durumla başa çıkanlar ve stresli olanlar değerlendirilmiştir. Bu değerlendirme hem kriz durumunun başlarında (ameliyat döneminde) hem de daha sonraki basamaklarında (ameliyat sonrası 3,6,12 ay) sonuçlar iyimserliğin stresle yakından ilişkili olduğunu göstermektedir.

İyimserlikle aktif başa çıkma ve krizler yaşanmadan önce planlar yapma kategorileri bağlantılı bulunmuştur. Ayrıca iyimserlik bir başa çıkma yöntemi olan mizahla da ilişkili bulunmuştur. Bu olumlu korelasyonlara karşın iyimserlik ret etme ve geri çekilme gibi baş etme yöntemleriyle olumsuz korelasyon göstermektedir. Araştırma birçok farklı başa çıkma yönteminin stresli durumlarda iyimserliği farklı yönlerde etkilediğini ortaya koymaktadır.

Daha sonra Carver'in yaptığı çalışma da insanların stresli durumlarda gösterdikleri farklı tepki yollarını ölçmek için çok boyutlu başa çıkma envanteri geliştirilmiştir. Yapılan araştırma sonucu aktif başa çıkma ve planlamanın iyimserlikle pozitif ilişkili olduğunu göstermiştir. (Carver ve Scheier, 2003).

Lazarus ve Folkman (1984) başa çıkmayı "stresli olay ya da durumların yol açtığı duygusal gerilimi azaltma, yok etme ya da bu gerilime dayanma amacıyla gösterilen bilişsel, davranışsal ve duygusal tepkilerin bütünü" şeklinde tanımlamışlardır.

Şahin ve Durak (1995) sorun odaklı başa çıkma yolları ile iyimserlik, duygulara odaklı başa çıkma yolları ile karamsarlık arasında anlamlı ilişkiler elde etmişlerdir.

Yapılan çeşitli çalışmalarda depresif belirtileri yüksek olan kişilerin stresli durumlarda daha çok duygulara odaklı başa çıkma yollarını tercih ettikleri ortaya konmuştur. Başka bir deyişle kişi bir olayla başa çıkabilmek için ne kadar fazla yol kullanabiliyorsa, o olaydan o kadar az etkilenecektir (Tuğrul, 2000).

Türküm'ün (2002), Folkman ve Lazarus'un (1984) modellerine dayalı olarak stresle Başa çıkma ölçeğinin geliştirilme çalışmalarını içeren araştırmasında çıkma davranışlarının "sosyal destek arama, soruna yönelme ve sorunla uğraşmaktan kaçma" biçiminde üç faktörde toplandığını göstermektedir. Sosyal destek arama ve soruna yönelme alt ölçeklerinde kızlar lehine anlamlı farklar olduğu görülmektedir. Geliştirilen diğer başa çıkma ölçeklerinin cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi ve gelirle ilişkili olduğu bilinmektedir. Batı literatüründeki gerek ölçek çalışmalarında gerekse ilişkisel çalışmalarda erkeklerin sorun odaklı başa çıkmayı kadınlardan daha çok kullandıklarına ilişkin bulgulara rastlanmaktadır. Bu farklılık kültürel etmenlerden veya veri grubunun üniversite öğrencileri olmasından kaynaklanabilir. Bu çalışmada uygulanan Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği ile pozitif yöndeki ilişki ile umutsuzluğu ve problem çözme konusunda kişinin kendini yetersiz algılamasını yansıtan Problem Çözme Envanteri ile negatif yöndeki ilişkiler beklentiler doğrultusundadır (Türküm, 2002).

Birçok araştırmacı bireylerin hayatları üzerindeki kişisel kontrol algılarını psikolojik değerlendirmenin merkezinde tutmaktadır. Scheier ve Carver (2003) kişisel kontrol algısı ve iyimserliği birbirinden ayırmışlardır. Onlara göre kişisel kontrol algısı bireylerin sonuca ulaşmak için kişisel etkilerle yeterliliklerine yönelik beklentilerini yansıtırken, iyimserlik bireylerin sonuçları kontrol etmek için bireysel yeterliliklerine bakmaksızın istenen sonuçları elde etme kanısını yansıtmaktadır (Üstündağ, 1999).

### **2.3.7. İyimserlik, Sosyo-Ekonomik Durum ve Eğitim**

Kültürle ilgili yapılan çalışmalar araştırmacılara iyimserliğin sosyoekonomik düzeyle bağlantılı olabileceği hissini vermiş olabilir. Kağıtçıbaşı, Roberts ve Bengston gençliğin gelecek beklentisinde rol oynayan güvendiği dayanaklar değerlendirildiğinde, öncelikle gençlerin aile olanakları, eğitim-öğretim fırsatları, yetenek ve beceri düzeyleri üzerinde durulmuştur. Gençlerin yaşama bakış açısının ailenin sosyoekonomik düzeyi ile yakından ilişkisi bulunmaktadır (Güleri, 1998).

Carver ve ark. (1994) 168 kişi üzerinde yaptığı araştırmada eğitim ve iyimserlik arasında .29, yüksek gelir ve iyimserlik arasında ise .33 ilişki bulmuştur. yaptığı başka bir araştırmada ise iyimserlik ve eğitim arasında olumlu bir ilişki olduğu saptanmıştır. Üst Sosyoekonomik düzey ailelerinin çocuklarında başarı güdüsü, iç kontrole inanç, sosyal değişmeye yatkınlık ve iyimserlik gözlenirken, Alt sosyoekonomik Düzey ailelerden gelen gençlerden daha çok dindarlık, dış kontrole inanç, başarı ve gelecek beklentisinde kadercilik, düşük benlik algısı ve karamsarlık gibi özellikler gözlenmektedir (Güleri, 1998).

Güleri'nin (1998) düşük sosyoekonomik düzeyde olan işçi gençlerin, üniversite gençlerine oranla daha kötümser oldukları yönündedir.

Aşan (1996) Türkiye'deki üniversite öğrencileri arasında geleceğe ait olumlu beklentilerde eğitim düzeyi, yaşam standardı, birbiriyle ilişkili bulunmamıştır.

### **2.3.8. Spor ve İyimserlik**

Nicholls ve ark.(2008) sporcuların ruhsal dayanıklılık, iyimserlik kötümserlik ve baş etme ilişkisini incelemek amacıyla yaptıkları çalışmada dayanıklılık düzeyi yüksek olan sporcuların problem odaklı başa çıkma stratejilerini kullandıklarını ve iyimserlik puanlarının yüksek olduğunu tespit etmişlerdir. Dayanıklılık düzeyi düşük olan sporcuların ise kaçınma gibi pasif başa çıkma stratejilerini kullandıklarını ve bu sporcuların kötümserlik puanlarının yüksek olduklarını tespit etmişlerdir. Araştırmacılar ruhsal dayanıklılık için baş etme stratejileri ile iyimserlik-kötümserliğin önemli yordayıcılar olduğunu belirtmişlerdir

## 2.4. Saldırganlık

### 2.4.1. Saldırganlığın Tanımı

İnsanların geçmişten günümüze kadar geçen süreçte gösterdikleri şiddet, yaralama ve öldürme davranışlarına bakıldığında saldırganlık kavramı önem kazanmaktadır. Saldırganlığın karşılığı olan 'aggression' sözcüğü Latince kökenli bir sözcük olup, kelime anlamı " bir yöne doğru hareket etmek"tir. Bu sözcüğün kapsamında kesin bir tavır alış, tepki verme ve yok anlamları da yer almaktadır (Köknel, 1999). Son yıllarda dünyada şiddete varan saldırganlık olaylarında artışlar olduğu bilinmektedir. Saldırganlık genel olarak zarar vermeye yönelik davranışlar olarak tanımlanabilir, ancak insan saldırganlığından söz edildiğinde tanım yapmak zordur (Korkut, 2002).

Saldırganlık, bir bireyin başka bir bireyi yaralama girişimi düşüncesine sahip olmasıdır. Eğer böyle bir girişim gerçekleşmişse de buna saldırganlık denir (Adak, 2004).

Saldırganlık, diğer bir canlı ya da nesneye yönelik incitici ve rahatsız edici davranışlar olarak da tanımlanabilir (Boxer ve Tisak, 2005).

Mustonen ve Pulkinen (1991), tarafından yapılan bir başka tanımda da; saldırganlık, bir kişinin bir diğerine, kendine, hayvana ya da cansız bir nesneye kazara ya da niyetli bir biçimde fiziksel ya da psikolojik zarar vermeye neden olabilecek herhangi bir davranıştır (Korkut, 2002).

Buss (1973), saldırganlığı fiziksel ve sözel boyutta ele almaktadır. Bu iki saldırganlık aktif veya pasif, doğrudan ya da dolaylı olarak kendini gösterebilir. Hayvanlar genelde saldırganlığı, aktif fiziksel ve doğrudan gösterirler, oysa insanlar saldırganlığı pasif ve dolaylı bir şekilde dışa vurabilmektedirler. Kişiler genelde öfke duyduğu hedefi olan kişi ile doğrudan karşı karşı karşıya gelmeyi istemeyebilmekte, hedefi olan kişi ile ilgili hikayeler uydurmak, o kişi hakkında dedikodu yapmak gibi davranışlarla öfkesini gösterebilmektedir (Tuzgöl, 1998).

Erich Fromm, bir başka insana, hayvana ya da cansız nesneye zarar veren ya da zarar vermeyi amaçlayan bütün hareketleri saldırganlık olarak tanımlamıştır. Saldırganlığı; biyolojik olarak uyarlanabilir, yaşam hizmet eden 'yumuşak saldırganlık' ile biyolojik olarak uyarlanamayan, 'zalim saldırganlık' olarak ikiye ayırmıştır.

Biyolojik uyarlanabilir saldırganlık; yaşamsal çıkarlara yönelik tehditlere verilen bir karşılıktır, kalıtsal olarak programlanmıştır, bütün hayvanlarda ve insanlarda ortak olarak bulunur. Biyolojik bakımdan uyarlanamayan, zalimce saldırganlık ise; tehdide karşı bir savunma değildir, kalıtsal olarak programlanmamıştır, yalnızca insana özgüdür, toplumsal bakımdan yıkıcı olduğu için biyolojik yönden zarar vericidir (Fromm,1993).

Çeşitli insan aktiviteleri arasında ilgilenilen konulardan hiçbiri insanların saldırganlığından daha derin bir kaygı uyandırmamıştır. Psikologlar uzun süredir tüm bireylerin doğasında kişilik özelliği olarak geniş oranda yer alan saldırganlık hakkında düşünmüş ve çalışmışlardır. Saldırganlık, çok popüler bir araştırma alanı olmasına karşın, bu olgunun net bir tanımını yapmak oldukça güçtür (Arslan ve ark., 2010).

Toplumlarda acı vermenin, incitmenin yasal ya da normatif yollarla meşrulaştırılması söz konusu olabilmektedir. Örneğin, bir doktorun tedavi sırasında acı veriyor olması meşru olarak nitelendirilmektedir. Toplumsal bakımdan, saldırganlık içeren davranış, sosyal normları ihlal etmek olarak da tanımlanmaktadır. Böylece saldırganlık, toplumun normlarını çiğneyen, ihlal eden davranış olarak görülebilmektedir (Tiryaki, 1996).

Sonuç olarak; saldırganlık, “kişinin bilinçli ve kasıtlı şekilde, sosyal çevresine zarar vermek, onları kontrol etmek, üzerlerinde egemenlik kurmak gibi fiziksel ve duygusal hedefler içeren, düzenlenmiş, sürekliliği olan eğilim” olarak tanımlanabilir (Derwent, 2007).

#### **2.4.2. Saldırganlığın Sebepleri**

Yapılan araştırmalarda saldırgan davranışların altında yatan nedenler üzerinde önemle durulduğu görülmektedir. Saldırganlığın temelinde; ailesel özelliklerin benliğin bir parçası haline gelmemesinin, vicdan gelişiminin eksikliğinin ve içsel kontrolün zayıflığının yattığı ortaya konulmaktadır. Ayrıca, saldırgan davranışların aile tarafından çocuklara uygulanan disiplin yöntemlerinin olumsuz etkileri, anne-baba tarafından verilen cezalar ve saldırgan davranışın aile tarafından pekiştirilmesine yönelik tutumlar ile desteklendiği ifade edilmektedir. Bununla birlikte engellenme ve öfkenin de saldırganlığa yol açtığı ortaya konulmaktadır (Yıldırım, 1998).

Saldırganlığın temelinde ve gelişiminde hangi tür kişilik özelliklerinin olduğunu ve hangi tür toplumsal ve çevresel etmenlerle etkileşime girdiğini incelemek oldukça güçtür. Ancak bilinen odur ki, diğer tüm insan davranışlarında olduğu gibi, insandaki saldırganlık ve bunun şiddete dönüşmesi kişinin psikolojik ve toplumsal gelişiminin, nörolojik ve hormonal yapısının etkileşimiyle ortaya çıkmaktadır (Lorenz, 1996).

Kromozomların taşıdıkları genlerin içerdiği DNA (dezoksiribonükleik asit)'nin, saldırgan davranışların ortaya çıkmasında rol oynadığına ilişkin veriler bulunmuştur (Stein, 1997).

Merkezi sinir sisteminin özellikle beynin belirli bölgelerinin uyarılması ya da tahrip edilmesi sonucu saldırgan davranışların görüldüğü saptanmıştır. Saldırgan davranışlara ve şiddet eylemlerine yol açan kaygı, korku, kızgınlık, öfke, kin ve nefret gibi duygu durumlarının beyin kabuğunun altında, orta beyinde yer alan limbik sistemde bulunan kimyasal ileticilerden kaynaklandığı belirlenmiştir (Köknel, 2000).

Biyolojik temelli bir saldırganlık dürtüsü hakkındaki kimi kanıtlar, hipotalamusun spesifik bir bölgesinin, zayıf elektrik akımı ile uyarılmasının hayvanlarda saldırgan davranışa yol açtığını gösteren çalışmalardan gelmektedir. Gelişmemiş hayvanlar gibi insanlar da saldırganca davranmalarını sağlayan nörolojik mekanizmalara sahiptirler. Ancak bu mekanizmaların harekete geçirilmesi bilişsel denetim altındadır. Beyni hasarlı bazı insanlar, normalde saldırgan davranışı tahrik etmeyen bir uyarıya saldırganca tepki verebilmektedir. Böyle vakalarda korteks denetimi bozulmuş demektir. Normal bireylerde ise, saldırgan davranışın dışavurum sıklığı, bu davranışın aldığı biçim ve hangi durumlarda ortaya konduğu büyük çoğunlukla öğrenme ve sosyal etkilerle belirlenmektedir (Atkinson ve Atkinson, 1999).

Goring (1915), soyaçekimle suç işlemeye yatkınlık arasında anlamlı bir ilişki olduğunu ileri sürmüştür, babalarla çocuklar arasında suç niteliği bakımından benzerlikler olduğunu belirtmiştir. Soyaçekimle suç arasındaki ilişkiyi ortaya koymak için genel nüfuz içindeki suç oranıyla ailelerde bulunan suç oranını karşılaştırarak anlamlı bir ilişki olduğunu göstermiştir (Köknel, 2000).

Tek ve çift yumurta ikizlerinde saldırgan davranışlar, şiddet eylemleri ve suç oranları arasındaki ilişkinin incelenmesi, soyaçekimin rolünü açık seçik ortaya koymuştur. Johannes Lange, tek yumurta ikizlerinde eşzamanlı olarak, benzer suç

işleme olasılığının çift yumurta ikizlerine oranla, anlamlı olarak yüksek olduğunu göstermiştir (Köknel, 2000).

Psikologlar, insanlarda saldırganlığın yalnızca doğuştan gelen faktörlere indirgenemeyeceğini, öğrenmenin saldırganlık davranışının türü ve miktarı üzerinde önemli bir etkisi olduğunu savunur. Psikologların bu görüşü kabul etmelerinin temelinde deneysel çalışmalar yatar (Cüceloğlu, 1992).

Bandura (1973), üç grup çocuk üzerinde yapılan bir deneyin sonuçlarını değerlendirdiğinde, öğrenmenin etkisini açık seçik görmüştür. I. Grup, içi doldurulmuş oldukça büyük bir oyuncak bebeğe, diğer çocukların saldırgan davranışını gösteren bir film seyretmişlerdir. II. Grup'taki çocuklar, yetişkinlerin bebeğe yaptıkları saldırgan davranışları seyretmişlerdir. III. Grup'taki çocuklar ise, ya saldırgan davranışın bulunmadığı bir film seyretmişler ya da saldırgan davranışta bulunmayan yetişkinleri gözlemişlerdir. Çocuklar daha sonra 'bebekle baş başa bırakılmış ve davranışları gözlenmiştir. Saldırgan davranışı gözleyen gruptaki çocuklar, bebeğe tekme ve tokat atarak saldırgan davranışta bulunmuşlardır. Çocukların çevrelerinde gördükleri davranışları model olarak aldıkları ve model çerçevesinde hareket ettikleri bu tip deneylerde gözlenmiştir (Cüceloğlu, 1992).

Saldırgan modelleri gözlemek de (canlı ya da film alınmış), çocukların sergiledikleri saldırgan davranışı, saldırgan olmayan bir modeli gözlemleyen ya da hiçbir modeli gözlemleyen çocuklara kıyasla önemli ölçüde arttırır. Canlı modelin gözlenmesinin daha özgül saldırgan davranışların taklidiyle sonuçlandığına, filme alınmış (geçek ya da çizgi film) modellerin gözlenmesinin ise her türden saldırgan davranışı kışkırttığına dikkat edilmelidir (Atkinson & Atkinson, 1999). Birçok TV filminde, saldırgan şekilde davranma ve şiddeti kullanma bir yaşam biçimi olarak sunulmaktadır. Araştırmalar, şiddet ve saldırganlık unsuru taşıyan davranışların taklit edilebileceğini göstermektedir (Kulaksızoğlu, 2002).

Çeşitli deneysel araştırmalarda çocukların televizyon seyretmeleri denetlenmiştir. Bir grup günün belirli bir süresinde şiddet içeren çizgi filmler seyretmiş; diğer grup ise aynı süre içerisinde şiddet içermeyen çizgi filmler seyretmiştir. Çocukların gündelik faaliyetlerinde gösterdikleri şiddet miktarı dikkatle kaydedilmiştir. Şiddet içeren çizgi filmler seyreden çocuklar akranlarıyla ilişkilerinde daha saldırgan



hale gelmiş, şiddet içermeyen çizgi film izleyen çocukların kişilerarası saldırganlığında ise hiçbir değişiklik görülmemiştir (Atkinson ve Atkinson, 1999).

Yüzyılın başında itibaren araştırmacılar, pekiştirici öğrenme, dürtüsel öğrenme ya da edimsel koşullanma olarak bilinen öğrenme süreçlerinin çeşitli koşullarını belirlemeye çalışmışlardır. Saldırganlık tutumunun edimsel koşullanmadan etkilendiği de ortaya çıkmıştır. Gütülenme de, en az sonuçlardan öğrenme kadar saldırganlığın oluşmasında önemli role sahiptir. Kazanç isteği ya da hedefi gerçekleştirmek için kişi her yola başvurabilir. Çocuklarda bir oyuncak için kavga ettikten sonra, galip gelenin oyuncuğu ilgisizce bir kenara atması bu duruma örnektir. Çocuklar kavga ettiklerinde ya da çıkarları için birbirlerine vurduklarında, anne babaları tarafından cezalandırılır ya da korkutulurlar. Anne babaların büyük kısmı, tehdit, sert sözler, yasaklar ya da dayak ile çocukların saldırganlıklarını yok etmeye çalışmaktadırlar. Bu tür yaptırımlar çocuklarda hayal kırıklığı ve öfke durumu yaratır. Çocuk daha uysal olacağı yerde daha çok hırçınlaşır. Çocuklar saldırgan içerikli cezaları, taklide yönelebilirler. Ceza saldırganlığın bastırılmasına yol açar fakat uysallaştırmaz. Çocuk sadece otorite olarak algıladığı kişilerin yanında uysal, dışarıda diğer çocuklarla birlikteyken korkulan tehlikeli bir kişidir (Stein, 1997).

Araştırmalar, saldırganlık davranışının ödüllendirilmesiyle tekrar meydana çıkma olasılığının arttığını göstermektedir. Bunun yanı sıra, belli bir durumda öğrenilmiş saldırganlık davranışı, başka durumlarda da genellenip yayılabilir. Buna paralel olarak, eğer çocukların belli durumlarda gösterdikleri saldırgan davranış ana-babaları tarafından pekiştirilirse, onların bu saldırganlığı bir kişilik özelliği oluncaya değin genellenebilir (Morgan, 1999).

Bebeklik, çocukluk, gençlik çağında, belirli davranışları önlemek için; anne-babanın, çevrenin, toplumun, korkutma ve yıldırma gibi şiddet içeren davranışları eğitim amacıyla kullanması da, zamanla koşullu davranışların genelleşmesine yol açar. Bu durumda insan sadece belirli etkilere karşı değil, bütün etkilere karşı saldırgan davranmaya şiddet kullanmaya koşullanır (Köknel, 2000).

Saldırganlığı öğrenme yollarından biri de, özellikle saldırganca davrandıklarında istediklerini elde eden modelleri izlemektir. Örneğin, temasa dayalı sporlarda saldırganlık davranışları çok seyrek eleştirilmektedir; aslında genellikle alkışlanmaktadır (Morris, 2002).

Engel aşmada, sorun çözümede saldırgan davranışları şiddet eylemlerini deneyen insanlar, gruplar ve toplumlar bunların etkili ve geçerli olduğunu gördükçe, her fırsatta tekrarlayıp günlük yaşantılarının ayrılmaz bir parçası haline getirebilirler (Köknel, 2000).

