

**T.C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
ANTRENÖRLÜK EĞİTİMİ ANABİLİM DALI
HAREKET VE ANTRENMAN BİLİMLERİ BİLİM DALI**

**GENÇ YETİŞKİN SPOR İNSANLARININ
SALDIRGANLIK DÜZEYLERİNİN
ALGILANAN SOSYAL DESTEK VE ÖZNEL İYİ
OLUŞ AÇISINDAN İNCELENMESİ**

Yüksek Lisans Tezi

Sebahat YALÇIN

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Çiğdem ÖNER

İSTANBUL, 2019

T.C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
ANTRENÖRLÜK EĞİTİMİ ANABİLİM DALI
HAREKET VE ANTRENMAN BİLİMLERİ BİLİM DALI

GENÇ YETİŞKİN SPOR İNSANLARININ
SALDIRGANLIK DÜZEYLERİNİN
ALGILANAN SOSYAL DESTEK VE ÖZNEL İYİ
OLUŞ AÇISINDAN İNCELENMESİ

Yüksek Lisans Tezi

Sebahat YALÇIN

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Çiğdem ÖNER

İSTANBUL, 2019

T.C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
ANTRENÖRLÜK EĞİTİMİ ANABİLİM DALI
HAREKET VE ANTRENMAN BİLİMLERİ BİLİM DALI

Tezin Adı: Genç Yetişkin Spor İnsanlarının Saldırganlık Düzeylerinin Algılanan Sosyal Destek ve Öznel İyi Oluş Açısından İncelenmesi

Öğrencinin Adı Soyadı: Sebahat YALÇIN

Tez Teslim Tarihi:/...../ 2019

Bu tezin Yüksek Lisans tezi olarak gerekli şartları yerine getirmiş olduğu İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü tarafından onaylanmıştır.

Prof. Dr. Fehim COŞAN
Enstitü Müdürü
İmza

Bu Tez tarafımızca okunmuş, nitelik ve içerik açısından bir Yüksek Lisans tezi olarak yeterli görülmüş ve kabul edilmiştir.

Jüri Üyeleri

İmzalar

Tez Danışmanı
Dr. Öğr. Üyesi, Çiğdem ÖNER

Üye
Doç. Dr. Yalçın BEŞİKTAŞ

Üye
Dr. Öğr. Üyesi Mehmet SOYAL

BİLİMSEL ETİĞE UYGUNLUK

Bu tezin tamamen kendi çalışmam olduğunu, tezin planlanmasından yazıma kadar bütün aşamalarda etik dışı davranışımın olmadığını, tezdeki bütün bilgileri akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi ve tez çalışması sırasında faydalandığım diğer tüm bilgi ve yorumlara da kaynak gösterdiğimi beyan ederim.

Sebahat YALÇIN

TEZ YAZIM KILAVUZU UYGUNLUK ONAYI

“Genç Yetişkin Spor İnsanlarının Saldırganlık Düzeylerinin Algılanan Sosyal Destek ve Öznel İyi Oluş Açısından İncelenmesi” adlı Yüksek Lisans tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Lisansüstü Tez Yazım Kılavuzuna uygun olarak hazırlanmıştır.

Tezi Hazırlayan
Sebahat YALÇIN

Danışman
Dr. Öğr. Üyesi Çiğdem ÖNER

Enstitü Yetkilisi

TEŞEKKÜR

Bu çalışmanın planlanmasından tamamlanmasına kadar her aşamasında, zamanından ve kendinden ödün vererek, değerli bilgilerini benimle paylaşıp sabırla ve büyük bir ilgiyle desteğini hiçbir zaman esirgemeyen, samimiyeti ve moral desteği ile güç veren, bana faydalı olabilmek için elinden gelenin fazlasını sunan, başarılı olacağım konusunda bana sonsuz güven duyan ve bundan sonraki süreçte de benden desteğini esirgemeyeceğini bildiğim üzerimde danışman hoca statüsünden çok daha fazla hakkı ve emeği olan değerli hocam, Tez danışmanım Dr. Öğr. Üyesi Çiğdem ÖNER' e teşekkürü borç bilirim.

Lisans eğitimimin başlangıcından, yüksek lisans eğitimimin sonuna kadar her ihtiyacım olduğunda kişiliği, bilgisi ve deneyimleriyle sadece akademik alanda değil yaşamın her alanında yolumu aydınlatan, ilgisi, desteği ve güler yüzü sayesinde yanına tereddüt etmeden gidebildiğim, hayatımın her alanında kendimi geliştirebilmem için yoğun iş temposu arasında değerli vakitlerini bana ayırıp akademik ve psikolojik desteğini hiç bir zaman esirgemeyen, bu çalışmanın da tüm süreçlerinde aynı desteği fazlasıyla sunan ve bundan sonraki hayatımda da bana verdiği kıymetli bilgilerden faydalanacağımı düşündüğüm, kıymetli hocam Dr. Öğr. Üyesi Levent VAR'a sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Lisans eğitimim süresince bütün destekleri ve yine bu çalışmamda uygulama yapabilmem için derslerinden fedakarlık yapan Ahi Evran Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda görevli değerli hocalarıma ve katılımcı arkadaşlara teşekkür ederim.

Bütün eğitim hayatım boyunca en baştan bugüne kadar desteğini hiçbir zaman esirgemedi bana güç vererek bugünlere gelmemde emeği olup bu süreçte de aynı desteği göstererek araştırma süresince manevi güç veren bütün hocalarıma, arkadaşlarıma ve aileme çok teşekkür ederim.