Saldırganlığın oluşumunda etkili olan bir diğer faktörde duygusal yaşantılar, özellikle de öfke, kızgınlık ve engellenme duygusudur. Kızgınlık ve öfke uygun şekilde dışa vurulduğunda normal ve sağlıklı bir duygu olarak tanımlanmaktadır. Ancak kızgınlık ve öfkenin sağlıksız dışa vurumu, saldırganlık ve şiddet biçiminde olmaktadır. Saldırgan davranışlar öfke tarafından motive edileceği gibi, başka faktörler tarafından da motive edilebilmektedir (Baltaş ve Baltaş, 1998).

Engellenme duygusuna yapılan en tipik davranışlardan biri de saldırganlıktır. Bir gereksinimi veya sürmekte olan bir faaliyeti engelleyerek kişilerin sınırlandırılması veya yapmak istemediklerinin yapmalarının istenmesi saldırganlığa neden olmaktadır (Morgan,1999). Yapılan araştırmalar, engellenme ile saldırganlık arasında bir ilişki olduğunu göstermektedir. Fakat engellenme her zaman saldırganlığa yol açmayabilmekte, bireyler engellenmeye çok farklı tepkiler gösterebilmektedirler. Bazıları yardım ve destek ararken, bazıları engellenmenin kaynağından uzaklaşmakta ve bazıları da uyuşturucu ve alkole sığınmayı seçmektedir. Bir başka deyişle; engellenme, sadece, saldırganlığı hoş olmayan durumlarla başa çıkma yolu olarak öğrenmiş kişilerde saldırganlığa yol açmaktadır (Morris, 2002).

Kişilik gelişiminde etkili olan önemli faktörlerden biri de anne-baba tutumlarıdır. Dolayısıyla saldırganlık davranışının oluşumunda da şüphesiz anne-baba tutumları önemli bir yere sahiptir. Başkalarıyla olumlu ilişkiler kurabilmek için çocuklar, saldırganlık eğilimlerini engelleyip onları uygun zamanlarda ve toplumun onaylayacağı bir biçimde ifade etmeyi öğrenmek zorundadır. Anne ve babaların gösterdiği davranışlar çocuklarındaki saldırganlığın azalmasına ya da artmasına neden olmaktadır (Morgan, 1999).

Ebeveynin çocuk yetiştirme biçimi saldırganlığın gelişmesinde önemli etkiye sahiptir. Çocuğa karşı güç ve fiziksel ceza kullanmanın saldırganlıkla yakından ilişkili olduğu bildirilmektedir. Ev ortamında okulda veya oyun ortamında saldırgan tavırlar sergileyen çocukların aileleri ve ilişkileri incelendiğinde, söz konusu ana babaların fiziksel cezalandırmayı sıkça kullandıkları tespit edilmiştir (Aydın, 1997).

Yavuzer (1991), aşırı baskıcı ve otoriter tutum ile dengesiz ve tutarsız ana-baba tutumları ile yetiştirilen çocuklarda saldırgan davranışlara daha fazla rastlanıldığını belirtmiştir. Ayrıca çocuk yetiştirme tarzı itibarıyla gevşek çocuk yetiştirme tutumuyla birlikte, çocuğuna karşı itici ve düşmanca bir tavır içerisinde olan ailelerde en yüksek oranda saldırgan çocuklar yetişmektedir (Aydın, 1997). Aşırı hoşgörülü ana-babaların çocuğunun isteklerini hiçbir denetim ve sınırlama getirmeksizin daima kabul eden ana-babalarıdır. Araştırmalara göre bu tutumun sürekliliği de çocuğunun gereğinde duygu, istek ve dürtülerini denetleyebilme yeteneğinin gelişimini olumsuz etkiler; bu durum da saldırgan davranışların artmasına yol açar (Ekşi, 1990).

Roiser ve ark. (1994) çocukta görülen saldırgan davranışların sosyal ve psikolojik temelleri olduğunu vurgulayarak saldırganlık davranışının ailenin ve dış çevrenin etkisi sonucu oluştuğunu, dolayısıyla yaşamın ilk yıllarında özellikle anne-babayla olan ilişkilerin çocuğunun daha sonraki davranışlarını ve kişiliğini büyük ölçüde etkilediğini ortaya koymuştur (Aral, 2004).

Anne şefkatinden yoksun büyüyen çocukların da saldırganlığa yatkın olduğu görülmüştür. Soğuk, itici tutumlarla çocuk yetiştirme saldırganlığı geliştirmektedir (Aydın, 1997).

Çocuk gelişiminde önemli rol oynayan annenin boşanma, ölüm, terk gibi çeşitli nedenlerle aileden ayrılması saldırgan davranışlar geliştirmesine neden olabilmektedir. Çocuk anne yoksunluğu olayına yaşına ve gelişim düzeyine göre farklı tepkiler gösterebilir. Okul öncesi dönemde yaşanan ayrılıklar sonucunda çocuk artık sevilmediği ve istenilmediği duygusuna kapılarak bu durumdan kendini sorumlu tutabilmekte ve savunma amacıyla saldırgan davranışlar geliştirebilmektedir. Okul çağı çocukları ise ebeveynlerinden birinin ayrılığı ya da yeni bir ebeveynle tanışma durumuna, daha şiddetli tepki verebilmekte dolayısıyla çocuk da kaygı ve korku hali oluşmaktadır. Çocukların bu korku ve kaygılarına karşı benliklerini korumak amacıyla reddetme, karşıt tepki verme mekanizmaları kullandıkları bunun sonucu olarak da huysuz, hırçın, tedirgin ve saldırgan davranışlar sergiledikleri görülmektedir (Dizman ve Gürsoy, 2005).

Ebeveynlerin çocuğunun davranışlarını gereksiz yere engellemesi, çocuğunun davranış ve isteklerini eleştirmesi, alay etmesi, çocuğu sık sık cezalandırması, çocuğunun

her istediğinde boyun eğmesi veya ihmal etmesi de saldırgan davranışa neden olmaktadır (Aral, 2004).

Bununla birlikte bazı çocuklar da sağlıklı aile ortamından gelmelerine rağmen okulda arkadaşını model alma yoluyla da saldırgan davranışları öğrenebilmektedirler. Arkadaşının saldırgan davranışlar yoluyla çoğu şeyi elde ettiğini gören çocuk, bu olaya özenerek, saldırgan davranışlar gösterebilmekte, bazı durumlarda da çocuk grup içerisinde lider olma, kabul görme, desteklenme ihtiyacından dolayı çevresine zarar verebilmektedir (Aral, 2004).

Berkowitz (1978), bazı durumlarda kurbanın acısının saldırganlığı pekiştirici olabileceğini belirtmiştir. Bu durumda kişinin uzun vadede başkalarına saldırma ihtimali artmaktadır. Özellikle kurbanı verdiği cezanın uygunluğu hakkında kişi kararsızsa, saldırgan kendisine ve diğerlerine ilk tepkisini haklı çıkarmaya teşebbüs edebilir.

Son yapılan çalışmalarda, saldırganlık ile olumsuz niyet yükleme arasında da bir ilişki olduğu görülmüştür. Crick ve Dodge (1994) özellikle saldırgan davranışta bulunma eğilimi yüksek olan çocuklarda, kendi geliştirdikleri sosyal bilgi işleme süreci modeli ile sosyal uyum arasındaki ilişkiyi destekleyen çok güçlü bulgular olduğunu belirtmişlerdir. Yapılan çalışmalardan elde edilen bulgulara göre karşısındakinin niyetinin belirsiz ve tehdit edici olduğu çatışma durumlarında sosyal açıdan uyumsuz çocuklar sosyal açıdan uyumlu çocuklara göre, karşıdaki kişinin niyetiyle ilgili olarak, daha fazla düşmanca yüklemde bulunma eğilimindedirler. Gerçekten de sosyal açıdan uyumsuz olan çocuklarda saldırgan davranışın nedeni olarak düşmanca yükleme yanlılığının olduğunu gösteren çeşitli bulgular elde edilmiştir (Aktaş, 2001).

### **2.4.3 Saldırganlıkla İlgili Kuramsal Görüş ve Yaklaşımlar**

İnsanların saldırgan davranışlarını konu edinen farklı kuramsal açıklamalar vardır. Bu kuramların saldırganlığın kökenlerine ilişkin açıklamaları ve saldırgan davranışlar sergilemenin, ileride ortaya çıkabilecek saldırganlığa etkisi konusundaki öngörülerini de nerede ise birbirine zıttır (Çetinkaya, 1991).

Fromm (1993) saldırganlık ile ilgili kuramsal açıklamaların yakın zamana kadar kalıtım mı, çevre mi tartışmaları ekseninde yürütüldüğünü belirtmektedir. Fromm'a göre, kuramcılarının bir kısmı saldırganlığın doğuştan var olan bir özellik

olduğunu savunurken, diğer bir kısmı ise sonradan, çevre ile etkileşim yoluyla edinildiğini belirtmişlerdir. Yakın zamanlarda yapılan değerlendirmeler ise bu iki faktörün karşılıklı etkileşimi üzerine odaklanmaktadır. (Woods ve Grant, 2001).

Beach (1955) İnsan ve hayvan davranışlarını açıklamaya yönelik çalışmalarda, Woods ve Grant (2001) tarafından vurgulanan tutumun gerekliliğine ilişkin görüş bildirmiştir. Beach'e göre bütün davranışların öğrenme ile ya da kalıtım ile açıklanması gerektiği yolundaki düşünce bütünü ile yanlıştır. Çünkü kalıtım ve çevre davranışlara etki eden faktörlerden yalnızca ikisidir. Oysa davranışın ortaya çıkmasında, kalıtım ve çevre faktörlerinden farklı başka etkenlerde söz konusu olabilmektedir (Fromm, 1993).

### **Sosyolojik açıdan saldırganlık:**

Sosyolojik kuramlar şiddet ve diğer suç niteliği taşıyan davranışları ele alırken bireyin içinde yaşadığı sosyo-kültürel çevre üzerine odaklanırlar. Bu kuramlara göre birey içinde yaşadığı alt kültürün değerlerini benimser ve değerlere uygun davranmaya yönelir. Ancak açıklamalar alt kültürlerin bireyler üzerindeki etkileri ile sınırlı değildir. Yoksulluk, eşitsizlik ve sosyal dışlanma gibi sosyal ve ekonomik unsurların da şiddet ve suç davranışının ortaya çıkışında etkili olduğu ifade edilir (Giddens, 2000).

Şiddet ve suç davranışlarının bireyin içinde yaşadığı kültürel dokunun eseri olduğunu savunur. Şiddet ve diğer suç davranışları kültürel yapı içerisinde öğrenilir. Kültürel yapı içerisinde yer alan birincil gruplar şiddet davranışlarının öğrenildiği ana unsurdur. Kişi, suç normlarını benimseyen insanlarla birlik olarak suça yönelir. Bu durumu “farklılaşmış birlik” olarak tanımlar. Bu kurama göre insanlar ruhsal bir takım farklılıklara sahip oldukları için değil, farklı değerlere sahip birincil grupların üyesi oldukları için şiddet davranışı sergiler, suç işlerler. Kuram şiddet davranışlarının, tıpkı yasalara uyma davranışlarında olduğu gibi öğrenmenin sonucu olduğunu savunur (Giddens, 2000).

Kramer'de (2000) gençlerin sergilediği şiddet davranışının temelinde; yoksulluk, eşitsizlik ve sosyal dışlanma gibi sosyal ve ekonomik unsurları görmektedir. Ancak, söz konusu ekonomik faktörlerin şiddet davranışı üzerindeki etkisini, sosyal destek ve enformel sosyal denetimin zayıflaması faktörleri ile birlikte ele almaktadır. Ona göre, sosyal destek ve denetimin zayıfladığı yerleşim yerlerinde, ekonomik sorunlar şiddet eğilimine yol açmaktadır (Kızmaz, 2006).

Kocabaşoğlu ve Savrun (1997) Saldırganlığı benimsemiş toplumlarda çevreden gelen küçük bir uyarının şiddet eylemlerinin ortaya çıkmasına neden olduğunu savunur. Onlara göre bireyin içinde yer aldığı alt kültürde şiddetin değeri kazanması, yüceltilmesi, insanlar arasında kin, kıskançlık, düşmanlık duygularının körüklenmesi de şiddeti artırır.

Bemak ve Keys (2000), bireylerin şiddet eğilimli olmalarında irdelenmesi gereken çok sayıda risk faktörünün bulunduğunu savunur. Ancak onlar, bu risk faktörleri içerisinde bireyleri şiddet davranışını sergilemeye iten gerçek faktörün/faktörlerin neler olduğunun saptanmasının oldukça güç olduğunu ileri sürmektedirler. Bunun yerine şiddet olgusunu çok sayıda değişkeni birlikte içeren, bütüncül bir model ile açıklama eğilimindedirler. Bemak ve Keys genel olarak şiddet davranışının kaynakları olarak, bireysel ve kişilik eğilimleri, okul çevresi, aile yapısı ve ilişkileri, akran gruplarının varlığı, silahlara kolay yollardan ulaşabilme imkânının olması, Alkol ve uyuşturucu kullanımı, toplum ver yerleşim yerinin özellikleri gibi faktörlerini gösterirler.

Fromm bireyin çevresi ile etkileşimin sadece model almaya bağlı olmadığını; sınırlı ekonomik kaynaklar, düşük gelir düzeyi, şiddet davranışlarını yücelten kültürel yapı ve model alma gibi birçok faktörün belirleyici olduğunu belirtir (Fromm 1993).

### **İçgüdü kuramları:**

Birçok araştırmacı içgüdü kuramı için saldırganlığı, insan ve hayvanların doğuştan getirdikleri özelliklerinden biri olduğunu savunduklarını belirtir. “İçgüdü kuramına göre savaşta, suçta, kişisel tartışmalarda ve her türden yıkıcı ve sadistçe harekette açığa çıkan insanın saldırgan davranışı, boşalma yolları arayan ve kendini açığa vurmak için uygun durumun doğmasını bekleyen, kalıtımsal olarak programlanmış doğuştan bir içgüdüden kaynaklanır” (Fromm, 1993; Çetinkaya, 1991).

Saldırganlığı doğuştan donanımcı (Natürist) görüş açısından ele alan Freud (1959) konuya ilişkin görüşlerini ilk olarak 1932 yılında Albert Einstein’a yazdığı “Why War” adlı mektupta dile getirmiştir. Freud, Einstein’ın “insanlığın savaştan nasıl kurtulacağı” sorusuna cevap amaçlı yazdığı mektupta, saldırganlığın, ölüm içgüdüleri olarak adlandırdığı biyolojik temellere dayandığını ifade etmiştir. Saldırganlığın doğuştan gelen bir özellik olduğunu savunan Freud, savaşların ve şiddet davranışlarının

sona ermesinin oldukça zor olduğunu belirtmiştir. Ancak yine de saldırganlık içtepilerinin ortaya konulmasına kültür ve toplumsallaşma yoluyla ket vurulabileceğine inanmıştır (Morgan, 1995).

Kirsh (2006) Sigmund Freud'un bütün saldırgan tavırların sebebinin ölüm içgüdüleri denilen "Thanatos"a bağladığını aktarır. Ölüm içgüdüleri, öznenin kendisinden dışarıya yöneltildiğinde saldırgan tavırlara sebep olur. Fakat Thanatos'un varlığı henüz bilimsel olarak kanıtlanamamıştır.

Erten ve Adalı (1996) Freud'un birinci içgüdüsel dürtü teorisinde saldırganlığın kendini koruma içgüdülerinin temelinde sayılmasını teklif ettiğini, tahripkârlık ve işkenceyi de bu içgüdü içinde kabul ederek, ortama hâkimiyette rol oynadığını öne sürdüğünü, böylece saldırganlıkta uyum eğiliminin birincil, yani doğuştan olduğuna inandığını ifade eder. Freud, ikinci içgüdüsel dürtü teorisinde ise saldırganlığın amacının, kendiliği (self) orijinal inorganik hale dönüştürmek amaçlı olarak kendini tahrip etmek olduğunu söylemiştir.

Fromm'da (1993) Freud'un saldırganlığı, birinci içgüdüsel dürtü kuramında kendini koruma ile cinsel içgüdü arasındaki savaşımın sonucu olarak gördüğünü, ikinci içgüdüsel dürtü kuramında ise yaşam içgüdüleri ile ölüm içgüdüleri arasındaki savaşımın sonucu olarak değerlendirdiğini aktarmaktadır. Fromm, her iki açıklamanın da içgüdücü bir yaklaşım olduğunu belirtir.

Lorenz (2008) "Saldırganlığın Doğası Üzerine " adlı kitabında şiddetin, çevreden gelen uyaranlara karşı bir tepki değil, insanın içinde gömülü ve serbest kalmaya çabalayan, potansiyel bir dürtü olduğunu savunmaktadır. Saldırganlığın kötü bir olgu olmadığını, yaşamak için gerekli olduğunu savunmaktadır.

Lorenz'e (2008) göre saldırgan davranışların temelinde; saldırganlık içgüdülerinin yarattığı saldırganlık enerjisinin, belli bir düzeye ulaştıktan sonra patlama halinde boşalması yatmaktadır. Bu nedenle, bireyleri saldırgan davranışlarda bulunmaya iten sıkıştırılmış saldırganlık enerjisinin boşalmasını sağlayacak bazı faaliyetler düzenleyerek, bu tür davranışları bir dereceye kadar kontrol altında tutmak mümkündür. Sembolik savaş oyunları organize etmek, sert ve mücadele gerektiren spor karşılaşmaları düzenlemek, Lorenz'in kuramını da saldırgan içerikli bilgisayar oyunu oynamanın saldırganlığı azaltacağı yönünde bir yordamada bulunulabilir.

Çetinkaya (1991) içgüdü kuramı temsilcilerinin saldırganlıkla ilgili görüşlerini ortaya attıkları dönemde henüz bilgisayar oyunlarının icat edilmediğini, bu nedenle kuram temsilcilerinin bu araçların saldırgan davranışlar üzerindeki etkisine dair görüşlerinin olmadığını belirtir. Ancak özellikle Freud'un saldırganlık kuramında önemli bir yer tutan 'boşalma' (catharsis) kavramına dayanarak, Freud'un şiddet içerikli bilgisayar oyunu oynamanın saldırgan davranışları azaltacağı yönünde bir yordama da bulunacağını söylemenin mümkün olduğunu ifade eder. Yani eğer saldırganlık potansiyel bir dürtü ise, şiddet içerikli oyunlar oynamak kişide boşalım sağlar ve oyunu oynayan kişinin saldırganlık eğilimini azaltır.

### **Nörobiyolojik kuram:**

Nörobiyolojik kuram insan ve öteki türlerin davranışlarını beyin ve sinir sisteminin içinde oluşan elektriksel ve kimyasal olaylarla ilişkilendirme çabasıdır. Kuram saldırganlığı da insan ve hayvan organizmasının yapısal özellikleri ile açıklamaya çalışır. Bu kurama göre saldırgan davranışlar organizmanın farklı bölgelerindeki niteliklere göre belirlenir. Özellikle beynin saldırgan davranışların sergilenmesinde belirleyici olduğu düşüncesini savunur (Atkinson ve ark., 2002).

Maymunlar ve saldırgan insanlar üzerinde yapılan çalışmalarda testesteron seviyelerinin yüksek olduğu, serotonin düzeylerinin de az çıktığı görüldü (Erten ve Adalı, 1996; Atkinson ve ark., 2002).

Fromm (1995), avcı ve yiyecek toplayıcı küçük topluluklar oluşturarak yaşayan tarih öncesi insanda, ayırıcı bir özellik olarak, yıkıcılığın en alt, iş birliği ve paylaşmanın ise en yüksek düzeyde bulunduğunu; ancak üretim ve iş bölümündeki artış ile büyük bir ürün fazlasının yaratılması ile ve seçkin katmanlarına dayanan, hiyerarşik yapıdaki devletlerin kurulmasıyla geniş çaplı yıkıcılık ve zalimliğin ortaya çıktığını, uygarlıkta ve gücün rolünde görülen yükselme ile de bu yıkıcılığın ve zalimliğin güçlendiğini ortaya koyarak saldırganlığın biyolojik temelli olduğu savını çürütmeye çalışır.

### **Kalıtım kuramları:**

Kalıtım kuramları, saldırganlığın türün devamını sağlayan ve atalarımızdan miras olarak kalan ve doğuştan sahip olduğumuz bir eğilim olduğunu savunur. Leyha



Usen'in, insan olgularının incelenmesinde tek yaklaşımın evrimci yaklaşım olduğu yolundaki temel önermesinin anlamı şudur: "Bir insanın içindeki ruhsal süreçleri, ancak ve ancak, o insanın evrim süreci içerisinde nasıl bugünkü durumuna geldiğini bilerek anlarız" (Atkinson ve ark., 2002)

Symons, evrimsel psikolojinin bilişsel ve diğer psikolojik mekanizmaların biyolojik kökenleriyle ilgilendiğini belirterek, evrimsel psikolojinin ardında yatan ana fikrin, tıpkı biyolojik mekanizmalar gibi, psikolojik mekanizmaların da doğal bir ayıklanma süreciyle milyonlarca yıl içinde gelişmiş olması gerektiğidir. Psikolojik bir mekanizmanın doğal ayıklanmayla geliştiğini söylemek, bu mekanizmanın genetik bir temeli olduğunu, geçmişte hayatta kalma ile ilgili bazı sorunların çözülmesinde ya da yeniden üretimin gerektirdiği değişikliklerin artışında yararını kanıtlamış olduğunu söylemektir (Atkinson ve ark., 2002).

Brewer ve Crano (1994) saldırganlığın, genetik yolla taşındığına dair birçok delil bulunduğunu öne sürerek, aynı genetik yapıyı paylaşan tek yumurta ikizlerinde, saldırganlık oranının, çift yumurta ikizlerine göre daha benzer olduğunu savunurlar. Destekler nitelikteki bu delillere rağmen, sosyo-biyolojik, toplumlar arasındaki saldırganlık oranı farklılıklarını açıklayamamaktadır. Ayrıca, saldırganlık aynı toplum içinde kısa zaman dilimleri içinde de farklılık gösterebilmektedir. Saldırganlığın genetik taşınmayla belirlendiği düşünüldüğünde, bu gibi farklılıkların ortaya çıkmaması gerekmektedir.

### **Engellenme-saldırganlık kuramı:**

Engellenme-saldırganlık kuramına göre saldırganlık çevresel koşullardan kaynaklanan engellenmelere bir tepki olarak ortaya çıkmaktadır. Kişi ulaşmak istediği belirlenmiş bir hedefe varma konusunda bir engellenme ile karşılaşması durumunda saldırgan davranışlar sergiler (Bilgi, 2005).

Kuramın başlıca temsilcilerinden olan Dollard, yaşayacağımız engellenmelerin ve kötü olayların, ilerideki davranışlarımızın saldırganca olmasına neden olacağını öne sürmüştür. Bu kurama göre bir takım hedeflerimize ulaşmamız engellendiği takdirde saldırgan davranışlar geliştirmeye başlarız (Sanderson, 2010).

Engellenme-saldırıcılık kuramı şunu savunur: “Saldırıcılık davranışının meydana gelmesi her zaman engellenmenin varlığını öngörür ve buna karşı olarak, engellenmenin var olması her zaman bir saldırıcılık biçimine yol açar” (Fromm, 1993).

Köknel’e (2000) göre engelleme yapan etkenler organizmanın içinden ya da dışından gelebilir. İçten gelen etkenlerin başında bedensel ve ruhsal güçsüzlük, güvensizlik, kaygı, korku ve suçluluk duygusu yer alır. Dıştan gelen etkenler, doğal ve toplumsal ortamda bulunan engelleyici nitelik taşıyan koşullar ve olaylardır.

Dollard, Doob, Miller, Mowrer ve Sears tarafından ortaya atılan engellenme saldırıcılık kuramı dört sayılı öne sürmektedir:

1) Engellenme, saldırıcılığa hazır bir durum yaratmaktadır.

2) Saldırıcılık, engellenmenin kaçınılmaz bir sonucudur (yani, engellenme saldırıcılık bağı organizmada oluşmuş durumdadır).

3) Eğer saldırıcılığın hedefi çok güçlüyse, saldırıcılık ertelenir veya daha az güçlü hedeflere yönelir.

4) Saldırıcılık, engellenmeden dolayı oluşan gerilimi düşürür ve daha sonra saldırıcılığın ortaya çıkma olasılığı da bu şekilde düşer (Brewer ve Crano, 1994)

Bazı araştırmacılarda engellenme – saldırıcılık kuramında öfke önemli yer tutar (Berkowitz, 1978; Kirsh, 2006). Böylece iki temel nokta üzerinde durdular:

1- Engellenmenin bir sonucu olan saldırıcılık, sadece organizmanın saldırıya geçiş safhasını oluşturmaktadır. Aynı zamanda önceden öğrenilmiş olan saldırıcılık davranış alışkanlığı da bu hazırlık durumuna yardımcı olmaktadır.

2- Bu hazırlığa rağmen, uygun uyarılarla depolanmış saldırıcılık güdülerinin birlikteliği olmadığı sürece, saldırıcılık ve öfke dolu tepkilerin ortaya çıkmasına imkan yoktur (Berkowitz, 1978).

Berkowitz, (1978) engellenmenin saldırıcılığa doğrudan yol açmadığını fakat bir tür saldırıcılığa hazır olma durumu yarattığını söyler. Bu kurama göre kişinin engellenme duygusunu saldırıcılık olarak dışa vurabilmesi için bir saldırıcılık uyarısına ihtiyacı vardır. Bu geleneksel olarak saldırıcılıkla ilişkilendirilmiş nesnelere (silah, bıçak) veya bir olay olabilir. Engellenme-saldırıcılık kuramına göre; ekrandan yansıyan bazı uyarılar, engellenme duygusu içerisinde olan kişi için uyarı rolü oynayarak, kişinin saldırıcılık davranış potansiyelini artırır (Kirsh, 2006).

### **Uyarılma aktarımı kuramı:**

Uyarılma aktarımı kuramı, daha önceki bir olaydan kalan farkında olmadığımız uyarımın, farklı bir ortamdaki duygusal tepkilerin düzeyini arttırabileceğini savunmaktadır. Saldırganlık, daha önceki olaylardan kalan olumsuz uyarımların daha sonraki ortamlara aktarılmasının sonucu ortaya çıkan duygusal bir tepkidir (Brewer ve Crano, 1994).

### **Davranışçı kuram:**

Davranışçı kuram doğrudan gözlenemeyen ve değiştirilemeyen zihinsel süreçlere gereğinden fazla önem verildiğini, bunun yerine gözlenebilen ve değiştirilebilen çevresel faktörlere önem verilmesi gerektiğini savunur. Davranışçılık kuramının önemli savunucularından Skinner bu kuramın babası olarak kabul edilir. Skinner determinist bir bakış açısı ile insanların özgür seçimler yapma şansları olmadığını, çevresel koşullara göre davranmak durumunda olduklarını belirtir. Skinner duygu ve düşüncelerin varlığını kabul etmekle beraber, eylemlerimizi bu unsurların belirlediğini reddeder. Bunun yerine, gözlenebilir çevre ile davranış arasındaki neden-sonuç ilişkisine odaklanmak gerektiğini savunur (Corey, 2005).

Davranışçılık 1970'lere kadar etkili olmuş bir akımdır. Genel olarak davranışçılık akımının amacı, gözlenebilir davranışları incelemek ve davranışı ortaya çıkaran etkileri saptamaktır. Davranışların incelenmesi sırasında, ortaya çıkan ya da organizmayı etkileyen koşulların (uyaran) ve bu koşullarda gözlenen davranışların (tepki) üzerinde odaklanılır. Davranışçılara göre "uyaran-tepki" (U-T) bağının nasıl oluştuğunun anlaşılması ile davranışların kontrol edilmesi ve biçimlendirilmesi mümkün olacaktır (Açıkgöz, 2007).

Davranışçılara göre; davranışlarımız çevre tarafından belirlenir ve kontrol edilir. Eğer uygun çevre şartları yaratılırsa çocuklar istenilen şekle sokulabilir. İnsanların özerk davranması ve kendi davranışlarını yönlendirmesi mümkün değildir (Açıkgöz, 2007).

Bu kuram saldırgan davranışların sergilenmesinde, kişinin saldırganca davranışlarının ardından çevreden alacağı tepkilerin belirleyici olduğunu savunur. Örneğin bir çocuk saldırganca bir davranış sergiler ve bunun sonucunda ödüllendirilirse ileride karşılaşacağı benzer bir durumda yine saldırganca davranacaktır. Davranışçı

kuram diğer bütün davranışlar gibi saldırgan davranışların da uyarıcı-tepki bağı çerçevesinde geliştiğini savunur (Atkinson ve ark. 2002).

Açıkgöz (2007), davranışçı yaklaşıma yöneltilen eleştirileri, yalnızca gözlenebilir etkinlikler üzerinde durulması, öğrenmeyi U-T (uyarıcı –tepki) bağına oluşmasına indirgeyerek problem çözme, karar verme, yaratıcılık gibi birçok karmaşık zihinsel sürecin görmezden gelinmesi, pekiştiricilerin işlevi, davranışı bağlamdan kopuk açıklamaya çalışmak, öğrenme sürecinde öğreneni edilgin olarak görmek ve hayvan deneylerinin sonuçlarını insana genellemek şeklinde sıralamaktadır.

### **Sosyal öğrenme kuramı:**

Albert Bandura 1960’larda, gözleme dayalı öğrenme ile klasik ve edimsel koşullanmayı birleştiren sosyal öğrenme kuramını geliştirmiştir (Corey, 2005). Bandura’ya göre öğrenmenin önemli bir boyutu başkalarının davranışlarını gözlemleyerek gerçekleşir. Örneğin annenin veya babanın öfkeli ve saldırgan davranışlarını gözleyen çocuklar da bu davranışları kazanabilir. Akranlarına, kardeşlerine saldırgan tavır ve davranışlar geliştirirler. Bireyin biliş yapısı ve düşünceleri, onun davranışlarını kontrol etmesini sağlar (Aydın, 2005).

Sosyal öğrenme kuramı katı davranışçılıktan dolayı öğrenme ya da gözlemleyerek öğrenmenin önemini vurgulaması bakımından ayrılır. Birçok davranış örüntüsü, başkalarının eylemlerini izleyerek ve bu eylemlerin o kişiler için doğurduğu sonuçları gözlemleyerek öğrenilir (Atkinson ve ark. 2002).

Morgan (1995) öğrenme ve modeli örnek almanın, olumlu sosyal davranışların gelişiminde olduğu gibi, saldırganlık üzerinde de önemli bir etkisi olduğunu belirtir. Morgan’ın aktardığına göre, araştırmalar, saldırganlık davranışının ödüllendirilmesi ile tekrar meydana çıkma olasılığının arttığını göstermektedir.

Bunun yanı sıra, belli durumlarda öğrenilmiş saldırganlık davranışı, başka durumlara da genellenip yayılabilir. Sosyal öğrenme teorisine göre çocuklar ve ergenler başkalarının davranışlarını gözlemleyerek öğrenirler. Gözlemleyerek öğrenme; başkalarının sergilediği davranışları hatırlamaya ve taklit etmeye yönelik kavrama sürecini ifade eder (Kirsh, 2006).

Bazı bilim insanları, saldırganlığın doğuştan var olan bir nitelik olduğunu kabul etmekle beraber, sosyal öğrenme kuramının vurguladığı çevresel faktörlerin saldırgan davranışın ortaya çıkmasında daha belirleyici olduğunu ifade ederler.

Fromm (1993) öğrenmenin yüksek düzeydeki türlerin davranışlarında belirleyici olduğunu savunur. Fromm'a göre öğrenme kapasitesi güçlü olan türler, doğuştan getirdikleri davranış kalıplarından ziyade öğrendikleri davranışları sergilerler. Bu nedendir ki Fromm, insanın saldırgan davranışının temelinde, doğuştan getirilen özelliklerin değil, öğrenmenin belirleyici olduğunu ifade eder.

#### **2.4.4. Saldırganlık ve Spor**

Sporda saldırganlık konusunda düşünce ayrılıklarının bulunmasına karşın spor psikologları arasında varılan bazı fikir birlikteliği de bulunmaktadır (Konter 2003).

Başlangıçta, sporla bağdaşmayan olaylar olarak kabul edilse de saldırganlık ve şiddet olaylarına spor alanlarında rastlamak olasıdır. Hem spor karşılaşmalarına katılan sporcular arasında hem seyirciler arasında saldırganlık içeren davranışlar görülmekte, bu olaylara karışanlar, bu davranışlarını kendilerince haklı, çeşitli gerekçelere dayandırmaktadırlar. Oysaki sporun, insanları ve toplumları birbirine yakınlaştıran sosyalleştirici, temel felsefesi barış, kardeşlik, dostluk olan önemli bir olgu olduğu sürekli vurgulanmaktadır. Tarihte, olimpiyatlar sırasında savaflara ara verildiği bilinmektedir (Özbaydar 1983).

Bugün saldırgan davranış, toplumumuzda tatsız ve olumsuz yargı uyandıran yaygın bir olgudur. Sertlik ve şiddet, anlam olarak birbirinden ayrılamaz şekilde iç içe geçmiş durumdadır. Bugüne kadar saldırganlık için söylenmiş her şeyi etkilemekte ve elde edilen bulgular saldırganlığın kötü ve kontrol altına alınması gereken bir davranış olduğunu göstermiştir. Her ne kadar saldırı, psikolojik yazında geniş şekilde varsayıma dayanan bir anlam, bir yapı olarak anlatılsa da , kullandığı şekliyle, kişinin bir diğerine verdiği bilinçli acı ve zarar olarak tanımlanır (Çobanoğlu 1993).

Sporda saldırganlık, sportif yarışma veya müsabaka esnasında bahsedilen olaya dahil olan öğelerden (sporcu, antrenör, seyirci) bir veya birkaçının psikolojik, biyolojik yada sosyal faktörlerden etkilenecek, spor dalına özgü belirlenmiş kurallarının dışına çıkarak, karşısındakine zarar vermek yada bir hedefe ulaşmak amacıyla gerçekleştirdiği sözel yada fiziksel eylemler olarak ifade edilir (Acet, 2005).

Sporda saldırganlığın, genellikle engellenmeden kaynaklandığı söylenebilir. Bu engellenme, başarılı olma, güç kazanma, tanınma, prestij, üstünlük ve egemenlik sağlama gibi güdülerin önlenmesi sonucu oluşur. Eğer böylesi bir engelleyici, karşı bir saldırganlık oluşturursa antrenör ve sporcu engellenmenin kaynağını birlikte tanımlayarak bu durumdan en yüksek yararı sağlamaya çalışmalıdır. Saldırgan enerjiyi amaca yönelik kullanmaması sporcunun, enerjisini boşa harcaması demektir (Acet, 2005).

Spor açısından, üzerinde durulması gereken iki önemli nokta vardır: Bunlardan birincisi; saldırının hangi amaçla ve kasıtlı yapıldığıyla ilgili; İkincisi ise saldırının yöneldiği hedefidir. Rekabetin yaşandığı ve seyircisinin izleyici olarak bulunduğu mücadele gerektiren spor karşılaşmalarında, saldırganlığın meydana gelmesi için uygun zemin hazırlanmış demektir. Fakat rakibe zarar veren her davranışı da saldırganlık olarak nitelendirmez. Spor karşılaşmalarındaki saldırganlığın sınırlarını, ilgili spor dalının kurallarıyla, yapılan hareketin taşıdığı niyet ve kasıt belirler (Acet, 2005).

Genç takımlarda rakibin davranışına tepki olarak saldırı davranışı sergileme, yetişkin sporculara oranla daha sık görülür. Bunların saldırıları gittikçe amaca yönelik bir araç olarak kullanılır. Bu bilgiye dayanarak, her bir oyuncunun davranışının Şartlarını açıkça ortaya koymak, çalıştırıcının görevi olarak kendini gösterir. Spordaki özel kural ve normlar, gündelik hayata ait tecrübelerle karşılaştırılır. Böylece saldırının yanlış yorumlanmasının önceden engellenmesi amaçlanır (Baumann, 1994).

Bir grup araştırmada, saldırganlık ögesi yoğun olan sporları yapan bireylerin, spor dışı yaşamlarında daha sıklıkla saldırgan davranışta buldukları, takım sporlarında ise bu sporları yapanların spor dışı yaşamlarında saldırgan davranışları daha kolaylıkla kontrol ettikleri, dolayısıyla daha az saldırgan davranışlarda buldukları gözlenmiştir (Eripek, 1993).

Farklı araştırmalardan elde edilen farklı sonuçlar birbirleriyle çelişmektedir. Bu çelişkinin kaynağını, araştırmaların incelediği sporcu örneklemini oluşturuyor olabilir. Çalışmalarda eğer daha çok boks, judo, karate gibi branşlarda spor yapanlar kapsaşısa; bu bireyler yaptıkları spor kanalıyla saldırganlıklarını, gerilimlerini boşalttıklarından spor dışı yaşamda daha az saldırgan davranışlar içerisinde olacaklardır. Takım sporlarında ise (hentbol, futbol, basketbol) başarının uzun vadeli elde edilmesi için engellenmenin sık yaşanması, seyirci etkisi nedenleriyle bu bireylerin spor dışı

yaşamlarında daha saldırgan davranışlar sergileyecekleri sonucu şaşırtıcı olmayacaktır. Dolayısıyla yapılan spor branşının gerilimi, engellenmelerin özelliği burada önem kazanmaktadır (Tiryaki 1996).

### **Saldırganlığa karşı spor:**

Toplumda kargaşa, yarın ne olacağı endişesi, gelecekle ilgili kaygılar kişilerde gerginlik meydana getiri. Gerginlik sonucu saldırganlık ve Şiddet ortaya çıkar. Saldırganlık, canlıların yaşaması gerekli dürtü olup, biyolojik temeli olan içgüdüsel davranış biçimidir (Balcıoğlu, 2003).

Genelde çocuklar spor yapmayı sürdürmeleri yönünde desteklenmelidir, çünkü çocukların günlük yaşantılarının bir parçası olarak spor yapmaya gereksinimleri vardır. Fiziksel etkinlik olmazsa çoğu, okul ödevlerine yoğunlaşmada güçlük çekerler. Aslında çalışmalar, etkin çocukların daha başarılı olmaya eğilimli olduklarını göstermiştir. Quebec’de yapılan altı yıllık bir çalışma, hafta da fazladan beş saatlik bir fiziksel etkinlik yapan küçük çocukların akademik konularda, olağan programlara uyan çocuklardan çok daha yüksek not aldıklarını saptamıştır. Kanada Öncelikler Birliği, günlük beden eğitime katılan çocukların sınıfa öğrenmeye hazır bir biçimde geldiğini belirtmektedir. Diğerleriyle daha iyi oynamakta, daha az saldırgan davranışlar sergilemekte ve daha gelişkin bireysel sınıf içi davranışları sergilemektedirler (Leblanc ve Dickson, 2005).

Günümüzde sosyo-ekonomik ve göç sebebiyle, küreselleşme gibi nedenlerle toplumlarda davranış kalıplarında, kabul edilebilir örneklerde, kargaşa ve kaybolma meydana gelebilir. Böyle bir toplumda yaşayan genç veya kişi, kendisini boşlukta hisseder, uygun olanı ile olmayanı ayırt edemez. Böyle bir kişinin geleceğe güveni yoktur, mutsuzdur, endişelidir, kaygılıdır, korku içindedir, kin duymaktadır. Patlamaya hazır bomba gibi kişilik yapısı söz konusudur. Böyle bir kişilik kolaylıkla alt kültürlere kayabilir. Alt kültürün özelliği, kendine özgü kuralları olmasıdır. Bazı alt kültürlerde saldırgan davranış ve şiddet eylemi özendirilir ve onaylanır. Günümüzde spor, yalnızca yarışma amacına yönelik bir aktivasyon değildir. Spor sadece kişinin sağlığını koruyan bir faktör de değildir. Spor, kişinin sağlığını koruyan ve geliştiren veya sağlıklı durumunu devam ettiren hareketler topluluğu olarak dikkatleri çekmektedir. Gelişmiş ülkelerde insanlar sağlığını koruma veya bozulmuş olan sağlığının düzeltilmesi düşüncesi ile spor yapmaya davet edilmektedir (Balcıoğlu 2003).

Son yıllarda spora ilginin artmasının sebebini, biyolojik dengelemeye olan ihtiyaç biçiminde açıklamak mümkündür. Çünkü spor yapan ve yapmayan insanların beden ve ruh kapasitelerinde, zamanla birtakım farklılıklar ortaya çıkmakta ve bu farklılıklar daima spor yapanların lehine gelişmektedir. İnsanın anatomik, fizyolojik ve psikolojik açıdan sağlıklı olması ve gereken durumlarda yedek fiziksel kapasitesini kullanabilmesi için spora ihtiyacı vardır ve bu ihtiyacın karşılanması bir zorunluluktur.

Spor, Şartlar uygun olduğunda, koruyucu hekimliğin yanı sıra tedavi edici tabipliğin de bir aracı olabilmekte, kişilerin fiziksel ve ruhsal sağlığının düzeltilmesinde çok önemli bir rol oynamaktadır (Balcıoğlu 2003).



### **3. MATERYAL VE METOD**

#### **3.1 Evren ve Örneklem**

Araştırmanın evrenini Samsun Çarşamba merkez ortaokullarda öğrenim gören 11-13 yaş gurubundaki öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklem grubu 6, 7 ve 8. sınıflara devam eden 11-13 yaşlarındaki 224 spor yapmayan, 262 spor yapan (en az 1 yıl süre ile antrenman yapmış ) öğrencilerden meydana gelmektedir.

#### **3.2 Veri Toplama Araçları**

Araştırmada, spor yapan ve yapmayan 11-13 yaş gurubu öğrencilerin saldırganlık düzeylerini ve iyimserlik düzeylerini bazı değişkenlere göre belirlemeye yönelik anketler uygulanmıştır. Araştırmanın amaçları doğrultusunda “Kişisel Bilgi Formu”, öğrencilerin saldırganlık düzeylerini ölçmek için Kocatürk’ün (1982), “Saldırganlık Envanteri” nden yararlanılarak Tuzgöl (1998) tarafından geliştirilen “Saldırganlık Ölçeği”, iyimserlik düzeylerini ölçmek için Çalık (2008) tarafından ilköğretim öğrencileri için geliştirilmiş “İyimserlik Ölçeği” kullanılmıştır.

#### **3.3. Kişisel Bilgi Formu**

Oluşturulan kişisel bilgi formunda cinsiyet, yaş, anne-baba vefat durumu, anne-baba eğitim düzeyi, kardeş sayısı ve ailenin gelir düzeyi, yaşadığı yer, spor yapıp yapmadığı, yaptığı sporun branşı ile ilgili bilgiler yer almaktadır.