Son olarak bütün yaşamım ve öğrencilik hayatımda olduğu gibi yüksek lisans sürecinde de bana en büyük manevi desteği sunan, hayatımı kolaylaştırıp istediğim yerlere gelebilmem için elinden gelenin fazlasını yapmaya çalışarak bana hem anne hem baba olup güç veren, neredeyse benimle birlikte diploma almayı hak eden sevgili annem Fatma YALÇIN'a bütün fedakarlıkları için minnet duyar teşekkür ederim.

Bu tezi 5 yaşımda kaybettiğim, eğitim hayatımın hiçbir aşamasını göremeyen ama yokluğundan güç alıp büyük bir özlem duyduğum babam Ziya YALÇIN'a armağan ediyorum.

İSTANBUL, 2019

Sebahat YALÇIN



ÖZET

GENÇ YETİŞKİN SPOR İNSANLARININ SALDIRGANLIK DÜZEYLERİNİN ALGILANAN SOSYAL DESTEK VE ÖZNEL İYİ OLUŞ AÇISINDAN İNCELENMESİ

Sebahat Yalçın

Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı
Hareket ve Antrenman Bilimleri Bilim Dalı

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Çiğdem Öner

Temmuz , 58 Sayfa

Bu araştırmada genç yetişkin spor insanlarının saldırganlık düzeylerinin, algılanan sosyal destek ve öznel iyi oluş açısından incelenmesi amaçlanmıştır.

Araştırma Kırşehir ilinde yaşamakta olan 18-30 yaş arası 155'i erkek 116'sı kadın olmak üzere toplam 271 genç yetişkin spor insanı üzerinde yürütülmüştür.

Araştırmanın çalışma grubunun kişisel bilgilerini elde etmek için “Kişisel Bilgi Formu”, saldırganlık durumlarını ölçmek için “Saldırganlık Ölçeği”, algılanan sosyal destek düzeylerini saptamak için “Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği” ve öznel iyi oluş durumlarını belirlemek için “Öznel İyi Oluş Ölçeği” kullanılmıştır.

Verilerin çözümlenmesinde betimsel istatistiklerin (Ortalama, Standart sapma, Frekans, Oran) yanı sıra niceliksel verilerin normal dağılıma uygunlukları Kolmogorov Simirnov testi ile sınanmıştır. Araştırma değişkenlerinin demografik değişkenlere göre farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla Bağımsız Gruplar için T-testi ve Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi yapılmış, değişkenlerarası ilişkilerin değerlendirilmesi Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi yapılmıştır.

Saldırganlık düzeyini yordayan değişkenleri ölçmek üzere Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi kullanılmıştır. Anlamlılık en az $p<0,05$ düzeyinde değerlendirilmiştir.

Yapılan analizler, Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği alt ölçeklerinden aile desteği ile Saldırganlık Ölçeği toplam puanı arasında ve alt ölçeklerinden fiziksel saldırganlık ve dolaylı saldırganlık arasında negatif yönde anlamlı ilişki olduğunu göstermektedir.

Çoklu doğrusal regresyon analizi sonucuna göre Saldırganlık Ölçeği toplam puanlarını, denkleme eklenen değişkenlerden Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği'nin alt ölçeklerinden olan aile desteği, Öznel İyi Oluş Ölçeği'nin alt ölçeklerinden yaşamını kendi geçmişi ve başkalarının hayatlarıyla kıyaslama, iyimserlik, ilgi duyulan etkinlikler ve karamsarlık yordamaktadır. Bu beş değişken toplam varyansın %37'sini açıklamaktadır ($F_{11-259}= 32.55, p<.001$).

Anahtar Kelimeler: Genç Yetişkin Spor İnsanları, Saldırganlık, Algılanan Sosyal Destek, Öznel İyi Oluş

ABSTRACT

INVESTIGATION OF AGGRESSION LEVELS OF YOUNG ADULT SPORTS PEOPLE IN TERMS OF PERCEIVED SOCIAL SUPPORT AND SUBJECTIVE WELL-BEING

Sebahat Yalçın

Coaching Education Department
Movement and Training Science

Thesis Supervisor: Ass. Prof. Dr. Çiğdem Öner

July 2019, 58 Pages

The aim of this study was to investigate the aggression levels of young adult sports people in terms of perceived social support and subjective well-being.

The study was conducted on totally 271 young adult sports people between the ages of 18-30, covering 155 male and 116 female athletes.

In order to determine the participants level of aggression the “Aggression Scale”, in order to identify their perceived social support states the “Multi-Dimensional Perceived Social Support Scale” and at least to measure their subjective wellbeing the “Subjective Well-Being Scale” were used. In the study, the Personal Information Form was also conducted as a data collection tool.

Descriptive statistics (Average, Standard deviation, Median, Frequency, Ratio, Lowest value, Highest value), as well as the appropriateness of the quantitative data for normal distribution were analyzed with Kolmogorov Simirnov test. Two group comparisons of normal distribution variables was tested by Independent Samples T-test and Pearson Correlation Analysis was used to evaluate inter-variable relationships. Multiple Linear Regression Analysis was used to measure the predictors of aggression. Significance was evaluated at least $p < 0.05$.

The analyzes showed that there was a significant negative correlation between family support from the Multidimensional Scale of Perceived Social Support Scale subscale and total score of Aggression Scale and between physical aggression and indirect aggression from the SC subscales.

According to the results of multiple linear regression analysis, the total scores of Aggression Scale, family support, which is one of the subscales of the Multidimensional Scale of Perceived Social Support Scale, subjective life of the Subjective Well-being Scale and the lives of others, optimism, interest activities and interests, pessimism predicts. These five variables accounted for 37% of the total variance ($F_{11-259} = 32.55$, $p < .001$).

Key words: Young Adult Sports People, Agression, Perceived Social Support, Subjective Well-being

İÇİNDEKİLER

İÇ KAPAK.....	
ONAY SAYFASI.....	
BİLİMSEL ETİĞE UYGUNLUK	iii
TEZ YAZIM KILAVUZU UYGUNLUK ONAYI.....	iv
TEŞEKKÜR	v
ÖZET.....	vii
ABSTRACT	ix
İÇİNDEKİLER.....	xi
TABLolar	xiv
ŞEKİLLER	xv
KISALTMALAR	xvi
1.GİRİŞ	1
1.1 PROBLEM DURUMU	4
1.2 ALT PROBLEMLER	4
1.3 ARAŞTIRMANIN AMACI.....	4
1.4 ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ.....	4
1.5 ARAŞTIRMANIN SAYILTI LARI	5
1.6 ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI	5
1.7 TANIMLAR	5
2. GENEL BİLGİLER.....	7
2.1 SALDIRGANLIK	7
2.1.1 Saldırganlığa İlişkin Kuramlar.....	7
2.1.1.1 Psikanalitik kuram.....	7
2.1.1.2 Engellenme saldırganlık kuramı.....	8
2.1.1.3 Bilişsel yaklaşım kuramı.....	9
2.1.1.4 Sosyal öğrenme kuramı	9
2.1.1.5 Biyolojik yaklaşım.....	10
2.1.2 Saldırganlık Türleri.....	11
2.1.2.1 Araçsal saldırganlık	11
2.1.2.2 Düşmanlık içeren saldırganlık	11

2.1.2.3 Kendine yönelik saldırganlık	11
2.1.2.4 Sözel ve fiziksel saldırganlık.....	11
2.1.3 Saldırganlığı Etkileyen Unsurlar	12
2.1.3.1 Engellenme.....	12
2.1.3.2 Cinsiyet faktörü.....	12
2.1.3.3 Çevresel nedenler	13
2.1.3.4 Aile.....	13
2.1.3.5 Kültür	14
2.1.3.6 Kitle iletişim araçları	15
2.2 ALGILANAN SOSYAL DESTEK	16
2.3 ÖZNEL İYİ OLUŞ	18
2.3.1 Öznel İyi Oluş Kavramı.....	18
2.3.2 Öznel İyi Oluşa İlişkin Kuramlar	19
2.3.2.1 Erek kuramı.....	19
2.3.2.2 Etkinlik kuramı	20
2.3.2.3 Uyum kuramı.....	20
2.3.2.4 Yargı kuramı	21
2.3.2.5 Aşağıdan yukarıya ve yukarıdan aşağıya kuramı	21
2.3.3 Öznel İyi Oluşu Etki Eden Unsurlar	22
3. MATERYAL VE YÖNTEM.....	24
3.1 ARAŞTIRMANIN MODELİ	24
3.2 ÇALIŞMA GRUBU	24
3.3 VERİ TOPLAMA ARAÇLARI.....	24
3.3.1 Kişisel Bilgi Formu.....	24
3.3.2 Saldırganlık Ölçeği.....	24
3.3.3 Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği.....	26
3.3.4 Öznel İyi Oluş Ölçeği	27
3.4 VERİLERİN ANALİZİ	28
4. BULGULAR	29
4.1 ÖLÇME ARAÇLARININ GÜVENİRLİK KATSAYILARI	29
4.2 ÖRNEKLEME İLİŞKİN DEMOGRAFİK BİLGİLER	31
4.3 DEĞİŞKENLERARASI KORELASYONLAR	32

4.4 DEMOGRAFİK DEĞİŞKENLER VE ARAŞTIRMA DEĞİŞKENLERİ	
ARASINDAKİ İLİŞKİLER	36
4.4.1 Cinsiyet ve Araştırma Değişkenleri	36
4.4.2 Okunulan Bölüm ve Araştırma Değişkenleri	38
4.4.3 Sınıf ve Araştırma Değişkenleri	39
4.4.4 Yaş ve Araştırma Değişkenleri	40
4.4.5 Deneyim ve Araştırma Değişkenleri	40
4.4.6 Haftalık Antrenman Sıklığı ve Araştırma Değişkenleri	41
4.4.7 Antrenman Süresi ve Araştırma Değişkenleri	41
4.5 SALDIRGANLIĞI YORDAYAN DEĞİŞKENLER	41
4.5.1 Saldırganlık Ölçeği Toplam Puanını Yordayan Değişkenler	42
4.5.2 Fiziksel Saldırganlığı Yordayan Değişkenler	43
4.5.3 Sözel Saldırganlığı Yordayan Değişkenler	44
4.5.4 Öfkeyi Yordayan Değişkenler	44
4.5.5 Düşmanlığı Yordayan Değişkenler	45
4.5.6 Dolaylı Saldırganlığı Yordayan Değişkenler	45
5. TARTIŞMA SONUÇ VE ÖNERİLER	46
5.1 TARTIŞMA VE SONUÇ	46
5.2 ÖNERİLER	52
KAYNAKÇA	53
EKLER.....	59
EK A.1 Kişisel Bilgi Formu	59
EK A.2 Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği	60
EK A.3 Saldırganlık Ölçeği	61
EK A.4 Öznel İyi Oluş Ölçeği	62
EK A.5 Etik Kurul Karar Örneği.....	63
ÖZGEÇMİŞ.....	64