#### **3.4. Saldırganlık Ölçeği**

Araştırmada Kocatürk’ün (1982), “Saldırganlık Envanteri’nden” yararlanılarak Tuzgöl (1998) tarafından geliştirilen “Saldırganlık Ölçeği” kullanılmıştır. Saldırganlık ölçeği gençlerde açık, gizli, fiziksel, sözel ve dolaylı saldırganlıkla ilgili davranışları ölçmeye yönelik 45 maddeden oluşmaktadır. Ölçekteki 30 madde düz, 15 madde ise ters ifadeler şeklinde düzenlenmiştir. Ters ifade olarak düzenlenen maddelerin puanlanması tersine çevrilerek yapılmaktadır. Ölçekteki ters ifadeler şunlardır: 2, 4, 8, 10, 13, 16, 24, 28, 33, 35, 37, 38, 39, 40. 44, diğer maddeler ise düz ifadeler şeklinde düzenlenmiştir. Ayrıca 9 madde geçerlik puanı elde etmek üzere bir durumun o kişi için

geçerli olduğunu diğeri olmadığını ifade edecek şekilde iki defa sorulmuştur. Ölçekteki geçerlik maddelerinin numaraları şöyledir: (4;20), (18;24), (10;26), (22;33), (8;36), (14;37), (19;39), (23;40), (34;44) (Tuzgöl, 1998).

Ölçek 5' li derecelendirilmiş cevaplama sistemine sahiptir. Ölçekte bireylerin kendi duygu ve davranışlarını içeren maddeler yer almaktadır. Birey okuduğu ifadenin kendine ne derece uygun olduğunu belirtmek için; (5) Her Zaman, (4) Sıklıkla, (3) Arasına, (2) Nadiren, (1) Hiçbir Zaman şeklindeki seçeneklerden birini işaretlemektedir. Ölçekteki ters ifadeler 6 sabit sayısından o soruya ilişkin işaretlediği seçeneğin puanı çıkarılarak değerlendirilmektedir. Bu işlemde geçirilen ters ifadelerin ve düz ifadelerin toplamı saldırganlık puanının vermektedir. Ölçekte puanın yükselmesi saldırganlık düzeyinin arttığına işaret etmektedir. Ölçekten alınan minimum puan 45, maksimumu puan 225'tir (Tuzgöl, 1998).

### **3.4.1 Saldırganlık Ölçeği'nin Güvenirliği**

Saldırganlık ölçeği, araştırmacı tarafından 55 öğrenciden oluşan bir gruba 2 hafta ara ile uygulanmış ve Pearson Momentler Çarpım Korelasyonu  $r: 0.75$  olarak elde edilmiştir. Başlangıçta 50 madde olan Saldırganlık Ölçeği'nde maddeler arası korelasyonlara bakılmış, en az 3 madde ile 0.25 oranında ilişkili olan maddeler seçilmiş ve bu şartlara uymayan 5 madde ölçekten çıkarılmıştır. Böylece envanterin madde sayısı 45'e düşmüştür. Ölçeğin bu hali ile Cronbach Alfa güvenirligi hesaplanmış ve 0.71 bulunmuştur. Pearson Momentler Çarpım Korelasyonu katsayısı tekrar hesaplanmış ve  $r: 0.85$  bulunmuştur. Bu değerler ölçeğin kullanılabilir olduğunu göstermektedir (Tuzgöl, 1998).

### **3.4.2. Saldırganlık Ölçeği'nin Geçerliliği**

Araştırmacı tarafından saldırganlık ölçeği için yapılan geçerlik çalışmasında, araştırmacının çalıştığı lisede derslere giren 20 öğretmenle görüşülmüştür. Saldırgan davranışlar gözlemledikleri öğrencilerin, isimleri belirlenmiştir. Ancak öğretmenler, saldırgan öğrenci ile derslerin akışını bozan ilgisiz ya da aşırı hareketli öğrencileri karıştırmamaları konusunda uyarılmış, saldırganlıktan ne kastedildiği açıklanmıştır. Böylece en az üç öğretmenin 'saldırgan' olarak tanımladığı 45 öğrenci belirlenmiş ve bu öğrencilere ölçek uygulanmıştır. Daha önce uygulama yapılan 45 kişilik saldırgan

olarak tanımlanmamış bir grup ile saldırgan davranışları olduğu kabul edilen grubun puan ortalamaları arasında T testi uygulanmış ve T değeri 3.25 olarak saptanmıştır. Böylece ölçeğin saldırgan davranışları ölçtüğüne karar verilmiştir (Tuzgöl, 1998).

### **3.5. İyimserlik Ölçeği**

Katılımcıların iyimserlik düzeylerinin belirlenmesi amacıyla, bu araştırmada kullanılmak üzere ilköğretim öğrencileri için “İyimserlik Ölçeği” geliştirilmiştir. İlköğretim öğrencileri için iyimserlik ölçeğinin geliştirilmesinde, daha önce Balcı ve Yılmaz (2002) tarafından geliştirilen ve üniversite öğrencilerinin iyimserlik düzeylerini ölçmeyi amaçlayan ölçekten yararlanılmıştır. Balcı ve Yılmaz (2002) tarafından geliştirilen İyimserlik ölçeği 4’lü likert tipi bir ölçektir. Ölçek 24 maddeden oluşmaktadır. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 96, en düşük puan 24’dür. Ölçek daha sonra 5’li likert olarak soru sayısı 18 olacak şekilde ilk öğretim öğrencilerine uyarlanmıştır. Son hali ile ölçekten alınabilecek en yüksek puan 90 en düşük puan ise 18’dir (Çalık , 2008).

Ölçeğin geçerlilik ve güvenilirlik çalışması 290 öğrenci üzerinde gerçekleştirilmiştir. İyimserlik ölçeğinin güvenilirliği, iç tutarlılık, test tekrar test ve test yarılama yöntemleriyle incelenmiştir. İyimserlik ölçeğinin iç tutarlılığı için Cronbach Alpha katsayısı .96 olarak bulunmuştur. Ayrıca test - tekrar test yöntemi ile yapılan güvenilirlik çalışmasında güvenilirlik katsayısı .61 ve test yarılama yöntemi ile iki yarı arasındaki korelasyon katsayısı .91 olarak bulunmuştur. Ölçeğin geçerliliğini belirlemede ise Aydın ve Tezer (1991) tarafından geliştirilen Yaşam Yönelim Testi kullanılmıştır. ‘İyimserlik ölçeği’ ile ‘yaşam yönelim testi’ arasındaki korelasyon katsayısı da .55 olarak bulunmuştur. Psikolojik ölçekler için kapsam geçerliğinin birinci derecede önem taşımasından dolayı ölçeğin temel boyutlarını ayırmak amacıyla faktör analizi yapılmıştır. Varimax dik döndürme yöntemi ile yapılan faktör analizi sonucunda, ölçeğin tek faktörlü olduğu ortaya çıkmıştır (Balcı ve Yılmaz, 2002).

#### **3.5.1 İyimserlik Ölçeğinin İlköğretim Düzeyine Uyarlanması**

Balcı ve Yılmaz (2002) tarafından üniversite öğrencilerine uygulanmış olan iyimserlik ölçeği, öncelikle 6, 7, 8. sınıflarda öğrenim gören 60 kişilik bir gruba verilerek anlamadıkları kelimelerin altını çizmeleri istenmiştir. Bu işlemden sonra

ölçeğin bu deneme formu ilköğretim okullarında görev yapan Türkçe öğretmenlerinin oluşturduğu (n=6 ) bir grup uzmanın görüşüne sunulmuş, ilköğretim düzeyine uygun olmadığı söylenen ve öğrenciler tarafından anlaşılamayan karamsar, alternatif, haz, kötümserlik, umutsuzluk, umut gibi ifadeler, öğrencilerin düzeyine daha uygun ifadelerle değiştirilmiştir. Ayrıca ölçekte bulunan “yaşamaya devam edeceğimi sanmıyorum” ifadesi, ölçeğin uygulanacağı yaş grubunun gelişim özellikleri de dikkate alınarak uzman görüşleri doğrultusunda birinci maddeden alınarak dördüncü maddeye konulmuştur.

Hazırlanan ölçek formu 100 kişiden oluşan bir grup 6, 7, ve 8. sınıf öğrencilerine verilmiş ve her madde için ayrı ayrı o maddenin ne ifade ettiğini yazmaları istenmiştir. Öğrencilerin yazdıkları görüşler incelenerek doğru anlaşılan maddeler aynen bırakılmış çoğunluğun yanlış anladığı ya da anlayamadığı maddeler tekrar düzenlenmiştir. Ayrıca deneme aşamasında öğrencilerin cevap anahtarını anlamada zorlandıkları görülmüştür. 24 ölçek maddesi tekrar; psikolojik danışma ve rehberlik, eğitim psikolojisi, eğitimde ölçme ve değerlendirme ve Türk dili alanlarında uzman olan toplam 9 kişinin görüşüne sunulmuştur. Türk dili uzmanı ölçek maddelerini dil bilgisi ve anlam bakımından değerlendirirken, ölçme ve değerlendirme uzmanları da ölçek maddelerini psikolojik test maddesinin taşıması gereken özellikler bakımından incelemiştir. Eğitimde ölçme ve değerlendirme uzmanlarının görüşü doğrultusunda ve öğrencilerin cevap anahtarını anlamada yaşadıkları güçlük göz önüne alınarak, üniversite öğrencileri için hazırlanmış olan cevap anahtarı;

- (1) Benim gibi hiç değil
  - (2) Benim gibi değil
  - (3) Bazen benim gibi
  - (4) Tam benim gibi
- seçenekleri,

- (1) Benim düşüncemi hiç yansıtmıyor
- (2) Benim düşüncemi biraz yansıtıyor
- (3) Kararsızım
- (4) Benim düşüncemi büyük ölçüde yansıtıyor
- (5) Benim düşüncemi tamamen yansıtıyor

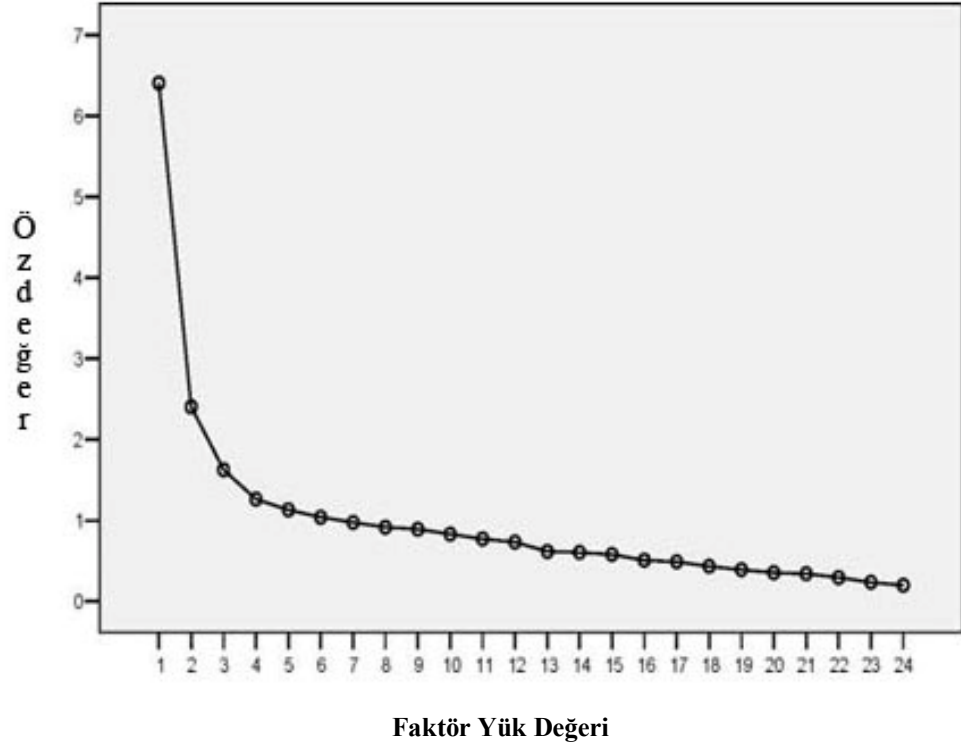
seçenekleriyle değiştirilmiştir. Ölçek maddelerinin 6'sı olumsuz 18'i olumlu ifadelerden oluşmaktadırdır. Olumsuz ifadelerin puanları tersine çevrilerek hesaplanmıştır. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 120, en düşük puan ise 24'tür. Ölçeğin 24 maddelik formu 160 kişiye uygulanmış ve elde edilen veriler üzerinde ölçeğin faktör yapısı ve maddelerin faktör yükleri tekrar incelenmiş, geçerlilik ve güvenirlik çalışmaları yeniden yapılmıştır.

İlköğretim ğrencilerine uyarlanan iyimserlik leğinin faktör yapısı, geçerlik ve güvenirliği:

Ölçeğin faktör yapısını saptamak amacıyla, 160 ilköğretim öğrencisinden elde edilen veriler kullanılarak faktör analizi yapılmıştır. İyimserlik leğine ilişkin ilk faktör analizi sonuçları **tablo 1 ve şekil 1'de** verilmiştir.

**Tablo 1.** İlköğretim düzeyine uyarlanan iyimserlik ölçeğinin faktör analizi sonuçları (1)

Madde	Faktör Yük Değerleri					
	1	2	3	4	5	6
madde15	,794	,007	-,200	,013	-,119	,045
madde14	,729	-,113	,149	-,052	-,174	,162
madde22	,691	-,090	-,143	-,068	,120	,173
madde12	,682	-,099	,170	,035	-,081	,273
madde17	,656	,068	-,287	-,070	-,024	-,245
madde16	,655	-,226	,052	-,182	,097	,357
madde13	,647	-,130	,382	-,176	,124	-,156
madde24	,645	,197	-,334	,065	-,208	-,083
madde23	,623	,025	-,487	-,121	,019	-,050
madde18	,575	,105	,198	,003	-,297	-,277
madde7	,571	,062	,355	,158	-,049	-,117
madde19	,556	,126	,280	-,173	-,234	-,029
madde3	,532	,038	,130	,424	,466	-,140
madde21	,506	-,090	-,443	-,097	,066	,337
madde5	,489	-,063	,397	,412	-,284	-,001
madde8	,154	,735	,131	-,119	,057	,027
madde9	,085	,662	-,019	,142	,190	-,042
<b>madde6</b>	<b>-,009</b>	<b>,656</b>	<b>-,174</b>	<b>-,089</b>	<b>-,228</b>	<b>,160</b>
madde4	-,041	,549	,191	-,062	-,079	,334
madde2	,030	,517	-,141	,430	-,219	-,049
madde11	,069	,396	,285	-,185	,290	,218
madde1	,279	-,161	-,271	,614	,241	,130
madde10	,409	,155	,174	-,100	,490	-,041
madde20	,437	,181	-,175	-,316	,142	-,502
Açıklanan Varyans	%26.69	%10.01	%6.77	%5.26	%4.70	%4.32
Toplam=	%57					
	.78					



**Şekil 1:** Faktörlerin öz değerlerine dayalı olarak çizilen iyimselik ölçeği faktör analizi çizgi grafiği

Yapılan faktör analizi sonucunda maddelerin çoğunun birinci faktörde toplandığı görülmüştür. Bu durum öz değerlere göre çizilen çizgi grafiğinde de açıkça görülmektedir. Grafikte birinci faktörden sonra yüksek ivmeli bir düşüş gözlenmektedir. Bu durum, ölçeğin genel bir faktöre sahip olabileceğini göstermektedir (Çalık 2008).

Ayrıca 2., 3., 4., 5. ve 6. faktörlerin öz değerleri birinci faktörün öz değerinin yarısından daha az bulunmuş ve 2. faktörden sonra önemli bir düşüş eğilimi gözlenmemiştir. Bu nedenle tek boyutluluğu ihlal eden 2., 4., 6., 8.,9. ve 11. maddeler ölçekten çıkarılmış, kalan maddeler yeniden numaralandırılmış ve faktör analizi yinelenmiştir. Sonuçlar **tablo 2**'de sunulmuştur.

**Tablo 2.** İlköğretim düzeyine uyarlanan iyimserlik ölçeğinin faktör analizi sonuçları (2)

Madde	Faktör Yük Değerleri
	Faktör 1
9	.81
8	.73
16	.71
6	.68
11	.67
10	.66
18	.66
7	.65
17	.64
12	.59
4	.58
13	.57
15	.52
2	.49
3	.46
14	.45
5	.36
1	.30
Açıklanan	
Varyans (%)	
Toplam=% 36	

Faktör analizi çalışmasında iyimserlik ölçeğine ilişkin KMO (Kaiser- Meyer-Olkin) katsayısı .880 bulunmuştur. Barlett Sphericity testi anlamlı çıkmıştır. KMO Katsayısının .60'dan yüksek olması ve Barlet Sphericity testinin anlamlı çıkması verilerin faktör analizi için uygun olduğunu gösterir. Faktörlerin her bir değişken üzerindeki ortak varyansın .30 ile .80 arasında değiştiği görülmüştür.



Açıklanan toplam varyans %36'dır. Tek faktörlü ölçeklerde açıklanan varyansın %30 ve daha fazla olması yeterli görülmektedir

Ölçeğin madde geçerliliğini incelemek amacıyla madde toplam puan korelasyonlarına bakılmıştır. Toplam 160 kişiye yapılan uygulama sonuçlarına göre iyimserlik ölçeğinin Cronbach Alfa güvenirlik kat sayısı .88 olarak bulunmuştur. Psikolojik bir test için hesaplanan güvenirlik kat sayısının .70 ve daha yüksek olması test puanlarının güvenirliği için genel olarak yeterli görülmektedir. **Tablo 3**'de iyimserlik ölçeği madde toplam puan korelasyonları analiz sonuçları verilmiştir.

**Tablo 3.** İyimserlik ölçeği madde-toplam korelasyonu analiz sonuçları

Madde	Madde Toplam Korelasyonu
1	.25
2	.45
3	.39
4	.51
5	.31
6	.61
7	.58
8	.65
9	.74
10	.59
11	.60
12	.51
13	.50
14	.39
15	.45
16	.64
17	.57
18	.59

Ölçekte yer alan tüm maddeler için madde-toplam korelasyonlarının .25 ile .74 arasında değiştiği görülmektedir. Buna göre ölçekteki maddelerin güvenilirliklerinin yüksek ve aynı davranışı ölçmeye yönelik olduğu söylenebilir.

Ölçekte yer alan maddelerin ayırt ediciliğini tespit etmek için 18 maddelik ölçeğin 160 kişiye uygulanmasından elde edilen puanların alt ve üst %27'lik puan grupları ortalamaları t testi ile karşılaştırılmıştır. Testin ayırtıcılığını tespit etmek için alt ve üst puanlarının n sayıları, ortalamaları, standart sapmaları, t değeri **tablo 4**'de sunulmuştur.

**Tablo 4.** İyimserlik ölçeğinin alt ve üst puan gruplarının sayıları, ortalamaları, standart sapmaları, t değerleri

Puan grubu	N	x	S	t	P
Üst % 27'lik grup	43	83.16	8.98		
Alt %27'lik grup	43	50.34	2.86	22.82	*

\* p< .05

Tablo 4'de görüldüğü gibi, üst ve alt %27'lik puan gruplarında 43'er puan bulunmaktadır. Alt ve üst puan grupları karşılaştırıldığında aralarında anlamlı bir fark bulunmaktadır. Üst grupların puanlarının ortalaması (x=83.16); alt grupların ortalamasından (x= 50.34) daha yüksektir. Sonuç olarak gruplar arasında .05 düzeyinde anlamlı bir fark bulunduğu gözlenmiştir.

Ölçeğin iki yarı test güvenilirliği hesaplanmıştır. Testin maddeleri yansız olarak iki eş yarıya ayrılarak testin iki yarısı arasındaki ilişkiyi hareketle Spearman Brown formülü kullanılarak testin tamamı için hesaplanan korelasyon katsayısı 0.83 bulunmuştur. Test yarılama yöntemiyle elde edilen test puanları arasındaki tutarlılığı gösterir

Analizler sonucunda ilköğretim öğrencilerine uygulanan iyimserlik ölçeğinin 18 madden oluştuğu belirlenmiştir. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 90 en düşük puan ise 18'dir (Çalık , 2008).

### 3.6 Verilerin Analizi

Ölçeklerin doldurulması tamamlandıktan sonra, veri toplama araçları kontrol edilmiş, hatalı ve rastgele doldurulmuş olanlar değerlendirme dışı bırakılmıştır. Çalışmada elde edilen bulgular değerlendirilirken, verilerin analizinde öğrencilere ait demografik özellikler için frekans ve yüzde dağılımı, kullanılmıştır.

Verilerin analizinde en az .05 anlamlılık düzeyi benimsenmiştir. Öğrencilerin saldırganlık ve iyimserlik ölçeğinden elde edecekleri puanların cinsiyete, spor yapma durumuna göre dağılımını belirlemek amacıyla bağımsız örneklem için T testi kullanılmıştır.

Saldırganlık ve iyimserlik ölçeğinin yaş gruplarına, anne-baba eğitim seviyeleri, kardeş sayıları, gelir seviyeleri ve yapmış olduğu branşa göre dağılımını belirlemek amacıyla 'Tek Faktörlü Varyans analizi' (ANOVA) kullanılmıştır. Ancak ANOVA sonucunda elde edilen F değerleri, anlamlı farkın olduğu durumlarda bu farkın hangi gruplar arasında olduğunu göstermemektedir. Bu nedenle anlamlı çıkan F değerindeki farkın kaynağını bulmak üzere çoklu karşılaştırma (Post-hoc) testlerinden LSD testi kullanılmıştır (Büyüköztürk,2006).