TABLolar

Tablo 4.1. Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği Güvenirlik Katsayıları	30
Tablo 4.2. Saldırđanlık Ölçeği Güvenirlik Katsayıları	30
Tablo 4.3. Özneİ İyi Oluş Ölçeği Güvenirlik Katsayıları	31
Tablo 4.4. Örnekleme İlişkin Demografik Bilgiler	32
Tablo 4.5. Değişkenler Arası Korelasyon Analizi Sonuçları	33
Tablo 4.6. Araştırma Değişkenlerinin Cinsiyet Açısından Karşılaştırılması	36
Tablo 4.7. Araştırma Değişkenlerinin Okunulan Bölüm Açısından Karşılaştırılması ...	38
Tablo 4.8. Araştırma Değişkenlerinin Sınıf Açısından Karşılaştırılması	39
Tablo 4.9. Araştırma Değişkenlerinin Yaş ile İlişkisi	39
Tablo 4.10. Araştırma Değişkenlerinin Deneyim ile İlişkisi	40
Tablo 4.11. Araştırma Değişkenlerinin Haftalık Antrenman Sıklığı ile İlişkisi	40
Tablo 4.12. Saldırđanlık Ölçeği Toplam Puanını Yordayan Değişkenler	42
Tablo 4.13. Fiziksel Saldırđanlığı Yordayan Değişkenler	43
Tablo 4.14. Sözel Saldırđanlığı Yordayan Değişkenler	43
Tablo 4.15. Öfkeyi Yordayan Değişkenler	44
Tablo 4.16. Düşmanlığı Yordayan Değişkenler	45
Tablo 4.17. Dolaylı Saldırđanlığı Yordayan Değişkenler	45

ŞEKİLLER

Şekil 4.1. Saldırganlığı Yordayan Değişkenleri Belirlemek Amacıyla Kurulan Regresyon Modeli	41
---	----



KISALTMALAR

AEB	: Antrenörlük Eğitimi Bölümü
ASDÖ	: Algılanan Sosyal Destek Ölçeği
BESÖB	: Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü
ÇBALSÖ	: Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği
ÖK	: Öfke Kontrol
SÖ	: Saldırganlık Ölçeği
SYB	: Spor Yöneticiliği Bölümü

1. GİRİŞ

Değişim ve gelişimle örölü insan hayatının doğal akışı, süreklilik gösteren yeni sorunları ve bunlara özgü farklı yeni çözümleri ortaya çıkarmaktadır. İnsanların bazılarına göre sorun, bazılarına göre çözüm olarak görülen durumlardan biri de saldırganlıktır. İçinde bulunulan çağın ve bu çağın şartlarının sürekli değişmesinden kaynaklı saldırganlığın nedenleri, çeşitleri ve ifade edilişi de sürekli değişmektedir.

Yetim (2000) saldırganlığı; bir bireye maddi manevi, fiziksel veya duygusal zarar verme ifadeleri ile açıklarken: Çelik ve Kocabıyık (2014) canlı ve ya cansız herhangi bir varlığa psikolojik ya da fiziksel zarar vermek amacı güden davranışların bütünü saldırganlık olarak tanımlamıştır.

Durak (2006) birçok yönden değişen dünyanın merkezinde yer alıp sosyal bir varlık olan insanın, bu değişimlere kayıtsız kalmayarak içinde bulunduğu duruma göre gerek kendisiyle gerek çevresindeki insanlarla birtakım iletişimsel çatışmalar yaşayabilmekte olduğuna işaret etmektedir. Görülen odur ki, bu durum çeşitli sebeplerle insanların kişilerarası ilişkilerinde ya da farklı yaşam alanlarında çözülmesi zor olan, karmaşık birtakım sorunlarla karşılaşmalarına sebep olabilmektedir. Çağdaş toplumu yakından ilgilendirdiği düşünülen temel sorunlardan birinin saldırganlık ve şiddet olayları olduğu, özellikle spor olgusu içinde yer alan insanların bu olayların içinde aktörler ya da maruz kalanlar olarak sıklıkla gündeme konu olduğu dikkat çekici olmaktadır. Ayrıca, insanların yaşamları boyunca diğer bireylerle etkileşim halinde olduğu tüm yaşam alanlarında gün geçtikçe biraz daha fazlalaşan saldırganlık ve şiddet olaylarının, gençleri ve hatta okul çağındaki çocukları da kapsayarak yaygınlaştığı görülmektedir. Yılmaz (2013) tarafından da vurgulandığı gibi; uzmanların bilimden destek alarak saldırganlığı önleyici kalıcı çözümler üretmelerini kaçınılmaz kılmaktadır.

Bakırcıoğlu (2011), saldırgan doğaya sahip ergen ve çocukların gerek akranları gerekse yakın ve geniş çevrelerindeki ilişki halindeki kişilerle uyum yaratamadıklarını, onlarla iyi geçinemediklerini bildirmektedir. Araştırmacı, bu kişilerin genellikle süregelen gerginlik içinde olduklarını, kural tanımayan, sürtüşmeli, saygıdan uzak ve kavgacı tutum içinde olduklarını ifade etmektedir. Buna ek olarak, diğer canlılara hatta eşyalara yönelen zarar verme davranışı gösterdiklerini öne sürmekte, yoğunlukla camlarını kırma, ev/işyerinde

yangın çıkarma, özel eşyalarını kırma dökme, yok etmeyi sıkça yaptıklarına değinmektedir.

Saldırganlık düzeyi yüksek olan bireyler çeşitli yaşam alanlarında sıklıkla karşımıza çıkabilmektedir. Özellikle eğitim kurumlarında karşılaşılan saldırganlık, bu kurumlarda eğitim adına verilen eğitimi olumsuz yönde etkilemektedir. Saldırganlık sözel ya da fiziksel olmasının yanı sıra; öfke, düşmanlık içeren, ya da dolaylı saldırganlık gibi alt boyutlarda da incelenmektedir (Eroğlu 2009).

Saldırganlığın ifade ediliş şekli, alt boyutları, saldırganlık çeşitleri, alanyazında geniş kapsamlı olarak yer alıp farklı şekillerde ifade edilmiştir. Toplumsal sorun olarak görülen ve birçok araştırmacının üzerinde durduğu saldırganlık kavramına neden olan faktörler de aynı şekilde değişiklik göstermektedir.

Konuyla ilgili alanyazında saldırganlığa neden olan birçok faktörle karşılaşmıştır. Bu faktörler, içinde bulunulan durum ve şartlara göre değişim göstermektedir. Kırımoğlu vd. (2008) yaptığı çalışmada saldırganlığa neden olan faktörleri; içinde bulunulan ortamlara uyumsuzluklar, gelir düzeyi, yetersiz aile ilgisi, ebeveynlerin eğitim düzeyi, aile içi problemler, aile içi şiddet olayları, çocuklara küçük yaşlarda izlettirilen şiddet yahut saldırgan öğeler taşıyan film ve video oyunları şeklinde çeşitlendirirken: Larsen and Dehle (2007) saldırganlığı etkileyen, artıran ya da azaltan etkenlerin de sürekli değişim gösterdiğini ve saldırganlık üzerinde azaltıcı yönde etkisinin olduğu konusunda sosyal destek kavramı üzerinde durarak, yapılan araştırmalar sonucunda aileden, çevreden, okul çevresinden vd. alınan sosyal desteğin saldırganlığı azaltma yönünde etkili olduğunun tespit edildiğini söylemiştir.

Başer (2006) sosyal desteğin birey için aile ve çevresel olarak karşılaştığın problemlerin çözümlenebilmesi, çevresine uyum sağlayabilmesi ve kendini psikolojik olarak iyi hissedebilmesi için vazgeçilmez temel ihtiyaçlardan olduğu üzerinde durmuştur.

Tanrıverdi (2012)'e göre bireyler temel olarak aileden sosyal destek alsalar da, yaşamlarında önemli yere sahip olan arkadaşlar, sevgili, eş, öğretmenler, akrabalar gibi yaşam alanını paylaştığı diğer bireylerden de sosyal destek alabilmektedir. Sosyal destek kaynakları bireylere farklı boyutlarda yardım sağlamakta bununla birlikte, çoğunluk olarak maddi, duygusal ve psikolojik olarak fayda sağladığı görülmektedir.

Geniş kapsamlı bir kavram olan saldırganlık ile ilişkili olduğu düşünölen bir diğer değişken ise öznei iyi oluştur. Konu ile ilgili yapılan alanyazında birçok araştırmacının yapmış olduğu çalışmalardan yola çıkarak; kendini psikolojik ve fiziksel olarak iyi hisseden bireylerin hayata daha olumlu bakarak içinde bulunduğu ya da karşılaştıkları sorunlara karşı pozitif çözüm yolu üretebilmekte olduğu görölmüşür. Kendisiyle barışık olarak yaşamına eden bireylerin ise başkalarına saygı düzeyinin arttığı ve zarar veren tutumlardan uzak durduğu görölmektedir.

Diener (1984) öznei iyi oluş kavramını bireyin yaşamından aldığı doyum düzeyi başka bir deyişle olumlu ya da olumsuz duyguları ne düzeyde yaşadığına dair yaptığı değerlendirme olarak açıklamıştır. Gündoğdu ve Yavuzer (2012) ise öznei iyi oluşu bireyin hayatından ne kadar doyum aldığını değerlendirmesi olarak açıklayarak, bireyin yaşamından aldığı doyum düzeyi arttıkça içinde bulunduğu koşulları ve yaşam olaylarını olumlu değerlendirdiğini söylemiştir.

Bayraktar (2011)' a göre sosyal destek kavramı birçok farklı şekilde açıklanıyor olsa da bütün araştırmacıların konuyla ilgili ortak düşüncesi sosyal desteğin bireylerin birbiri ile olan iletişim, ilişki ve tutumlarının bazı türlerini kapsadığıdır. Gündoğan (2016)'a göre sosyal destek kavramı insanların saldırganlık ve öznei iyi oluş düzeylerini etkilemektedir. Bununla birlikte, üst düzeyde sosyal destek kaynağı olanların saldırganlık düzeylerinin daha fazla, mutluluk ve öznei iyi oluş düzeylerinin ise yüksek olduğu gözlemlenmiştir.

Bireyler kendi yaşam şartlarından ne kadar memnun ise olaylara içinde bulunduğu şartlara da o kadar olumlu ve yapıcı yaklaşmaktadır. Yaşamdan zevk alan başka bir deyişle öznei iyi oluş düzeyi yüksek olan bireyler yaşam alanlarını paylaştığı ya da iletişimde olduğu diğer canlılara mümkün olduğunca saygı ve hoşgörü ile yaklaşarak fiziksel ya da duygusal saldırganlık davranış göstermemektedir.