#### 4. BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde çalışmaya katılan toplam 486 spor yapan ve spor yapmayan öğrencilerden elde edilen verilerin ortalama değerleri ve istatistiksel sonuçları iki bölümde aktarıldı. Birinci bölümde deneklerin tanımlayıcı bilgileri yüzde - frekans tabloları halinde sunuldu. İkinci bölümde ise, her iki gruba ait saldırganlık ve iyimserlik ortalama puanlarının tanımlayıcı bilgilerde sunulan değişkenler ile istatistiksel olarak anlamlılık seviyeleri araştırıldı.

Çalışmaya %57,8'i ve %42,2'si kız öğrenci olmak üzere 486 kişi katıldı. Öğrencilerin yaş durumları incelendiğinde ise 11 yaş 172 (%35,4), 12 yaş 153 (%31,5) ve son olarak 13 yaş grubundan 161 öğrenciden (%33,1) oluşmaktadır (**Tablo 5**).

**Tablo 5:** Cinsiyetlerine ve yaşlarına göre dağılımı

Cinsiyet	N	Yüzde (%)
Erkek	281	57,8
Kız	205	42,2
Toplam	486	100,0
Yaş Grupları		
11	172	35,4
12	153	31,5
13	161	33,1
<b>Toplam</b>	<b>486</b>	<b>100,0</b>

Araştırmaya katılan öğrencilerin anne-baba eğitim durumları incelenmiştir. Anne eğitim seviyeleri; okur-yazar olmayan 33 kişi (%6,8), okur-yazar 37 kişi (%7,6), ilköğretim mezunu 275 kişi (%56,6), ortaöğretim mezunu 124 kişi (%25,5), üniversite mezunu 15 kişi (%3,1) dağılımı ortaya çıkarken sırasıyla baba eğitim seviyeleri ise 13 kişi (%2,7); 27 kişi (%5,6); 252 kişi (%51,9); 142 kişi (%29,2); 52 kişi (%10,7) olarak tespit edildi (**Tablo 6**).

**Tablo 6:** Anne-baba eğitim durumuna göre dağılımı

Eğitim Durumları	Anne		Baba	
	N	Yüzde (%)	N	Yüzde (%)
Okur-yazar değil	33	6,8	13	2,7
Okur-yazar	37	7,6	27	5,6
İlköğretim	275	56,6	252	51,9
Ortaöğretim-lise	124	25,5	142	29,2
Üniversite	15	3,1	52	10,7
<b>Toplam</b>	<b>486</b>	<b>100,0</b>	<b>486</b>	<b>100,0</b>

Çalışmaya katılan deneklerden kardeş sayıları hiç kardeşi olmayan 67 (%13,8), 1 kardeşi olan 148 (%30,5), 2 kardeşi olan 167 (%34,4), 3 kardeşi olan 67 (%13,8), 4 kardeşi olan 21 (%4,3), 5 kardeşi olan 16 (%3,3) olarak belirlenmiştir (**Tablo 7**).

**Tablo 7:** Kardeş sayısına göre dağılım

: Kardeş Sayısına	N	Yüzde (%)
Yok	67	13,8
1	148	30,5
2	167	34,4
3	67	13,8
4	21	4,3
5	16	3,3
<b>Toplam</b>	<b>486</b>	<b>100,0</b>

Çalışmaya katılan deneklerin gelir düzeyleri 600 tl ve altı olan 75 kişi (%15,4), 601-899 tl arası geliri olan 129 kişi (%26,5) 900-1199 tl arası olan 147 kişi (%30,2), 1200-1499 tl arası olan 53 kişi (%10,9), 1500 ve üstü geliri olan 82 kişi(%16,9) olarak tespit edildi (**Tablo 8**).

**Tablo 8:** Gelir düzeyine göre dağılım

	N	Yüzde (%)
600 tl ve altı	75	15,4
601-899	129	26,5
900-1199	147	30,2
1200-1499	53	10,9
1500 ve üstü	82	16,9
<b>Toplam</b>	<b>486</b>	<b>100,0</b>

Çalışmaya katılan deneklerin 262'si (%53,9) spor yapmakta, 224'ü (%46,1) spor yapmamaktadır (**Tablo 9**).

**Tablo 9 :** Spor yapma durumuna göre dağılım

	N	Yüzde (%)
Spor yapıyor	262	53,9
Spor yapmıyor	224	46,1
<b>Toplam</b>	<b>486</b>	<b>100,0</b>

Çalışmaya katılan 486 denekten 11 yaşında 98 kişi, 12 yaşında 78 kişi, 13 yaşında 86 kişi toplam 262 kişi spor yapmakta; 11 yaşında 74 kişi, 12 yaşında 75 kişi, 13 yaşında 75 kişi toplamda 224 kişi spor yapmamaktadır (**Tablo 10**).

**Tablo 10:** Yaşlara göre dağılım spor yapma durumu dağılımı

	Yaş			Toplam
	11	12	13	
Spor yapıyor	98	78	86	262
Spor yapmıyor	74	75	75	224
<b>Toplam</b>	<b>172</b>	<b>153</b>	<b>161</b>	<b>486</b>

Çalışmaya katılan 262 spor yapan deneğin 102'si (%38,9) futbol, 26'sı (%9,9) basketbol, 118'i (%45,0) voleybol, 16'sı (%6,1) hentbol branşlarında spor yapmaktadır (**Tablo 11**).

**Tablo 11:** Spor branşlarına göre dağılım

Branşlar	N	Yüzde (%)
Futbol	102	38,9
Basketbol	26	9,9
Voleybol	118	45,0
Hentbol	16	6,1
<b>Toplam</b>	<b>262</b>	<b>100,0</b>

Cinsiyet değişkenine göre gruplar karşılaştırıldığında saldırganlık puanları erkek öğrencilerin (115,62±24,09) kızlara (111,30±20,306) göre daha yüksek olduğu, aralarındaki farkın istatistiksel olarak da anlamlı olduğu tespit edilmiştir. ( $p<0.05$ ). İyimserlik puanı açısından incelendiğinde ise cinsiyet (erkek 63,59±15,563; kız 63,48 ±13,189) değişkenine göre anlamlı bir fark bulunmamıştır ( $p>0.05$ ) (**Tablo 12**).

**Tablo 12.** Cinsiyet alt grubuna göre saldırganlık ve iyimserlik puanlarının karşılaştırılması

Değişken	Cinsiyet	N	Ortalama	Std. Sapma	t	p
Saldırganlık	Erkek	281	115,62	24,109	2,138	<b>,033*</b>
	Kız	205	111,30	20,306		
İyimserlik	Erkek	281	63,59	15,563	,078	,938
	Kız	205	63,48	13,189		

\* $p<0.05$

Çalışmaya katılan öğrencilerden saldırganlık ortalama puanları spor yapanlar da 112,55±21,331 ve spor yapmayanlar da ise 115,25±24,092 iyimserlik ortalamaları ise sırasıyla 63,85±15,377, 63,19 ±13,649 olarak tespit edildi. Spor yapıp yapmama durumlarına göre saldırganlık ve iyimserlik puanların da istatistiksel olarak anlamlılık olmadığı belirlendi ( $p>0.05$ ) (**Tablo 13**).

**Tablo 13.** Spor yapma durumuna göre saldırganlık ve iyimserlik puanlarının karşılaştırılması

Değişken	Spor Yapma Dur.	N	Ortalama	Std. Sapma	t	p
Saldırganlık	Spor Yapan	262	112,55	21,331	-1,302	,194
	Spor Yapmayan	224	115,25	24,092		
İyimserlik	Spor Yapan	262	63,85	15,377	,496	,620
	Spor Yapmayan	224	63,19	13,649		

Farklı yaşlardan katılan 486 öğrencinin yaş kategorilerine göre saldırganlık puanında gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark görülmezken ( $p>0.05$ ), iyimserlik puanında sadece 13 yaş ile 11 yaş arasında ( $p: 044$ ) istatistiksel olarak anlamlı olduğu bulunmuştur ( $p<0.05$ ) (**Tablo 14**).

**Tablo 14.** Yaş gruplarına göre saldırganlık ve iyimserlik puanlarının karşılaştırılması

Değişken	Yaş	N	Ortalama	Std. Sapma	f	p	(I-J)
Saldırganlık	1. 11 yaş	172	115,59	23,012	1,580	,207	-
	2. 12 yaş	153	114,41	23,056			
	3. 13 yaş	161	111,29	21,810			
	Toplam	486	113,79	22,662			
İyimserlik	1. 11 yaş	172	61,94	14,773	3,140	,044*	3-1
	2. 12 yaş	153	62,96	16,043			
	3. 13 yaş	161	65,81	12,634			
	Toplam	486	63,54	14,595			

Anne eğitim seviyelerine göre saldırganlık ortalama puanlarında; okuryazar olmayanlar ile üniversite mezunu olanlar arasında ( $p:009$ ) okuryazar olmayanlar lehine, ilköğretim ile okuryazar olanlar ( $p:035$ ), ilköğretim ile ortaöğretim ( $p:018$ ) ve yine ilköğretim ile üniversite mezunu olanlar arasında ( $p:004$ ) istatistiksel olarak anlamlılık hesaplanmıştır ( $p<0.05$ ). İyimserlik ortalama puanları ile Anne eğitim seviyelerine göre istatistiksel bir fark olmadığı tespit edilmiştir ( $p>0.05$ ) (**Tablo 15**).



**Tablo 15.** Anne eğitim seviyesine göre saldırganlık ve iyimserlik puanlarının karşılaştırılması

Değişken	Anne Eğitim Sev.	N	Ortalama	Std. Sapma	f	p	(I-J)
Saldırganlık	1. Okur-yazar değil	33	117,73	13,742	3,948	<b>,004*</b>	1-5 (.009)
	2. Okur-yazar	39	108,23	27,436			3-2 (.035)
	3. İlköğretim	275	116,35	23,056			3-4 (.018)
	4. Ortaöğretim-Lise	124	110,59	20,824			3-5 (.004)
	5. Üniversite	15	99,33	23,194			
	Toplam	486	113,79	22,662			
İyimserlik	1. Okur-yazar değil	33	58,52	12,433	2,261	,062	-
	2. Okur-yazar	39	64,59	17,422			
	3. İlköğretim	275	64,28	13,660			
	4. Ortaöğretim-lise	124	63,83	15,155			
	5. Üniversite	15	55,93	19,905			
	Toplam	486	63,54	14,595			

\*p<0.05

Araştırmanın bir diğer değişkeni olan Baba eğitim seviyelerine bakıldığında saldırganlık ortalama puanlarının; okur-yazar seviyesi ile ilköğretim seviyesi arasında (p:009), ilköğretim seviyesi ile orta öğretim seviyesi (p:001), ilköğretim seviyesi ile üniversite seviyesi mezunları arasında (p:001) istatistiksel olarak anlamlılık bulunmuştur (p<0.05).

İyimserlik puanlarına göre ise; okur-yazar seviyesi ile ilköğretim seviyesi arasında (p:001), okur-yazar ile ortaöğretim mezunu olanlar arasında (p:003) ortaöğretim mezunları lehine, üniversite mezunları ile okur-yazar mezunları arasında (p:034) üniversite mezunları lehine istatistiksel olarak anlamlılık bulunmuştur (p<0.05) **(Tablo 16)**

**Tablo 16.** Baba eğitim seviyesi alt grubuna göre saldırganlık ve iyimserlik puanlarının karşılaştırılması

Değişken	Baba Eğitim Sev.	N	Ortalama	Std. Sapma	f	p	(I-J)
Saldırganlık	1. Okur-yazar değil	13	120,08	17,490	5,393	<b>,000*</b>	3-2 (.009)
	2. Okur-yazar	27	106,04	25,467			3-4 (.001)
	3. İlköğretim	252	117,81	21,531			3-5 (.001)
	4. Ortaöğretim-Lise	142	110,15	22,700			
	5. Üniversite	52	106,73	23,778			
	Toplam	486	113,79	22,662			
İyimserlik	1. Okur-yazar değil	13	56,92	12,900	3,472	<b>,008*</b>	3-2 (.001)
	2. Okur-yazar	27	55,15	16,849			4-2 (.003)
	3. İlköğretim	252	64,63	13,664			5-2 (.034)
	4. Ortaöğretim-lise	142	64,21	15,911			
	5. Üniversite	52	62,44	12,891			
	Toplam	486	63,54	14,595			

\*p<0.05

Çalışmaya katılanların kardeş sayılarına göre saldırganlık ve iyimserlik puanları karşılaştırıldığında da istatistiksel olarak anlamlı farkın olmadığı görülmüştür (p>0.05). Ortalama saldırganlık puanlarına bakıldığında ise kardeş sayısı arttıkça saldırganlığın arttığı tespit edilmiştir (**Tablo 17**).

**Tablo 17.** Kardeş sayılarına göre saldırganlık ve iyimserlik puanlarının karşılaştırılması

Değişken	Kardeş Sayısı	N	Ortalama	Std. Sapma	f	p	(I-J)
Saldırganlık	1. Kardeşi yok	67	109,15	16,025	1,049	,388	-
	2. 1 Kardeş	148	113,43	22,721			
	3. 2 Kardeş	167	113,87	24,547			
	4. 3 Kardeş	67	117,54	24,868			
	5. 4 Kardeş	21	116,10	15,450			
	6. 5 Kardeş	16	117,12	23,007			
	Toplam	486	113,79	22,662			
İyimserlik	1. Kardeşi yok	67	60,79	18,680	1,596	,160	-
	2. 1 Kardeş	148	63,05	14,804			
	3. 2 Kardeş	167	63,67	13,187			
	4. 3 Kardeş	67	67,52	13,294			
	5. 4 Kardeş	21	61,62	9,287			
	6. 5 Kardeş	16	64,12	16,565			
	Toplam	486	63,54	14,595			

Gelir seviyesine saldırganlık puanlarında; 600 tl ve altı ile 1500tl ve üstü gelir seviyesine sahip olanlar arasında (p:,001), 601-899 tl arası geliri olanlar ile 1500 tl üstü geliri olanlar arasında (p:,017), 900-1199 tl ile 1500 tl üstü geliri olanlar (p:,002), 1200-1499 tl arası ile 1500 tl üstü geliri olanlar arasında (p:,003) istatistiksel olarak anlamlılık bulunmuştur (p<0.05).

İyimserlik puanlarında ise durum; 600 tl ve altı geliri olanlar ile 601-899 tl gelir seviyesine sahip olanlar arasında (p:007), 600 tl ve altı ile 1200-1499 tl arası geliri olanlar (p:001), 900-1199 tl ile 601-899 tl arası (p:023), 900-1199 tl arası geliri olanlar ile 1200-1499 tl arası geliri olanlar (p:002), 1500 tl üstü ile 601-899 tl arası geliri olanlar arasında (p:014) ve son olarak 1500 tl üstü geliri olanlar ile 1200-1499 tl arası olanlar arasında (p:002) istatistiksel olarak anlamlılık bulunmuştur (p<0.05) (**Tablo 18**).

**Tablo 18.** Gelir seviyelerine göre saldırganlık ve iyimserlik puanlarının karşılaştırılması

Değişken	Gelir Seviyesi	N	Ortalama	Std. Sapma	f	p	(I-J)
Saldırganlık	1. 600 tl ve altı	75	118,24	21,486	3,900	,004*	
	2. 601-899 arası	129	113,29	19,781			1-5 (,001)
	3. 900-1199 arası	147	115,21	22,019			2-5 (,017)
	4. 1200-1499 arası	53	117,30	23,517			3,5 (,002)
	5. 1500 ve üstü	82	105,71	26,635			4-5 (,003)
	Toplam	486	113,79	22,662			
İyimserlik	1. 600 tl ve altı	75	66,59	12,606	4,833	,001*	1-2 (,007)
	2. 601-899 arası	129	60,98	13,898			1-4 (,001)
	3. 900-1199 arası	147	64,92	14,731			3-2 (,023)
	4. 1200-1499 arası	53	57,91	15,125			3-4 (,002)
	5. 1500 ve üstü	82	65,98	15,418			5-2 (,014)
	Toplam	486	63,54	14,595			5-4 (,002)

\*p<0.05

Spor yapanlar grubunun takım sporlarına göre gruplar karşılaştırıldığında saldırganlık ve iyimserlik puanlarında istatistiksel olarak anlamlılık bulunmamıştır (p>0.05). Saldırganlık puanı açısından Futbol (114,37±23,104) branşında ki katılımcılar en yüksek puana sahipken en düşük olanı ise Basketbol (101,65±21,865) olduğu tespit edildi. İyimserlik puanları açısından ise hentbol (64,94±8,668) branşı yapanların diğer takım sporlarına göre daha yüksek çıkmıştır (**Tablo 19**).

**Tablo 19.** Branşlara göre saldırganlık ve iyimserlik puanlarının karşılaştırılması

<b>Değişken</b>	<b>Branş</b>	<b>N</b>	<b>Ortalama</b>	<b>Std. Sapma</b>	<b>f</b>	<b>p</b>	<b>(I-J)</b>
Saldırganlık	1. Spor yapmayan	224	115,25	24,092	2,265	,061	-
	2. Futbol	102	114,37	23,104			
	3. Basketbol	26	101,65	21,865			
	4. Voleybol	118	113,75	19,901			
	5. Hentbol	16	109,75	13,748			
	Toplam	486	113,79	22,662			
İyimserlik	1. Spor yapmayan	224	63,19	13,649	,116	,977	-
	2. Futbol	102	62,32	16,529			
	3. Basketbol	26	63,88	20,049			
	4. Voleybol	118	63,55	13,989			
	5. Hentbol	16	64,94	8,668			
	Toplam	486	63,54	14,595			

## 5. TARTIŞMA

Bu araştırmada 11- 13 yaş gurubundaki spor yapan ve yapmayan toplam 486 (kız 205, erkek 281) öğrenciye demografik özellikler anketi, Tuzgöl (1998) tarafından geliştirilen Saldırđanlık Ölçeği, ilköğretim öğrencileri için geliştirilmiş İyimserlik Ölçeği uygulandı (Çalık, 2008). Elde edilen verilerle öğrencilerin spor yapıp-yapmama, cinsiyet, yaş grubu, anne-baba eğitim seviyesi, kardeş sayısı, gelir seviyesi ve yapmış oldukları spor branşına göre saldırganlık ve iyimserlik puanları ile istatistiksel değerlendirme yapılmıştır.

### **Katılımcıların cinsiyetlerine göre saldırganlık ve iyimserlik puanlarının karşılaştırılması:**

Cinsiyet alt grubuna göre grupların saldırganlık puanı karşılaştırıldığında, erkek (115,62±24,09) ve kızlar (111,30±20,306) arasında istatistiksel olarak anlamlı olduğu tespit edilirken ( $p<0.05$ ), iyimserlik puanında ise cinsiyet açasından anlamlılık bulunmamıştır sırasıyla (63,59±15,563; 63,48 ±13,189) ( $p>0.05$ ).

Araştırmamızda erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre daha saldırgan oldukları ancak iyimserlik yönüne bakıldığında aralarında anlamlı bir farklılık bulunmadığı tespit edildi.

Cinsiyet durumuna göre saldırganlık ve iyimserlik üzerine yapılmış araştırmalar incelendiğinde benzer sonuçlara rastlanmıştır.

Bayram (2012) yaptığı çalışmada 14-18 yaş grubu 515 (316 erkek; 199 kız) spor yapan öğrenci ve 932 (301 erkek; 631 kız) spor yapmayan öğrenci üzerinde saldırganlık durumlarını incelemiş ve erkeklerin kız öğrencilere göre daha saldırgan olduklarını tespit etmiştir. Literatür de yer alan farklı araştırma sonuçları da genel olarak erkeklerin kızlara göre daha saldırgan olduğu yönündedir.

Kültürel yapımız erkeğe atılgan, rekabetçi, eşine sahip çıkan her zaman dik ve güçlü durması gereken bir görev yüklediği için erkekler kızlara oranla daha saldırgan davranışlar sergilemektedir. Ayrıca erkek öğrencilerinin fazla saldırganlık sergilemeleri kendilerini topluma kabul ettirmenin bir yolu olarak algılamasına bağlanabilir. Bu yolla, başkalarına karşı gösterilen saldırganlığın hem kendi yaşıtlarına karşı hem de topluma karşı bir kimlik edinme çabası olduğu sonucuna ulaşılabilir (Bayram 2012).

Araştırmamızın iyimserlik kısmına baktığımızda iyimserlik puanında cinsiyete göre anlamlılık bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

Puskar ve ark. (1999) kırsal kesimde yaşayan 624 lise öğrencisi üzerinde yapmış olduğu araştırmada depresif belirtiler, baş etme, öfke ve yaşam olaylarının iyimserlikle ilişkisini araştırmışlardır. Araştırmanın sonucuna göre; kız öğrencilerin iyimserlik düzey ortalamaları erkek öğrencilere göre düşük bulunmuş fakat aradaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır.

Yerli ve yabancı literatür incelendiğinde (Aydın ve Tezer, 1991; Cahng, 1996; Güleri, 1998; Üstündağ, 1999; Weinstein, 2006) gibi araştırmacılar cinsiyetle iyimserlik arasında anlamlı bir fark bulamazken, bazı araştırmacılar (Aşan, 1996; Açıköz, 2006) cinsiyet ile iyimserlik arasında ilişki tespit etmişlerdir.

#### **Katılımcıların spor yapma durumuna göre saldırganlık ve iyimserlik puanlarının karşılaştırılması:**

Spor yapan ile yapmayan öğrenciler arasında saldırganlık (sırasıyla,  $115,55\pm 21,33$ ;  $112,25\pm 24,09$ ) ve iyimserlik ( $63,85\pm 15,37$ ;  $63,19\pm 13,64$ ) puanlarında istatistiksel olarak anlamlılık bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

Yıldız (2009) spor yapan 150 erkek, 150 bayan, 150 erkek, 150 bayan sedanter olmak üzere toplam 600 öğrenci üzerinde yaptığı “Spor yapan ve spor yapmayan ortaöğretim öğrencilerinin saldırganlık düzeylerinin incelenmesi” isimli araştırmasında spor yapmayanların genel saldırganlık puanları spor yapanlara göre daha yüksektir. Fakat genel saldırganlık için spor yapanlarla spor yapmayanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığını ifade etmiştir.