Bir sosyal varlık olan insan, yaşamının tüm alanlarında diğerleri ile etkileşim halindedir çevrelerinden aldıkları sosyal destek, öznei iyi oluş düzeylerini olumlu ya da olumsuz yönde etkileyebilmektedir. Olumlu yönde sosyal destek alan bireyler kendilerini daha mutlu hisseder bu da öznei iyi oluş düzeylerini yüksek tutar.

Aktarılanlardan hareketle, bireylerin saldırganlık düzeylerini öznei iyi oluşlarının, öznei iyi oluşlarını ise algıladıkları sosyal destek düzeyinin etkilediğı kanısına ulaşılmıştır. Bu bağlamda bu üç kavram arasında etkileşim bulunduğu ve aralarındaki bağ üzerinde durulması gereken konulardan biri olduğu görölmüşür.

Bu düşünceden yola çıkılarak gerçekleştirilen çalışmada, ilgili alanyazın araştırması doğrultusunda sırasıyla saldırganlık, algılanan sosyal destek ve öznel iyi oluş kavramsal ve kuramsal açıdan irdelenmiş, araştırmanın yöntemi açıklanmış, bulguların ortaya konulmasını takiben tartışma, sonuç ve öneriler sunulmuştur.

1.1 PROBLEM DURUMU

Genç yetişkin spor insanlarının saldırganlık düzeyleri algılandıkları sosyal destek ve öznel iyi oluşları açısından nasıl bir seyir göstermektedir?

1.2 ALT PROBLEMLER

Araştırmada ele alınan alt problemler aşağıda sunulduğu gibidir;

1. Genç yetişkin spor insanlarının saldırganlık, algılanan sosyal destek ve öznel iyi oluş düzeyinde tanımlayıcı özelliklerine göre anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır?
2. Genç yetişkin spor insanlarının saldırganlık ve algılanan sosyal destek puanları arasında anlamlı bir ilişki bulunmakta mıdır?
3. Genç yetişkin spor insanlarının saldırganlık puanları ile öznel iyi oluş puanları arasında anlamlı bir ilişki bulunmakta mıdır?
4. Genç yetişkin spor insanlarının algılanan sosyal destek puanları ile öznel iyi oluşları arasında anlamlı bir ilişki bulunmakta mıdır?
5. Genç yetişkin spor insanlarının öznel iyi oluşları ile algılanan sosyal destek düzeyleri saldırganlıklarını anlamlı olarak yordamakta mıdır?

1.3 ARAŞTIRMANIN AMACI

Bu araştırmada, genç yetişkin spor insanlarının saldırganlık düzeylerinin algılanan sosyal destek ve öznel iyi oluş açısından incelenmesi amaçlanmaktadır.

1.4 ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ

Yapılan alanyazında taramasında, beden eğitimi ve spor bilimleri alanında saldırganlık, algılanan sosyal destek ve öznel iyi oluş düzeyi arasındaki ilişkiyi inceleyen bir araştırmaya rastlanmamıştır. Bu araştırmanın, ilgili değişkenler arasındaki ilişkileri incelemek ve sonuçları ortaya koymak bakımından alana katkı sağlayacağı ve öncü nitelikli olması nedeniyle önem taşıdığı düşünülmektedir.

1.5 ARAŞTIRMANIN SAYILTI LARI

Bu araştırmada;

1. Araştırmaya katılan genç yetişkin spor insanların kişisel bilgi formu, Saldırganlık Ölçeği, ok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği ve yanı sıra Öznel İyi Oluş Ölçeği Ölçeğinde yer alan soruları içtenlikle yanıtladıkları,
2. Çalışmaya katılan deneklerin evreni temsil edebilecek nitelik taşıdıkları varsayılmıştır.

1.6 ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI

Bu araştırmaya ilişkin sınırlılıklar aşağıda sunulduğu gibidir;

1. Araştırma, Kırşehir İlinde yaşayan Ahi Evran Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrenleri ile yine Kırşehir’de yaşamakta olan lisanslı 18-30 yaş arası genç yetişkin spor insanları ile sınırlı tutulmuştur.
2. Araştırma, ölçme araçlarının analize esas teşkil eden boyutları ile sınırlıdır.

1.7 TANIMLAR

Saldırganlık: Canlı veyahut cansız herhangi bir varlığa, fiziksel ve/veya duygusal olarak zarar vermeyi amaçlayan her tür davranış biçimi olarak tanımlanmaktadır (Özdevecioğlu ve Yalçın 2010).

Öznel İyi Oluş: Kişinin hayattan aldığı doyumunu kapsayacak biçimde duygusal ve bilişsel durumu olarak tanımlanmaktadır (Tuzgöl Dost 2004).

Sosyal Destek: İnsanların hayat boyu içine düştükleri zor koşul ve zamanlarda, kendilerine değer verilmesi, özen gösterilmesi, gereksinim hissettiklerinde başvurabilecekleri kişilerin bulunması, sahip olunan ve geliştirilen kişilerarası ilişkilerden doyum sağlamaları yönünde alınan destek olarak tanımlanmaktadır (Zaimoğlu ve Büyükberber 1992; Karadağ 2007).

Algılanan Sosyal Destek: Kişinin sosyal destek işlevlerinin yeterli olup olmadığı konusunda kişinin kendi yargısı ya da genel izlenimi olarak tanımlanmaktadır (Çivildağ 2011; Dülger 2009).



2. GENEL BİLGİLER

2.1 SALDIRGANLIK

Saldırganlık kavramı literatürde birçok amaçla ve birçok kez tartışılan, farklı düşünceler öne sürülen bir kavramdır. Aktaş (2001), saldırganlık ile ilgili en yalın ve en fazla kabul gösterilen tanımlarından birinin davranışçı yaklaşım bakış açısıyla yapılan değerlendirme olduğuna işaret etmektedir. Bu tanıma göre, faaliyet gösteren bir davranış başka bir canlıya zarar veriyorsa saldırgan davranış olarak görülür. Duygusal tanımlara göre saldırganlık, öfke duygusunun sebebiyet verdiği bir davranıştır. Güdüsel tanımlara göre ise tutumun içyüzüne bakılıp niyet sorgulanmalıdır, kötülük amacıyla yapılmış bir davranış söz konusu ise saldırganlık olarak nitelendirilebilir.

Saldırganlığın tanımı harekete geçirilmiş davranışın türüne bakılarak ya da saldırganlık davranışında bulunan kişinin niyetine bakılarak yapılabilir. Saldırganlık davranışına bakıldığında başka bireye zarar veren her türlü davranış biçimi saldırganlık olarak tanımlanmaktadır. Saldırgan davranış girişiminde bulunan kişinin niyetine bakıldığında ise hedefe zarar vermek niyetiyle gerçekleştirilen davranış olarak tanımlanır (Gümüüşdağ 2004).

2.1.1 Saldırganlığa İlişkin Kuramlar

2.1.1.1 Psikanalitik kuram

İnsanların saldırganlık nedenlerini açıklayan en köklü fikir ve bu fikri savunanların ileri gelenleri arasında yer alan Freud ve Lorenz'in (1983) de belirtmiş olduğu düşünce saldırganlık dürtüsünün insan biyolojisinde doğuştan var olan bir durum olduğu yönünde olmuştur. Bu düşünceyi savunanlar, saldırganlık dürtüsünün insanların yaşam boyu gerek duyduğu, kişinin hayatta kalmak için mücadele eden güdüsü, yaşamını devam ettirmesi hususunda gerekli ve insan hayatıyla bütünleşmiş bir durum olduğunu savunmuşlardır (Kağıtçıbaşı 2005).

Freud'un (1923) temsilcisi olduğu psikanalitik kuram incelendiğinde insan davranışları temel olarak "yaşam içgüdü" ve "ölüm içgüdü" olarak iki şekilde yönlendirildiği savunulmuştur. Freud'a göre, ölüm kavramı içsel olarak hissedilen huzursuzluğun

tamamen yok olmasını sağladığından canlılar yaşam içgüdüsünden kaynaklanan huzursuzluğu ölümle yok etmek isterler (Gümüş 2011).

Freud, saldırganlık eğiliminin insanın kendine karşı yapıcı olmayan davranışları farklı kişi ya da nesnelere yönelttiğini belirtmiştir. İnsan yaşamı boyunca dış dünya ile mücadele eder ve diğer insanlara yönelik yıkıcı faaliyetlerde bulunur. Bu davranışın temelinde yatan nedenini ise insanın şahsını yok etme, yaşam içgüdüsünü etkisizleştirme ya da birinin diğerinin yerine geçmesi şeklinde belirtmiştir (Geçtan 2006).

2.1.1.2 Engellenme saldırganlık kuramı

Saldırganlık dürtüsünün ortaya çıkabilmesi kişinin kendi içindeki çatışma ve içsel karmaşa sonucu istenen amaca ulaşma yetisinin kaybolması, hedefe uzaklaşma ya da dış faktörlerden gelen engelleyici davranışlarla sabittir. Yani kişinin saldırganlık eğilimi, herhangi bir duygu, davranış ya da isteğin tatmin edici sonuca ulaşılmasını engelleyen ya da amaca ulaşma süresinin uzaması gibi durumlarda söz konusu olur (İkiz 2015).

Bir grup çocuğa dikkatlerini çekebilecek şekil ve sayıda oyuncak gösterilmiş, daha sonra grubu ikiye bölerek birinin oyuncaklara hemen erişimine izin verilmiş diğer grubun yaklaşımları izin verilmeyerek engellenmiştir. Çocuklar oyuncakları sadece uzaktan izleyip dokunamamıştır. Bir süre sonra engellenen gruba da izin verilip her iki grup gözleme alındığında, engellenmeden oyuncaklara erişimi sağlanan çocuklar oyuncaklarla gayet sakin ve minimum zarar vererek oynarken engellenen çocukların hırçın ve saldırgan davranış göstererek oynadığı gözlemlenerek, saldırganlık eğilimine engellenme faaliyetinin nasıl etki ettiği deney ve gözlemlerle incelenmiştir (Sökmen 2018).

Saldırganlık dürtüsünün ortaya çıkmasında engellenme faktörünün etkisi bazı durumlara göre değişiklik gösterip saldırganlık davranışının yönünü belirleyebilir. Şahsın ulaşmak istediği amaç ya da duygu ne kadar uzağındaysa haz beklentisi de o kadar büyük ya da küçük olabiliyor, buna bağlı olarak göstereceği saldırganlığın şiddeti de değişebilmekte. Göstereceği saldırgan davranışa oranla daha fazla zarar görebileceği düşüncesi, engel gösteren kişi ya da olaya engel olamayıp belirlenen hedeften daha da uzaklaşma korkusu gösterilen saldırganlık içeren faaliyetin yönünü ya da şiddetini etkileyebiliyor. Bir diğer faktör ise karşılaşılan engellenme durumunun isteyerek ya da istem dışı olduğu yani engellenme niyetinin farkında olarak yapıldığı bilindiğinde saldırganlık dürtüsü artış göstermektedir (Asıcı 2018).