Bayram (2012) yaptığı araştırmada öğrencilerin spor yapma ve yapmamaları saldırganlık puanlarını etkilemediğini belirterek bizim bulduğumuz sonucu desteklemektedir.

Tiryaki (1996) üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı çalışma da spor yapma ve saldırganlık ilişkisini araştırmış ve sonuç olarak spor yapanların yapmayanlara göre daha saldırgan olduğunu belirlemiştir.

Spor yapma her ne kadar saldırganlığı arttırdığı araştırmacılar tarafından ortaya konulsa da çocukların spor yapmayı sürdürmeleri yönünde desteklenmelidir. Fiziksel etkinlik olmazsa öğrenciler, okul ödevlerine yoğunlaşmada güçlük çekerler. Quebec’ de

yapılan altı yıllık bir çalışma, haftada fazladan beş saatlik bir fiziksel etkinlik yapan küçük çocukların akademik konularda, olağan programlara uyan çocuklardan çok daha yüksek not aldıklarını bulgulamıştır. Daha iyi oynamakta, daha az saldırgan davranışlar sergilemekte ve daha gelişkin bireysel sınıf içi davranışları sergilemektedirler (Leblanc ve Dickson 2005).

Sporun kişilik üzerindeki etkisine baktığımızda korku, aşk, öfke gibi coşkuların normal gelişmesine olanak hazırlayan bir gücü vardır. Spor, bireylerin karakterini şekillendirir, işbirliği yapmayı öğretir, kişisel disiplini geliştirir, mücadeleyi öğretir, cesareti ve özgüveni artırır, saldırganlık dürtülerini, doğal yolla ve sosyal kurallara uygun olarak boşaltmayı öğretir ( Kuru 2000).

Araştırmamızda sporun saldırganlık ve iyimserlik üzerinde bir etkisi olmadığı görülürken yapılan diğer araştırmalarda spor yapan bireylerin daha az saldırgan davranışlar sergiledikleri, olaylara ve hayata daha iyimser baktıkları görülmüştür.

#### **Katılımcıların yaş gruplarına göre saldırganlık ve iyimserlik puanlarının karşılaştırılması:**

Çalışmaya katılan öğrencilerin saldırganlık puanı 11 (115,59±23,01), 12 (114,41±23,05) ve 13 (111,29±21,89) yaş gruplarına göre incelendiğinde yaşlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ( $p>0.05$ ). İyimserlik puanlarına baktığımızda 13 yaş grubu öğrencilerin (65,81±12,63) 11'e (61,94±14,77) göre daha iyimser oldukları belirlendi ( $p:044$ ).

Bayram (2012) spor yapan 515 ve spor yapmayan 932 öğrenci de yaşlara göre spor yapmayan öğrencilerin saldırganlık puanları en düşük 14 yaş ve altı, en yüksek 17 yaş grubuna ait olduğunu bulurken, spor yapanlarda ise en düşük 14 yaş ve altı, en yüksek 18 yaş grubuna ait olduğunu tespit etmiştir. Ortalama puanlar incelendiğinde, grupların yaş kategorisine göre spor yapan ve yapmayanlar arasında fark olduğu belirtmiştir. Öğrencilerin yaşı ile saldırganlık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olmadığını bildirmiştir.

Dilekmen ve ark. (2011) "İlköğretim II. Kademe Öğrencilerinin Saldırganlık Özellikleri" adlı çalışmalarında yaş, cinsiyet, eğitim şekli, annenin hayatta olması, babanın hayatta olması, yaşanan yerleşim merkezi, algılanan akademik başarı ve

disiplin cezası alıp almama değişkenleri açısından öğrencilerinin saldırganlık puanları arasında anlamlı farklılık olmadığını belirtmişlerdir.

Literatür incelendiğinde, yapılan araştırmalarda yaş faktörünün genel olarak saldırganlık puanlarını etkilemediği görülmüştür. Bu durum bizim ulaştığımız bulguları destekler niteliktedir.

Çalık'ın (2008) 6-7-8 sınıflar üzerinde yaptığı araştırmanın analiz sonuçları araştırmamızı destekler nitelikte olup, iyimserlik ölçeğinden alınan puanlarla sınıflar arasında anlamlı bir fark olmadığını göstermektedir ( $p>0,05$ ).

Seligman (1990, 2007), ergenlik dönemi öncesinde çocukları aşırı iyimser olarak değerlendirmektedir. Onlara göre iyi olaylar sonsuza dek sürer ve buna çocuğun kendisi neden olmuştur. Çocuklara göre kötü olaylar tesadüfen olur, çabucak ortadan kalkar ve bir başkasının suçudur. Bunun nedeni çocukluk döneminde belirgin yaşanan umut etme yetisidir. Çocuklar sekiz yaşında kendilerine ait açıklama tarzı geliştirirler ve buda onların iyimser ya da kötümser olmalarını belirler. Seligman bu durumun nedenini doğanın çocukları sağlıklı bir şekilde ergenlik dönemine taşıması olarak tanımlar

Aşan (1996) Orta yaşlı ve yaşlı yetişkin kadınların aynı yaş grubundaki erkekler ve her iki cinsiyetteki öğrencilere oranla daha olumlu olduğunu bildirdi. Öğrenciler kişisel alana ait beklentilerinde yetişkinlerden daha olumluysen (sağlık, düşünsel gelişim ve maddi durum) yetişkinler ilişkisel alana ait beklentilerde (önem verilen insanlarla ilişkiler ve manevi, inanç) öğrencilerden daha olumlu bulunmuştur. İyimserliğin kişisel alana ait beklentilerle anlamlı ve doğru orantılı bir ilişki içinde olduğu bulunmuştur. Aynı araştırma subjektif iyimserlik ve yaş birbirleriyle negatif ilişkili bulunmuştur. İnsanlar yaşlandıkça kendilerine ilişkin ve diğerlerine ilişkin beklenti farkları azalmaktadır. Yapılan çalışmada birçok farklı faktöre bağlı olarak yetişkinlerin öğrencilerden daha iyimser oldukları bulunmuştur.

### **Katılımcıların anne eğitim seviyesine göre saldırganlık ve iyimserlik puanlarının karşılaştırılması:**

Aileler muhakkak ki çocuklarının gelişiminde önemli bir etkidir. Anne ve babanın eğitim seviyeleri çocuğun büyümesin de ve eğitiminde belirleyici rol oynar. Çalışmada öğrencilerin anne eğitim seviyeleri ile saldırganlık puanları arasında bir ilişki olup olmadığı araştırıldı. Buna göre; okur-yazar olmayan ile üniversite mezunu ve ilk



öğretim ile okur yazar, ortaöğretim mezunu, üniversite mezunu olanlar arasında istatistiksel olarak anlamlılık bulunmuştur ( $p < 0.05$ ). İyimserlik puanlarında eğitim seviyelerine göre fark olmadığı tespit edilmiştir ( $p > 0.05$ ). Eğitim seviyesi arttıkça öğrencilerin saldırgan tutumları da azalmaktadır.

Güner (1995) ergenlerde anne-baba eğitim düzeyi ve saldırganlık düzeyini karşılaştırmış, anne babaları lisansüstü eğitim görmüş olanların saldırganlık düzeylerinin anne-babası diğer eğitim düzeylerine sahip olanlara göre daha yüksek olduğu bulgusunu elde etmiştir.

Baygöl (1997), ergenlerin öfke duygusunu nasıl yaşadıklarını ve sürekli öfke ve öfke kontrol, öfke dışı ve öfke içte biçimlerinden hangilerini daha sıklıkla kullandıklarını ve bunlar üzerinde cinsiyetin, gelir düzeyinin, ana-baba eğitim durumunun, kardeş sayısının ve annenin çalışıyor olmasının herhangi bir etkisi olup olmadığını tespit etmek amacıyla bir araştırma yapmıştır. Araştırmanın sonucunda ebeveyn eğitim durumuna göre, annesi ortaöğretim ve yükseköğretim mezunu olan öğrencilerin öfkelerini daha çok dışı vurduklarını tespit etmiştir.

Tuzgöl (1998), cinsiyet ile saldırganlık arasındaki ilişkiyi karşılaştırdığı araştırmasında, erkeklerin saldırganlık düzeylerinin daha yüksek olduğunu, aile gelir düzeyi ve saldırganlık düzeyi açısından bir farklılık olmadığını, anne-baba eğitim düzeylerine göre bireylerin saldırganlık davranışlarında farklılaşma olmadığı bulgusunu elde etmiştir.

Başka bir araştırmacı ilköğretim 7. ve 8. sınıf öğrencilerinin akılcı olmayan inançları ile saldırganlık düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiş anne öğrenim düzeyi değişkenine göre öğrencilerin saldırganlık ölçeğinden aldıkları puanlar arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir (Kılıçarslan, 2009).

Araştırmamız anne öğrenim düzeyi ile öğrencilerin saldırganlık davranışları arasında bir ilişki olmadığı şeklindeki bulgularla tutarlılık göstermemektedir. Ancak anne eğitim düzeyi arttıkça saldırganlığın azalacağı şeklinde ters orantılı bir sonuç da net olarak elde edilmemiştir.

Araştırmamızın bu bölümündeki iyimserlik puanlarına baktığımızda anne eğitim seviyesinin öğrencilerin iyimserlik puanları üzerinde anlamlı bir farklılığa neden olmadığını görmekteyiz. İyimserlik ve anne eğitim seviyesi konusunda alakalı yapılan

literatür taramasında anne baba eğitiminin iyimserlik düzeyine etkisi ile ilgili çalışmaya rastlanmamıştır.

**Katılımcıların baba eğitim seviyesine göre saldırganlık ve iyimserlik puanlarının karşılaştırılması:**

Baba eğitim seviyesi göre saldırganlık puanlarında; okur-yazar seviyesi ile ilköğretim seviyesi arasında, ilköğretim seviyesi ile orta öğretim seviyesi arasında, ilköğretim seviyesi ile üniversite seviyesi mezunları arasında istatistiksel olarak anlamlılık bulunmuştur ( $p<0.05$ ).

Baygöl (1997), babaları ilköğretim mezunu olan ergenlerin öfkelerini daha çok içte tuttukları sonucuna ulaşmıştır. Yani baba eğitim durumunu düşük olmasına rağmen öğrencinin öfke kontrolü daha yüksek çıktığını belirtmiştir.

Kılıçarslan (2009) İlköğretim 7. ve 8. Sınıf öğrencilerinin akılcı olmayan inançları ile saldırganlık düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiş baba öğrenim düzeyi değişkenine göre öğrencilerin saldırganlık ölçeği puanları arasında anlamlı bir fark olmadığı ortaya çıkmıştır. Buna göre öğrencilerin saldırganlık ölçeği puanlarının baba öğrenim düzeyine göre anlamlı düzeyde farklılık göstermediği saptanmıştır.

Aral ve ark. (2004) ve Güner (1995), baba öğrenim düzeyi ile öğrencilerin saldırganlık davranışları arasında, babanın öğrenim düzeyi arttıkça öğrencilerin saldırganlık düzeylerinin azaldığı yönünde bulgular elde etmişlerdir.

Yaptığımız araştırmada baba eğitim seviyesi arttıkça öğrencilerin saldırganlık puanlarının düştüğü yönünde bir sonuca ulaşmaktayız. Buna göre Aral ve ark (2004) ve Güner (1995) ile paralellik sergilerken, Baygöl (1997) ve Kılıçarslan'ın (2009) araştırmalarıyla paralellik göstermemektedir. Baba eğitiminin yüksek olması ailenin çocuk eğitiminde daha bilinçli olmasını sağlayarak öğrencilerde saldırganlığa neden olan faktörleri azaltabilir.

Araştırmamızda baba eğitim seviyesinin iyimserliğe olan etkisine baktığımızda; okur-yazar seviyesi ile ilköğretim, okur-yazar ile ortaöğretim mezunu olanlar arasında ve üniversite mezunları ile okur-yazar olanlar arasında istatistiksel olarak anlamlılık bulunmuştur ( $p<0.05$ ).

Bu sonuçlara göre baba eğitim seviyesi arttıkça öğrencilerin iyimserlik düzeylerinin yükseldiği yönündedir. Eğitim seviyesinin artması babanın sorunlara

yaklaşımını, ailesine yaklaşımını, ailenin sosyal çevresini, olumlu etkilediği düşünülürse buda dolaylı olarak öğrencinin iyimserlik durumuna etki edebilir.

### **Katılımcıların kardeş sayısına göre saldırganlık ve iyimserlik puanlarının karşılaştırılması:**

Çalışmaya katılan öğrencilerin kardeş sayıları bakımından incelendiğinde de 486 katılımcı arasında en çok iki kardeşe (167) ve bir kardeş (148 kişi) sahip oldukları ortaya çıkmıştır. Sahip oldukları kardeş sayılarına göre saldırganlık ve iyimserlik ortalama puanlarında istatistiksel olarak anlamlılık bulunamasa da ( $p>0.05$ ), hiç kardeşi olmayanların saldırganlık puan ortalamaları ( $109,15\pm 16,025$ ) daha düşük olduğu, üç kardeşi olanların ise en yüksek iyimserlik puanlarına ( $67,52\pm 13,29$ ) sahip olduğu tespit edilmiştir.

Yıldız (2009), spor yapan ve spor yapmayan orta öğretim öğrencilerinin saldırganlık düzeylerinin incelenmiş, saldırganlık durumlarına ilişkin atılgan, edilgen saldırganlık puanlarının kardeş sayısı ile ilişkisinde, kardeş sayısı 1, 2, 3, 4 ve 5 olan denekler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığını tespit etmiştir.

Başka bir araştırmacı ise, ilköğretim 7. ve 8. Sınıf öğrencilerinin akılcı olmayan inançları ile saldırganlık düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiş bizim bulgularımızı destekler nitelikte, gerek kardeş sayısının fazla olması ve gerekse tek çocuk olunması durumundaki dezavantajların bu yaş grubunun saldırganlık eğiliminde anlamlı bir fark yaratmadığını belirtmiştir (Kılıçarslan, 2009).

Bernat ve Bulleit (1985) ise 34 çocuğun ev ve okuldaki davranışlarını gözlemlemiş, ortaya çıkan davranışları kardeş sayısı ile etkisini araştırmıştır. Buna göre abla ya da ağabeyi olan çocukların tek çocuklara göre daha saldırgan olduklarını bildirmiştir.

Saldırganlık ve kardeş sayısı hakkında elde ettiğimiz veriler literatürde yer alan kardeş sayısı değişkeninin öğrencilerin saldırganlık davranışlarında farklılığa sebep olduğu yönündeki bulguları desteklemezken; kardeş sayısı değişkeninin öğrencilerin saldırganlık davranışlarında farklılığa sebep olmadığı yönündeki bulgularla tutarlılık göstermektedir.

Kardeş sayısının iyimserliğe etkisini gösteren bir bulgu edilmemiştir. Kardeş sayısı farklı olan öğrencilerin iyimserlik düzeyleri birbirine çok yakındır. İyimserlikle ve kardeş sayısı ile alakalı literatür çalışmasına rastlanmamıştır.

### **Katılımcıların gelir seviyelerine göre saldırganlık ve iyimserlik puanlarının karşılaştırılması:**

Mutlaka gelir seviyesi ile çocukların gelişiminde ve ihtiyaçlarının karşılanmasında önemlidir. Yaptığımız araştırma da gelir seviyelerine göre saldırganlık puanlarında; 600 tl ve altı geliri olanlar ile 1500 tl ve üstü geliri olanlar, 601-899 tl ile 1500 tl üstü geliri olanlar, 900-1199 tl arası geliri olanlar ile 1500 tl üstü geliri olanlar arasında, 1200-1499 tl arası ile 1500 tl üstü geliri olanlar arasın istatistiksel olarak anlamlılık tespit edildi ( $p<0.05$ ).

Literatür incelendiğinde, Uluğtekin (1976) tarafından ana baba davranışlarıyla çocuğun saldırganlık ve bağımlılık eğilimi arasındaki ilişkinin araştırıldığı çalışmada, toplumsal ve ekonomik düzey yükseldikçe ana babaların daha fazla kabul edici ve serbestlik tanıyıcı oldukları, dolayısıyla çocuklarının daha uyumlu kişilik özelliği geliştirdikleri belirlenmiştir. Aile niteliklerine ilişkin olarak ailenin aylık gelir düzeyi ve saldırganlık arasındaki ilişkileri inceleyen Dizman ve Gürsoy (2004); Aral, Türkmenler ve Akbıyık (2004) ve Hatunoğlu (1994), gelir düzeyi düşük ailelerin çocuklarının saldırganlık düzeylerinin orta ve yüksek gelir düzeyine sahip ailelerin çocuklarından daha yüksek olduğu bulgularını elde ederken; Shaw (1994), Demirhan (2002), Köksal (1991) ve Tuzgöl (1998) ailenin aylık gelir düzeyinin bireylerin saldırganlık davranışlarını etkilemede tek etken olmadığı ve saldırganlık davranışı ile aile gelir düzeyi arasında ilişki bulunmadığı şeklinde bulgular elde etmişlerdir ( Kılıçarslan 2009).

Literatürde yer alan ailenin aylık gelir düzeyinin öğrencilerin saldırganlık davranışlarında farklılığa sebep olduğu yönündeki bulgular araştırmamızın bulgularını desteklerken; ailenin aylık gelir düzeyinin öğrencilerin saldırganlık davranışlarında farklılığa sebep olmadığı yönündeki bulgularla, araştırmamız tutarlılık göstermemektedir.

İyimserlik puanlarının gelir seviyesi ile ilişkisinde; 600 tl ve altı geliri olanlar ile 601-899 tl, 600 tl ve altı ile 1200-1499 tl arası geliri olanlar arasında, 900-1199 tl arası geliri olanlar ile 601-899 tl olanlar, 900-1199 tl arası ile 1200-1499 tl geliri olanlar, 1500 tl üstü geliri olanlar ile 601-899 tl arası olanlar, 1500 tl üstü geliri olanlar ile 1200-1499 tl arası geliri olanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı sonuçlara ulaşıldı ( $p<0.05$ ).

Güleri'nin yaptığı araştırmada üst sosyo-ekonomik düzeye sahip ailelerin çocuklarında alt sosyo-ekonomik aile çocuklarına göre daha yüksek iyimserlik gözlenmiştir. Ayrıca Carver, Scheier ve Bridges'in yaptıkları araştırmalarda eğitim, yüksek gelir ve iyimserlik arasında ilişki olduğunu ortaya koymuşlardır (Çalık, 2008).

Güleri'nin (1998) yaptığı araştırma bulguları düşük sosyoekonomik düzeyde olan işçi gençlerin, üniversite gençlerine oranla daha kötümser oldukları yönündedir.

Araştırmamızda, sistemli olmamakla birlikte ailelerin gelir düzeyleri öğrencilerin iyimserlik puanlarına etki etmektedir. Literatürde yer alan araştırma sonuçlarındaki aile gelir düzeyindeki farklılığın iyimserlik puanlarında değişkenliğe yol açması yaptığımız çalışmayı destekler niteliktedir. Bu çalışmada, gelir düzeyinin tek başına iyimserliği artırdığı ya da azalttığı söylenemez.

#### **Katılımcıların yapmış oldukları spor türüne göre saldırganlık ve iyimserlik puanlarının karşılaştırılması:**

Spor yapan öğrenci grubunun yapmış olduğu branşlara göre gruplar karşılaştırıldığında saldırganlık ve iyimserlik puanlarında istatistiksel olarak anlamlılık olmadığı gözlenmiştir ( $p>0.05$ ).

Yıldız (2009) Spor yapan ve spor yapmayan orta öğretim öğrencilerinin saldırganlık düzeylerini incelediğin de yıkıcı saldırganlık ile Basketbol, Hentbol, Futbol, Masa Tenisi, Yüzme ve Taekwondo branşları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edememiştir. Araştırmaya katılan deneklerin saldırganlık durumlarına ilişkin atılğan, edilgen saldırganlık ve saldırganlık alt boyutları, takım sporları ve ferdi sporlar bakımından incelendiğinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığını ifade etmiştir.

Karakaya' nın (2002) araştırmasına göre de; takım ve ferdi sporlar yapanların genel saldırganlık düzeyleri arasında anlamlı bir fark görülmemiştir.

Yapılan araştırmalarda da bizim çalışmamızı destekler nitelikte sonuçlara ulaşmış spor branşları arsında saldırganlık puanlarında anlamlı farklılıklar görülmemiştir. İyimserlik puanları açısından değerlendirdiğimizde branşlar arasında anlamlı bir farklılık olmadığı belirlenmiştir.

## 6. SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümünde, 11-13 yaş grubundaki spor yapan ve yapmayan öğrencilerin saldırganlık ve iyimserlik durumlarının ölçümü ile aşağıdaki sonuçlara ulaşılmış, araştırma bulguları çerçevesinde önerilerde bulunulmuştur.

### Sonuçlar:

1. Spor yapan ve yapmayan öğrencilerde ‘**cinsiyete**’ göre saldırganlık ve iyimserlik puanlarına bakıldığında erkek öğrencilerin kızlara göre daha saldırgan oldukları görülmüştür; ancak öğrencilerin iyimserlik durumlarında cinsiyetin etkili olduğu söylenemez.

2. Spor yapan ve yapmayan öğrencilerin ‘**spor yapma**’ durumuna göre saldırganlık ve iyimserlik puanlarına bakıldığında, spor yapmanın öğrencilerin saldırganlık ve iyimserlik düzeyleri üzerinde etkili bir faktör olmadığı görülmüştür.

3. Spor yapan ve yapmayan öğrencilerin ‘**yaş**’ durumuna göre saldırganlık ve iyimserlik puanlarına bakıldığında, saldırganlık durumlarında yaşın etkili olmadığı görülmüş; ancak iyimserlik durumu açısından 13 yaşındaki öğrencilerin 11 yaşındakilere göre daha iyimser oldukları tespit edilmiştir.

4. Spor yapan ve yapmayan öğrencilerin ‘**anne eğitim seviyesi**’ durumuna göre saldırganlık ve iyimserlik puanlarına bakıldığında, eğitim seviyesi düşük olan annelerin çocuklarının daha saldırgan oldukları tespit edilmiştir.

Anne eğitim seviyesinin öğrencilerin iyimserlik durumlarını etkilediği söylenemez.

5. Spor yapan ve yapmayan öğrencilerin ‘**baba eğitim seviyesi**’ durumuna göre saldırganlık ve iyimserlik puanlarına bakıldığında, baba eğitim seviyesi düşük olan öğrencilerde saldırganlığın yüksek olduğu, en düşük saldırganlık düzeyinin babası üniversite mezunu olan çocuklarda olduğu saptanmıştır.

Öğrencilerin iyimserlik düzeylerinin baba eğitim seviyesi arttıkça yükseldiği tespit edilmiştir.

6. Spor yapan ve yapmayan öğrencilerin ‘**kardeş sayısı**’ durumuna göre saldırganlık ve iyimserlik puanlarına bakıldığında, kardeş sayısındaki farklılığın

öğrencilerin saldırganlık ve iyimserlik durumlarında anlamlı değişikliğe neden olmadığı görülmüştür

7. Spor yapan ve yapmayan öğrencilerin ‘**gelir seviyesi**’ durumuna göre saldırganlık ve iyimserlik puanlarına bakıldığında, genel olarak aile gelir seviyesi düşük olan öğrencileri saldırganlık durumları yüksek çıkmıştır.

İyimserlik açısından değerlendirdiğimizde karışık bir sonuç görmekteyiz. Bazı gelir düzeylerinin karşılaştırılmasında düşük gelirli olan ailelerin çocukları daha iyimserken, bazı karşılaştırmalarda da yüksek geliri olan ailelerin çocukların daha iyimser olduğu saptanmıştır.

8. Spor yapan ve yapmayan öğrencilerin ‘**spor branşı**’ durumuna göre saldırganlık ve iyimserlik puanlarına bakıldığında, öğrencilerin farklı spor dalları ile ilgilenmelerinin saldırganlık ve iyimserlik durumlarını etkilediği söylenemez.

### **Öneriler:**

Bu araştırmanın sonuçlarına göre araştırmacılara, öğrencilerin saldırgan davranışlarını önlemek, iyimser tutum ve düşünceleri geliştirmek durumunda olan ailelere, psikolojik danışmanlara, eğitimcilere ve diğere sorumlu kişilere aşağıdaki önerilerde bulunulmuştur.

Yaptığımız araştırmada spor yapmanın iyimserlik ve saldırganlık durumları üzerinde etkili olduğu söylenemez; fakat literatüre bakıldığında birçok araştırmacı ve uzman spor yapmanın bireylerin psikolojik durumları üzerinde etkili olduğunu iyimser ve saldırgan tutumlara olumlu etki ettiğini belirtmişlerdir. Bu nedenle aileler çocuklarını psikolojik açıdan ve fiziksel açıdan sağlıklı olmaları için düzenli spor yapmaya teşvik edebilirler. Milli Eğitim Bakanlığı okullarında beden eğitimi ders saatlerini arttırarak, okul dışındaki zamanlarda spor branşlarında kurslar açarak ve bu kurslara malzeme yönünden destek vererek daha çok öğrencinin spor yapmasını sağlayabilir.

Okul rehberlik servisleri, ergenlik dönemi gelişim özellikleri konusunda ailelere bilgilendirme çalışmaları yapabilir; anne ve babaların saldırganlık nedenlerine yönelik eğitici seminerler almaları sağlanarak bu konuda aileleri bilinçlendirecek çalışmalara ağırlık verebilir; öğrencilerin saldırgan davranışlarının sebeplerini tespit ederek, bu sebeplerin ortadan kaldırılmasını ve öğrenciler üzerinde öfke kontrolü çalışması yapılmasını sağlayabilirler.

İyimser bireylerin hayatlarında daha mutlu oldukları, fiziksel ve psikolojik açıdan daha sağlıklı oldukları, daha doğru kararlar verdikleri ve daha başarılı oldukları sivil toplum kuruluşlarının, ilgili bakanlıkların kurumlarının taşra bazında verecekleri seminerler ve medyanın araçları kullanılarak topluma anlatılabilir.

Milli Eğitim Bakanlığı öğrencilerin saldırgan davranışlarını en aza indirilmesi ve geleceğe umutla bakarak iyimser bireyler yetiştirmek amacı ile uluslararası projeler hazırlanmasını teşvik edebilir.

Bu çalışma Samsun İli Çarşamba İlçesi 6. 7. ve 8. sınıf öğrencilerinden oluşan bir grup üzerinde yürütülmüştür. Sporun saldırganlık ve iyimserlik üzerindeki etkisi diğer bölge ve illerin ilköğretim okullarındaki öğrenciler ile farklı örneklem grupları (Ortaöğretim, üniversite, yetiştirme yurtları) üzerinde durularak daha kapsamlı bir biçimde araştırılması sağlanabilir.



## KAYNAKLAR

- Acet M. Sporda Saldırganlık ve Şiddet. İstanbul, Morpa Yayınları, 2005; 55-56.
- Açıkgöz K. Aktif Öğrenme. İzmir: Biliş Yayın. 2007. 78 -79.
- Açıkgöz S. Üniversite Öğrencilerinin Beslenme Alışkanlıkları İle Özyetkinlik ve İyimserlik İlişkisi. Yüksek Lisans Tezi Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara. 2006.
- Ağlamaz T. “Lise Öğrencilerinin Saldırganlık Puanlarının Kendini Açma Davranışı Okul Türü, Cinsiyet, Sınıf Düzeyi, Anne-Baba Öğrenim Düzeyi ve Ailenin Aylık Gelir Düzeyi Açısından İncelenmesi”, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, 19 Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun,2006.
- Aktaş V, Güvenç G.B. Kız ve Erkek Ergenlerde Saldırgan ve Olumlu Sosyal Davranışlar İle Yaş, İlişkisel Bağlam Ve Kişiler-Arası Duyarlılık Arasındaki İlişkiler. Hacettepe Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi, 2006, 23 (2), 233-264.
- Aracı H. Okullarda Beden Eğitimi. Ankara: Bağırhan Yayınevi, 1993.
- Aral N, Bütün A, Türkmenler B. ve Akbıyık A. İlköğretim Okullarının 8. Sınıfa Devam Eden İlköğretim Öğrencilerinin Saldırganlık Eğilimlerinin İncelenmesi. Çağdaş Eğitim Dergisi, 2004, 315, 17-25.
- Arıkan N. Farklı Branşlardaki Spor Seyircilerinin Sosyo-Kültürel Profili ve İzleyicilik Durumları Üzerine Bir Araştırma. Yayınlanmış Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara. 2000.
- Armağan İ. Sporun Toplum Bilimsel Temelleri. İzmir, Ege Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, 1981; 4.
- Arslan C, Hamarta, E, Arslan, E, Saygın Y. Ergenlerde saldırganlık ve kişilerarası problem çözümlerinin incelenmesi. İlköğretim Online, 2010, 9 (1), 379-388.
- Aşan P. Türk üniversite öğrencilerinin ve yetişkinlerin geleceğe yönelik beklenti ve düşüncelerinin değerlendirilmesi. Yüksek Lisans Tezi ODTÜ Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara, 1996.
- Atkinson R, Richard C. A, Smith, E, Bem D.J & Hoeksema, S.N. Psikolojiye Giriş. Ankara: Arkadaş Yayınevi,2002.
- Atkinson R. L, Atkinson R. C, Smith E. E, Bem D. J, Nolen-Hoeksema S. Psikolojiye Giriş (Y. Alogan, Çev.). Ankara: Arkadaş Yayınevi, 1999.
- Aydın B. Çocuk ve Ergen Psikolojisi. İstanbul, Marmara Üniversitesi Vakfı,1997.

- Aydın B. Çocuk Ve Ergen Psikolojisi. İstanbul: Atlas Yayın Dağıtım, 2005.
- Aydın G. ve Tezer E. İyimsizlik Sağlık Sorunları ve Akademik Başarı İlişkisi, Psikoloji Dergisi, 1991, 7, 2-9.
- Balcı S. ve Yılmaz M. İyimsizlik Ölçeğinin Geçerlilik Ve Güvenilirlik Çalışması. On dokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi dergisi, 2002 14, 54-60.
- Balcıoğlu İ. Sporun Sosyolojisi ve Psikolojisi. İstanbul, Bilge Yayınları, 2003; 132-133.
- Baltaş A, Baltaş Z. Stres ve Başa Çıkma Yolları. İstanbul, Evrim Yayın, 1998.
- Bandura A. Social learning theory of aggression. Journal of Communication, 1973 28 (3), 12-29.
- Baumann S. Uygulamalı Spor Psikolojisi, In: İkizler C, Özcan AO, Ed. İstanbul, Alfa Yayın, 2002.
- Baygöl E. "Ergenin Öfke Tepkilerinin İncelenmesi," *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa. 1997; 67-68.
- Bayram Y. Spor Yapan ve Yapmayan 14-18 Yaş Grubu Öğrencilerin Saldırganlık Tutumlarının İncelenmesi Dumlupınar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi Kütahya 2012.
- Beach F.A. The Descent Of Instinct. Psych Rev. 1955; 62 (6): 401.
- Bemak F ve Keys S. Violent And Aggressive Youth. Usa. Corvin Press. 2000.
- Berkowitz L. Whatever happened to the frustration- aggression hypothesis. American Behavioral Scientist, 1978, 21 (5), 691-706.
- Boxer P. ve Tisak, M.S. Children's Beliefs About The Continuity Of Aggression. Aggressive Behavior, 2005, 31 (22), 172-188.
- Brewer M.B. ve Crano W.D. Social Psychology. New York: West Publishing Company, 1994.
- Carver C, Pozo, C, Harris S, Noriega V, Scheier. M. ve Robinson (1993). How Coping Mediates the Effect of Optimism and distress: A study of woman with early stage breast cancer. Journal of Personality and Social Psychology, 65, 375-390.
- Chang E.C. Cultural Differences in Optimism, Pessimism and Coping Predictors of Subsequent Adjustment in Asian and Caucasian American College Students. Journal of Counseling Psychology, 1996, 43, 113-123.
- Chang E.C. Cultural influences on optimism and pessimism: Differences in Western and Eastern Construal of the self. In Chang, E.C. (ed). Optimism and Pessimism:

Implications for Theory, Research, and Practice, Washington D.C.: American Psychology Association, 2001 257-258.

Crick N.R. ve Dodge K.A. review and reformulation of social information processing mechanisms in children's social adjustment. Psychological Bulletin, 1994, 115, 74-101.

Cüceloğlu D. İnsan ve Davranışı. İstanbul, Remzi Yayım, 1992.

Çaha Ö. Spora yaslanarak bir nefes almak. Düşünen Siyaset Dergisi, (2), Ankara, Mart Yayınları, 1999.

Çalık E. İlköğretim Öğrencilerinin İyimserlik Düzeylerinin Ve Okula İlişkin Algularının İncelenmesi Ankara, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi Ağustos 2008.

Çetinkaya H. Video oyunlarının çocuklarda saldırganlığa etkisi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü. 1991.

Çobanoğlu M.G. Sporda Saldırganlık Olgusunun Sportif Performans Üzerine Etkisi. İzmir, Dokuz Eylül Üniversitesi, Yayınlanmamış Doktora Tezi, 1993; 119.

Daco P. Çağdaş Psikolojinin Olağanüstü Başarıları (çev. Gürün, A.). İstanbul: İnkılap Kitabevi, 1989.

Dervent F. Lise Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeyleri ve Sportif Aktivitelere Katılma ilişkisi. Ankara, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2007; 6-42.

Dilekmen M. Ada Ş. ve Alver B. İlköğretim II. Kademe Öğrencilerinin Saldırganlık Özellikleri Atatürk Üniversitesi Gaziantep Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi 2011;10(2):927 -944 .

Dizman H. ve Gürsoy H. İlköğretim dördüncü ve beşinci sınıfa devam eden anne yoksunu olan ve olmayan çocukların saldırganlık eğilimleri. Kastamonu Eğitim Dergisi, 2005, 13 (2), 437-446.

Doğan B. Spor Sosyolojisi ve Uygulamalı Spor Sosyolojisine Giriş. Ankara, Nobel Yayın Dağıtım, 2007.

Doğan O. Spor Psikolojisi. Adana, Nobel Kitabevi, 2005 (2): 49-128.

Ekşi A. Çocuk, Genç, Ana Babalar 1.Baskı, Ankara, Bilgi Yayınları, 1990.

Ergün M. Eğitim ve Toplum. Malatya, İnönü Üniversitesi Yayınları, 1987.

Eripek S. Spor Psikolojisi. Eskişehir, Anadolu Üniversitesi Yayınlar, 1993; 77-281.

- Erkal M. E. Sosyolojik Açından Spor. 2. Baskı, İstanbul, Türk Dünyası Araştırmalar Vakfı. Kutsun Matbaa ve Reklamcılık Merkezi, 1992
- Erkal M., Güven, Ö. ve Ayan, D. Sosyolojik Açından Spor. 3. Baskı. İstanbul: Der Yayınları, 1998.
- Erten Y. ve Adalı C. Şiddet. Cogito: Üç Aylık Düşünce Dergisi. 1996; 6; 143-165.
- Fischer M. ve Leitenberg H. Optimism and pessimism in Elementary School-Aged Children. Child Development, 1986; 57, 241-248.
- Freud S. ve Jones, E. (Ed). Why War? In The Collected Papers Of Sigmund Freud. Vol. 5. New York: Basic Books. Chap. 1959; 25;391.
- Fromm E. İnsanda Yıkıcılığın Kökenleri 1. İstanbul, Payel Yayınevi. 1993; 98.99.
- Fromm E. İnsanda Yıkıcılığın Kökenleri 2. İstanbul, Payel Yayınevi.1995.
- Froom E. İnsanda Yıkıcılığı Kökenleri ( Ş.Alpagut, Çev.). İstanbul, Payel. Galen, B.R., & Underwood, M.K. (1997). A Developmental Investigation Of Social Aggression Among Children. Developmental Psychology. 1993; 22: 589-600.
- Geçtan E. İnsan Olmak. 6. Baskı İstanbul, Metis Yayıncılık. 2007.
- Gençoğlu C. Üniversite Öğrencilerinin İyimserlik Düzeyleri ile Kişilik Özellikleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun. 2006.
- Giddens A. Sosyoloji. 5. Baskı, Ankara, Ayraç Yayınevi.2000.
- Gillham J.E., Shatta, A.J., Reivich , K.J. ve Seligman, M.E. Optimism, Pessimism and Explanatory Style: Optimism and Pessimism. In Chang, E.C. Ed. American Psychological Association, Washington DC. 2000; 54.
- Goleman D. Duygusal Zeka. İstanbul, Varlık Bilim Yayınları. 2005.
- Göktepe M. Türkiye'deki Bayan Futbolcuların Sosyo-Ekonomik Durumları ve Futbol Branşına Yönelme Nedenleri. Yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara. 2008. 55-66.
- Güleri M. Üniversiteli ve İşçi Gençliğin Gelecek Beklentileri ve Kötümserlik-İyimserlik Düzeyleri. Kriz Dergisi,1998;6 (1), 55-65.
- Güner N. "Ergenlerin Dinledikleri Müzik Türünün Depresyon ve Saldırganlık Düzeyine Etkisi," Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara 1995.

- Güvenç G. Güdüler ve Duygular, Psikolojiyi Anlamak. İstanbul: Türk Psikologlar Derneği Yayınları. 2002;23.
- Hiroto D.S. Locus of Control and Learned Helplessness. Journal of Experimental Psychology. 1974;102, 187-93.
- Hoeksema S. Sex Differences in Depression : Theory and Evidence, Psychological Bulletin.1987; 101, 259-82.
- [http://www.atadenizli.k12.tr/rehberlik/spor.asp?sub=detay&et\\_id=18](http://www.atadenizli.k12.tr/rehberlik/spor.asp?sub=detay&et_id=18).2012.
- <http://www.csun.edu/nucpsy00h/students/happy>. Dunavold P.A.Happiness and Optimism. 2013.
- <http://www.muskingum.edu/~psych/psycweb/history/beach.htm#Theory>. 2012.
- İnel M, S. Kimlik Oluşumunda Spor Ne Kadar Merkezde Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.1996.
- Jackson T. Weiss, K. ve Soderlind, A. Perception of Goal-Directed Activities of Optimists and Pessimists: A Personal Projects Analysis. The Journal of Psychology,2002; 136 (5), 521-532.
- John D. ve MacArthur T. “Optimism / Pessimism”, Research Network an Socioeconomic Status and Health.1998; Web: [www.macses.ucsf.edu/Research/Psychosocial/notebook/optimism.html](http://www.macses.ucsf.edu/Research/Psychosocial/notebook/optimism.html).2012.
- Karakaya M.A. Takım Sporunu Yapan Sporcularla Bireysel Spor Yapan Sporcuların Saldırganlık Düzeylerinin Karşılaştırılması (N.Ü. Aksaray BESYO Örneği). Niğde, Niğde Üniversitesi, Yüksek Lisans Tezi, 2002; 39.
- Karaküçük S. Rekreasyon: Boş Zamanları Değerlendirme Kavram Kapsam ve Bir Araştırma. 2. Baskı. Ankara: Seren Ofset. 1997
- Kassinove H. ve Sukhodolsky D. Optimism, Pessimism, and Worry in Russian and American Children and Adolescents. Journal of Social Behavior and Personality,1995; 10, 157-168.
- Keten M. Türkiye’de Spor. 2. Baskı, İstanbul, Polat Ofset. 1993.
- Keyes C. M. ve Haidt, J. Human Flourishing – The Study Of That Which Makes Life Worthwhile: Positive Psychology. In American Psychologist Ed., Positive Psychology And The Life Well Lived. Washington, DC. 2003.
- Khalek A. ve Lester D. Optimism and Pessimism in Kuwaiti and American College Students. International Journal of Social Psychiatry. 2006; 52, 110-126.

- Kılıçgil E. Sosyal Çevre ve Spor İlişkileri, Teori ve Elit Sporculara İlişkin Bir Uygulama. Ankara, Bağırhan Yayın Evi.1998.
- Kılıçarslan S. İlköğretim 7. Ve 8. Sınıf Öğrencilerinin Akılcı olmayan İnançları İle Saldırganlık Düzeyleri Arasındaki İlişki, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Adana,2009; 59.
- Kızmaz Z. Şiddetin Sosyo-Kültürel Kaynakları Üzerine Sosyolojik Bir Yaklaşım. Elazığ. Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi 2006;16,(2):35-37
- Kirsh S. J. Children, Adolescents And Media Violence: A Critical Look At The Research. Sage Publications, London.2006.
- Kocabaşoğlu N. Savrun M., Tarhan N., Yavuz R.. ve Balcıoğlu İ. Biyolojik, Sosyolojik, Psikolojik Açıdan Şiddet.3, Baskı. İstanbul, Yüce Yayın.1997.
- Koç Ş. Spor Psikolojisine Giriş. İzmir, Saray Medikal Yayıncılık.1994.
- Konter E. Spor Psikolojisi Uygulamalarında Yanılgılar ve Gerçekler. izmir, Dokuz Eylül Yayınları, 2003; 73.
- Korkut F. İfade edici saldırganlık ölçeğinin (İSÖ) Türkçeye uyarlanması üzerine bir ön çalışma. Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 2002; 2 (23), 48-53.
- Korkut F. Lise Öğrencilerinin Problem Çözme Becerileri. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi. 2002 ; 22, 177-184.
- Köknel Ö. Bireysel Ve Toplumsal Şiddet. İstanbul, Altın Kitaplar Yayınevi.2000.
- Kulaksızoğlu A. Ergenlik Psikolojisi. İstanbul, Remzi Yayınları.2002
- Kuru E. Sporda Psikoloji. Ankara, G.Ü. İletişim Fakültesi Basımevi, 2000; 72-144.
- Küçük V. ve Koç H. Psiko-sosyal gelişim süreci içerisinde İnsan ve spor ilişkisi. Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, Aralık . 2003; (9)
- Leblanc J, Dickson L. Çocuklar ve Spor. In: Gül G, Ed. Ankara, Bağırhan Yayınevi. 2005; 58.
- Lorenz K. İşte İnsan, Saldırganlığın Doğası Üzerine. İstanbul, Cumhuriyet Kitapları.2008
- Lorenz K. Saldırganlığın Spontanlığı (Şahinoğlu, M. Çev.). Cogito-Üç Aylık Düşünce Dergisi. 1996; (6-7), 165-168.
- Maier F. ve Seligman M. Learned Helplessness: Theory and Evidence. Journal of Experimental Psychology. 1976;105-1990; 2007; 3-46.

- McGinnis, A. İyimserliğin gücü (çev. Kayaş A.) Beyaz Yayınları, İstanbul.1998.
- More M. "Dynamic Optimism; Philosophy and Psychology for Shattering Limits. Web: [http://www.awarenessmag.com/sepoc6/SO6\\_DYNAM.HTML](http://www.awarenessmag.com/sepoc6/SO6_DYNAM.HTML).2012.
- Morgan C. Psikolojiye Giriş. Ankara, Hacettepe Üniversitesi Yayınları.1995
- Morris G.C. Psikolojiyi Anlamak (H.B. Ayvaşık, M. Sayıl, Çev.). Ankara, Türk Psikoloji Derneği.2002.
- Murphy P. Clarrocchi, Piedmont J. Cheston R. Peyrot S. M. ve Fİscher, G. The relation of Religious Bleif and Paracies Depression and Hopelessness in Persons with Clinical Depression. Journal of Consulting and Clinical Psychology. 2000; 68, 102-6.
- Nicholls A. R, Polman R.C, Levy A. R. Ve Backhouse S. H. Mental mtaughness, optimism, pessimism and coping among athletes. Personality and Individual Differences,2008; 44 (5), 1182-1192.
- Niru N. ve Özönder C. Türk Sosyo-Kültür Yapısı İçinde Âdetler, Örfler, Görenekler, Gelenekler. Millî Kültür Unsurları Üzerine Genel Görüşler, Ankara, Atatürk Kültür Merkezi Yayınları.1990.
- Norem J. ve Chang, E. A. Very Full Glass : Adding Complexity to Our Thinking About The Implications and Applications of Optimism and Pessimism Research. In Optimism and Pessimism: In Chang, E. Ed. Implications For Theory Research And Practice. 2001; 347-367.
- Özbaydar S. İnsan Davranışlarının Bilimsel Sınırları ve Spor Psikolojisi, Bilimsel Sorunlar Dizisi. İstanbul, Altın Kitaplar Yayınevi, 1983; 30-31-246.
- Öztürk F. Toplumsal Boyutlarıyla Spor.3. Baskı Ankara, Bağırhan Yayınevi.1998
- Plomin R, Scheier M., Bergeman C, Pedersen N, Nesselroade J. Ve McClearn G. Optimism, pessimism, and Mental Health: Adaptation Analysis. Personality and Individual Differences,1992; 13, 921-930
- Puskar J."Optimism and Its Relationship to Depression. Coping, Anger, and Life Events in Rural Adolescents", Issues in Mental Health Nursing. 1999;115-130.
- Sanderson C.A. Social Psychology. John Wiley ve Sons, Usa.2010.
- Scheier M. F, Carver S, ve Bridges, M. Distinguishing Optimism from Neuroticism (and Trait Anxiety, Self-mastery, and Self-esteem): A Reevaluation of the Life Orientation Test. Journal of Personality and Social Psychology.1994;67, 1063-1078.

- Scheier M. F, Matthews K. A., Owens, J. F., Schulz, R., Bridges, M. W., Magovern, G. J., Jr., ve Carver, C. S. Optimism and Rehospitalization Following Coronary Artery Bypass Graft Surgery. Archives of Internal Medicine, 1999; 159, 829-835.
- Scheier M. F. ve Carver C. S. Self-Regulatory Processes and Responses to Health Threats: Effects of Optimism on Well-Being. In J. Suls & K. Wallston (Eds.), Social psychological foundations of health. 2003; 395-428 .
- Scheier M.F. ve Carver S. "Effect of Optimism on Psychological and Physical Well-Being: Theoretical Over-View And Empirical Update", Cognitive Therapy and Research. 1992;16, (2) 201-228.
- Seligman M. Learned Optimism. New York: A. A. Knopf. 1998.
- Seligman M. Öğrenilmiş İyimserlik (çev. Akbaş,S) H.Y.B Yayınları, Ankara (Eserin orijinali 1990 yılında yayımlandı.) 2007.
- Stein A. Saldırgan Çocuk ( Polat, N., Çev.). İstanbul: Papirus. 1997.
- Şahin N. ve Durak A. Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği: Üniversite Öğrencileri için Uyarlanması. Türk Psikoloji Dergisi. 1995; 10 (34), 56-73.
- Tiryaki G, Erdil G, Acar M, Emlek Y. Sporcu ve Sporcu Olmayan Gençlerin Kişilik Özellikleri. SHD. 1991;26; 19-23.
- Tiryaki G. Spor Psikolojisi. Ankara, Eylül Yayınevi. 2000 ; 3-153.
- Tiryaki S. Spor Yapan Bireylerin Saldırganlık Düzeylerinin Belirlenmesi. Mersin, Mersin Üniversitesi, Yüksek Lisans Tezi. 1996; 12.
- Tuğrul C. Stres ve Depresyon, Psikiyatri Dünyası. 2000; 4, 12-17.
- Tunç A. Beden Eğitimi ve Spor Tarihi, Ankara, Damla Ofset Matbaacılık, 1997;77-90.
- Tuzgöl M. Ana-baba Tutumları Farklı Lise Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler açısından İncelenmesi. Yayımlanmamış Yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. 1998.
- Türküm S. Stresle Başa Çıkma ve İyimserlik, Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları, 1999.
- Türküm S. Stresle Başa Çıkma Ölçeğinin Geliştirilmesi: Geçerlilik ve Güvenilirlik Çalışmaları. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi. 2002; 18(2), 25-34
- Üstündağ A. Kişilik özelliklerinin Kız ve Erkek Üniversite Öğrencilerinin Bedensel Rahatsızlık Belirtilerini Yordamadaki Rolü. Yüksek Lisans tezi, ODTÜ, Ankara. 1999 .



- Weinstein N. Unrealistic Optimism about Future Life Events. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1980; 39, 806.
- Weinstein N. Unrealistic Optimism about Susceptibility to Health Problems: Conclusions from a Community-Wide Sample. *Journal of Behavioral Medicine*.1987; 10, 481- 500.
- Wood A. Ve Grant T. *Akılın İsyanı: Marksist Felsefe Ve Modern Bilim*. İstanbul, Tarih Bilinci Yayınları. 2001; 120.
- Yavuzer H. *Çocuk Psikolojisi*. İstanbul, İstanbul Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Yayınları.1982.
- Yetim A. A. *Sosyoloji ve Spor*. Ankara, Berikan Yayınevi. 2011.
- Yetim A. Sporun sosyal görünümü. *Beden Eğitimi ve Spor Bil.* 2000; 5 (1), 63-72.
- Yıldırım F. Saldırganlık ve Cinsiyet İlişkisi. *Mülkiyeliler Birliği Dergisi*. 1998; 22 (210-212), 15-32.
- Yıldız S. *Spor Yapan ve Spor Yapmayan Orta Öğretim Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi Yüksek Lisans Tezi Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Konya 2009; 90.*

## **EKLER**

### **Ek 1: Etik Kurul Raporu**

## Ek 2: Bilgilendirilmiş Gönüllü Olur Formu

### BİLGİLENDİRİLMİŞ GÖNÜLLÜ OLUR FORMU

#### **ARASTIRMANIN ADI ( ÇALIŞMANIN ACIK ADI ):**

<b>YL Tez Çalışmasının Başlığı</b>	11–13 Yaş Grubundaki Spor Yapan ve Yapmayan Öğrencilerin İyimserlik İle Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi
------------------------------------	---

#### **Gönüllünün Baş Harfleri << >>**

Bir araştırma çalışmasına katılmanız istenmektedir. Katılmak isteyip istemediğinize karar vermeden önce araştırmanın neden yapıldığını, bilgilerinizin nasıl kullanılacağını, çalışmanın neleri içerdiğini ve olası yararlarını, risklerini ve rahatsızlık verebilecek konuları anlamanız önemlidir Lütfen aşağıdaki bilgileri dikkatlice okumak için zaman ayırınız ve eğer istiyorsanız özel veya aile doktorunuzla konuyu değerlendiriniz. Eğer bir başka çalışmada da yer alıyorsanız bu çalışmada yer alamazsınız.

#### **BU ÇALIŞMAYA KATILMAK ZORUNDAMIYIM?**

Çalışmaya katılıp katılmama kararı tamamen size aittir. Eğer çalışmaya katılmaya karar verirsiniz imzalamanız için size bu Bilgilendirilmiş Gönüllü Olur Formu verilecektir. Katılmaya karar verirsiniz, çalışmadan herhangi bir zamanda ayrılmakta özgürsünüz.

#### **ÇALIŞMANIN KONUSU VE AMACI NEDİR? Açıklayınız**

11–13 yaş gurubundaki spor yapan ve yapmayan öğrencilerin iyimserlik ile saldırganlık düzeyleri incelenerek, spor yapmanın saldırganlık ve iyimserlik düzeyleri üzerindeki etkilerini tespit etmektir.

#### **ÇALIŞMA İŞLEMLERİ:**

11–13 yaş gurubundaki spor yapan ve yapmayan öğrenciler kendilerine verilen saldırganlık, iyimserlik ve demografik özellikler anketini dolduracaklardır.

#### **BENİM NE YAPMAM GEREKİYOR?**

Size verilen anketleri eksiksiz olarak doğru bir şekilde doldurmanız gerekiyor.

#### **ÇALIŞMAYA KATILMAMIN NE GİBİ OLASI YAN ETKİLERİ, RİSKLERİ VE RAHATSIZLIKLARI VARDIR?**

Bu çalışmaya katılmanın size herhangi bir yan etkisi, riski ve rahatsızlık verecek bir durumu yoktur.

**ÇALIŞMAYA KATILMANIN OLASI YARARLARI NELERDİR? (Varsa açıklayınız)**

**GÖNÜLLÜ KATILIM**

Bu araştırmaya katılma kararımı tamamen gönüllü olarak veriyorum. Bu çalışmaya katılmayı reddedebileceğim veya katıldıktan sonra istediğim zaman hiçbir sorumluluk almadan ayrılabilirim bilincindeyim. Çalışmadan her hangi bir zamanda ayrılırsam, ayrılma nedenlerimi sorumlu araştırmacı ile tartışacağım.

**ÇALIŞMAYA KATILMAMIN MALİYETİ NEDİR?**

Çalışmaya katılmanın hiçbir maliyeti yoktur.

**KİŞİSEL BİLGİLERİM NASIL KULLANILACAK?**

Bu formu imzalayarak sorumlu araştırmacıya çalışma için sizin kişisel bilgilerinizi ( “Çalışma Verileri”) toplamalarına ve kullanmalarına onay vermiş olacaksınız. Bu durum doğum tarihiniz, cinsiyetiniz, etnik kökeniniz ayrıca çalışma verilerinizin kullanımı ile ilgili verdiğiniz onayın herhangi bir belirlenmiş birim tarihi yoktur, ancak sorumlu araştırmacıya haberdar ederek bu onayınızdan herhangi bir zamanda vazgeçebilirsiniz.

Sorumlu araştırmacı çalışma verilerinizi çalışma için kullanacaktır. Çalışmanın sonuçları bilimsel yayınlarda yayınlanabilir, ancak sizin kimlik bilgileriniz bu yayınlarda açıklanmayacaktır.

Sorumlu araştırmacıdan toplanan çalışma verileriniz hakkında bilgi isteme hakkında sahipsiniz.

Bu formu imzalayarak, çalışma verilerinizin bu formda tanımlandığı şekilde kullanımına onay vermekteyim.

**ARAŞTIRMA SÜRESİNCE 24 SAAT ULAŞILABİLECEK KİŞİLER:**

Ad, Soyadı ve telefon numaraları  
Barış ODA Cep tel: 0 505 895 63 50

**ÇALIŞMADAN AYRILMAMI GEREKTİRECEK DURUMLAR:**

Katılımcıların başka bir okula nakil gibi bir durumları olduğunda ayrılabilirler.

**YENİ BİLGİLER ÇALIŞMADAKİ ROLÜMÜ NASIL ETKİLEYEBİLİR**

Çalışma sürerken ortaya çıkmış olan bütün yeni bilgiler bana derhal iletilecektir.

**Çalışmaya Katılma Onayı**

Bilgilendirilmiş Gönüllü Olur Formundaki tüm açıklamaları okudum. Bana, yukarıda konusu ve amacı belirtilen araştırma ile ilgili yazılı ve sözlü açıklama aşağıda adı belirtilen sorumlu araştırmacı tarafından yapıldı. Araştırmaya gönüllü olarak katıldığımı, istediğim zaman gerekçeli veya gerekçesiz olarak araştırmadan

ayrılabilceğimi ve kendi isteğime bakılmaksızın araştırmacı tarafından araştırma dışı bırakılabileceğimi biliyorum.

Söz konusu araştırmaya, hiçbir baskı ve zorlama olmaksızın kendi rızamla katılmayı kabul ediyorum. Sorumlu araştırmacı saklamam için bu belgenin bir kopyasını çalışma sırasında dikkat edeceğim noktaları da içerecek şekilde bana teslim etmiştir.

Gönüllünün Adı / Soyadı / İmzası / Tarih

Açıklamaları Yapan Kişinin Adı / Soyadı / İmzası / Tarih

**Barış ODA**

**Ek 3:**

**DEMOGRAFİK ÖZELLİKLER**

**1- Yaşınız**

- a) 10                      b) 11                      c) 12                      d) 13                      e)14

**2- Cinsiyetiniz?**

- a) 1 Erkek                      b) 2 Kız

**3- Anne**                      a ) 1 Sağ                      b) 2 Yaşamıyor

- Baba**                      a ) 1 Sağ                      b) 2 Yaşamıyor

**4- Annenizin eğitim durumu nedir?**

- a) 1 Okuryazar değil                      b) 2 Okuryazar                      c) 3

İlköğretim

- d) 4 Orta öğretim                      e) 5 Üniversite

**5- Babanızın eğitim durumu nedir?**

- a) 1 Okuryazar değil                      b) 2 Okuryazar                      c) 3

İlköğretim

- d) 4 Orta öğretim                      e) 5 Üniversite

**6- Kardeş sayınız kaç tanedir?**

- a) 1                      b) 2                      c) 3                      d) 4                      e) 5 ve üstü

**7- Ailenizin gelir düzeyi ne kadardır?**

- a) 1 600 TL altı                      b)2 600-899 TL                      c)3 900-1199 TL                      d)4 1200-1499 TL

e)51500TL üstü

**8- Yaşadığınız yer nerededir?**

- a) 1 İl şehir merkezi                      b)2 İlçe şehir merkezi                      c)3 belde                      d) 4 kasaba                      e)5 köy

**9- Daha önce bir antrenör gözetiminde en az bir yıl süreyle düzenli olarak herhangi bir branşta spora devam ettiniz mi?**

- a) 1Evet                      b)2 Hayır

**10- Eğer cevabınız evet ise branşınız .....**

Ek 4:

## İYİMSERLİK ÖLÇEĞİ

	Benim düşüncemi hiç yansıtmıyor.	Benim düşüncemi biraz yansıtıyor.	Kararsızım	Benim düşüncemi büyük ölçüde yansıtıyor.	Benim düşüncemi tamamen yansıtıyor.
1- Zaman zaman yapamadığım şeyler olsa bile bundan dolayı üzülmem.	1	2	3	4	5
2- Hayatta karşılaştığım her kötü olaydan mutlaka iyi bir sonuç çıkarmaya çalışırım.					
3- Hangi yaşta olursam olayım yaşamın güzel ve ilginç yanlarını görmeye çalışırım.					
4- Bazı konularda başarısız olduğumda, başarılı olacağım konuların da olduğuna inanırım.					
5- Başarısız olduğum durumlar olsa bile kendimi tamamen başarısız biri olarak görmem.					
6- Zorluklarla karşılaştığımda mutlaka bir çıkış noktası bulacağıma inanırım.					
7- Olumsuz yaşantı ve düşüncelerimin günlük yaşantımı bozmasına izin vermem.					
8- Kendime her zaman yeni şanslar tanırım.					
9- Her şeye rağmen hayatın yaşamaya değer olduğuna inanırım.					
10- Üzüntülerimi hayatımdaki güzellikleri düşünerek unutmaya çalışırım.					
11- Benim için yeni başlayan her şey yeni bir umut demektir.					
12- Kendimi olduğum gibi kabul ederim.					
13- Genelde benden daha az imkanı olan insanlara bakarak ne kadar şanslı olduğumu düşünürüm.					
14- Başarısızlıkların ardından başarımın geleceğine inanır, bu durumla ilgili kötü şeyler düşünmemeye çalışırım.					
15- Ufak şeylerden bile zevk alırım.					
16- Kötü olayları kabullensem bile içimde her zaman bir umut vardır.					
17- Her üzüntünün sonunda mutluluk olduğuna inanırım.					
18- Her şeye rağmen yaşamak güzel bir şeydir.					

**Ek 5: SALDIRGANLIK ÖLÇEĞİ ( 2-4-8-10-13-16-24-28-33-35-37-38-39-40-44)**

**Aşağıda günlük yaşamla ilgili olabilecek bazı ifadeler verilmiştir. Bu ifadeleri dikkatlice okuyunuz ve ifadelerin karşısında size en uygun olan seçeneği bularak işaretleyiniz. Katkınız için teşekkür ederim.**

<b>İFADELER</b>	<b>Her zaman</b>	<b>Sıklıkla</b>	<b>Ara Sıra</b>	<b>Nadiren</b>	<b>Hiçbir zaman</b>
1.Kendime kazandığım başarı derecesine göre değer veririm.	5	4	3	2	1
2.Kavga ve çatışmadan kaçırım. *	1	2	3	4	5
3.Benim görüşlerime zıt olan görüşleri alt etmekten hoşlanırım.					
4.İnsanlar özellikle iyiliksever ve yumuşaktır *					
5.Beni kıran insanların mahvolduğunu görmek isterim					
6.İnsanları eğitmek için hatalarını cezalandırmak gerekir.					
7.Bana hakaret eden insanı yumruklayıp yere sermek isterim.					
8.Konuşurken karşımdakinin anlamını bilmediğini düşündüğüm kelimeleri kullanmaktan kaçınırım. *					
9.İnsanın her durumda kendi çıkarını koruması doğaldır.					
10.Başkalarının görüşümü kabul etmemeleri beni rahatsız etmez. *					
11.Bana yapılan her türlü eleştiri kendime duyduğum saygıyı zedeler.					
12.Karşılık göreceğimden emin olmadan sevgimi açığa vurmam					
13.Davranışlarımda kendi çıkarlarımı ön plana aldığım zamanlar suçluluk duyarım *					



14.Konuşmalarımnda küfür kullanırım.					
15.İnsanlar bencil ve acımasızdır.					
16.Başkalarına zarar vermemeye özen gösteririm *					
17.Bir yarışmada kazanamadığım zaman hakkımın yendiği duygusuna kapılırım					
18.Karşımdakiler üstünlüğümü kabul etmedikleri zaman bozulurum					
19.Gazetelerde özellikle cinayet haberleri okurum.					
20.İnsanların özünde kavgacı ve yıkıcı olma eğiliminin olduğuna inanırım.					
21.Hatalarımı kolay kolay kabul etmem.					
22.Elime geçeni fırlatıp atacak kadar sinirlendiğim olur.					
23.Televizyonda cinayet sahnelerini seyretmekten hoşlanırım.					
24.Karşımdakiler herhangi bir konuda üstünlüğümü kabul etmezlerse buna aldırış etmem. *					
25.Sokakta kavga eden insanları gördüğümde ilgiyle seyrederim.					
26.Başkaları görüşümü kabul etmedikleri zaman bozulurum					
27.Beni kıran insanları bağışlamam.					
28.İnsanları eğitmek için iyi davranışları ödüllendirmeli. *					
29.İnsanların arada bir yaptıkları haksızlıklar için suçluluk duymalarına gerek yoktur.					
30.Bu dünyada yaşamının tek yolu sert ve acımasız olmaktır					
31.Biri bana zarar verdiğinde ‘öcümü almalıyım’ şeklinde düşünürüm.					
32.Kendi görüşlerime zıt görüşleri dinlemekten hoşlanmam.					

33.Elime geçeni atıp kırmak isteyecek kadar öfkelenmişim olmaz *					
34.Üstünlüğümü kabul eden insanlarla beraber olmaktan hoşlanırım					
35.Eleştiriye kendimi geliştirmek için fırsat sayıp hoş karşılarım *					
36.Başkalarının anlamını bilmedikleri kelimeleri kullanmaktan hoşlanırım.					
37.Konuşmalarında küfre yer vermem. *					
38.Bir yarışmayı kazanamadığım zaman rakibimin zayıf yanlarını düşünerek avunurum. *					
39.Gazetelerde özellikle sanat ve kültür etkinliklerine ilişkin haberleri okurum. *					
40.Filmlerdeki cinayet sahnelerine bakamam. *					
41.Akılhıca davranmayan kimseler alaya alınmaya mahkûmdur					
42.Bende hata bulanların gördüğüm hatalarını hemen yüzlerine vururum.					
43.İnsanlara yanıtlamayacaklarını bildiğim sorular sorarım.					
44.Benimle özelliklerim açısından aynı düzeyde olan insanlarla beraber olmak isterim *					
45.Kızdığım insanların kusurlarını bulur, çevremdekilere anlatırım					

## ÖZGEÇMİŞ

Adı Soyadı : Barış ODA  
Doğum Yeri : İstanbul  
Doğum Tarihi : 09.07.1981  
Medeni Hali : Evli  
Bildiği Yabancı Diller : İngilizce  
Eğitim Durumu : Ondokuz Mayıs Üniversitesi BESYO, 2004

Çalıştığı Kurum/ Kurumlar ve Yıl:

MEB Çorum Kargı METEM, Beden Eğitimi Öğretmenliği 2006 – 2009

MEB Samsun Ladik 80. Yıl O.O 2009 - 2010

MEB Samsun Çarşamba Mustafa Kemal O.O. 2010 - 2013

MEB Samsun Çarşamba Şehit Ferhan Hasovalı O.O. 2013 –

E-posta : baris\_oda@hotmail.com.