2.1.1.3 Bilişsel yaklaşım kuramı

Kişinin yakınında ya da kendisine yakın hissettiği kişi ya da olayları model alıp yakınlık kurmasını saldırganlıkla bağdaştırması bilişsel kuramın temellerindedir. Bilişsel kuram, insanın yaşamında sergilediği tavır ve davranışların, yaşamı boyunca öğrenip zihninde yer edip, gerek duyduğu durumlarda yol gösterici ya da çözüm anahtarı olarak kullanıldığını belirtmekle birlikte saldırganlığa şemalar üzerine dikkat toplamıştır (Dökmen 2003).

Kişinin model olarak aldığı saldırgan davranışlara tepkisiz kalındığı ya da ceza verilmediği durumlarda yakınlık kurulup taklit edilme olasılığı da artıyor dolayısıyla bu gibi durumlarda model olarak alınan saldırgan davranışın tekrarı sağlanıp kişi zihnine yerleşimi daha da kolaylaştırdığını belirten bilişsel kuramcılar, desteklendiği hissedilen her saldırgan davranışın kişinin zihnine ödüllendirici davranış olarak kazanıp sökülüp atılmasının orantılı olarak daha da zorlaştığını belirtmişlerdir (Kuzucu 2008).

2.1.1.4 Sosyal öğrenme kuramı

Yapılan araştırmalara bakıldığında birçok araştırmacı saldırganlığın insan doğumundan itibaren olmasının yanı sıra birçok şekilde de açıklanabileceğini savunmuştur. Kişinin saldırganlık davranışının süreklilik durumuna ve saldırganlık çeşidine öğrenmenin etkisi olduğunu bununla birlikte farklı şekilde gözlemlenen saldırganlık nedenleri arasında sosyal öğrenme kuramının en belirgin farkının, saldırganlığın bitirilebilir, engellenebilir olduğu söylenmiştir (Yeğen 2008).

Bandura (1973), çocuklardan oluşturduğu üç grubu kullanarak saldırgan davranışın görerek öğrenilmesine ilişkin deneysel bir çalışma yapmıştır. Üç gruba da farklı filmler izletilmiş; İlk grubun izlediği filmin içeriğinde çocukların içi doldurulmuş oyuncak bir bebeğe uyguladıkları şiddet ve saldırgan içerikli davranışlar, ikinci grubun film içeriğinde yetişkinlerin bebeğe şiddet içeren davranışları, üçüncü grubun film içeriğinde ise herhangi bir saldırgan davranış ya da şiddet içermediği bilinmektedir. Daha sonra üç grup çocuk da bebekle yalnız bırakılmış ve sonuç olarak şiddet ve saldırgan davranış içerikli film izleyen çocuklar bebeğe tekme, itme gibi saldırgan davranışta bulunmuştur. Bu durum çocuklarda, saldırganlığın görerek öğrenileceğini, model alarak davranış haline getirileceğini ortaya koymuştur (Cüceloğlu 1999).

Saldırganlığın doğuştan değil, sonradan öğrenme ve pekiştirme ile edinileceğini savunan sosyal öğrenme kuramı, aynı zamanda saldırganlığın model alma ve taklit yoluyla davranış haline getirildiğini de savunmuştur. Sosyal öğrenme kuramına göre saldırgan davranış hangi aralıklarda tekrar edilir ve pekiştirilir ise saldırganlık da o sıklıkla oluşur. Birey kendisine engel teşkil eden davranışlara tepki olarak saldırgan davranışta bulunur ve bunu alışkanlık haline getirir ise saldırganlık meydana gelir (Sökmen 2018).

2.1.1.5 Biyolojik yaklaşım

Bireyin göstermiş olduğu saldırgan davranışlarda insan organizmasında yer alan hormon, kromozom ya da yapıların rolünü, saldırganlığa etkisinin olup olmadığını araştıran biyolojik kuram, hayvan deneylerinden yola çıkarak testosteron hormonunun saldırganlık eğilimini artırdığını ve buna bağlı olarak kadınların erkeklere oranla daha az saldırgan davranışta bulunduğunu belirtmiştir. Anne karnında cinsiyet erkek olduğunda testosteron hormonu da oluşmaya başlayarak beyin oluşmasında da rol almaktadır. Almanya, Danimarka ve İsviçre’de cinsel suçtan hüküm giyenlere, iğdiş edilmeyi kabul ederlerse cezalarından daha erken sürede serbest kalacakları söylenmiş, daha sonra kabul edenler gözlemlenmiştir. Teklifi kabul edenlerin normal hayatlarına döndüklerinde cinsellik temelli fikir ve hareketlerinde ortaya çıkan azalma ile birlikte cinsel saldırganlıklarının da azaldığı görülmüştür (Asma 2008).

Birçok araştırmacı, süregelen saldırgan davranış eğilimi taşıyan insanların bir kısmında saldırganlığa neden olan faktörün sinir sistemindeki hasar olduğunu belirtmektedir. Bunun nedeninin, şiddetli fiziksel istismara maruz kalmış ya da bırakılmış bireylerde sinirsel hasarın ve söz konusu hasar kaynaklı ortaya çıkan bozukluk olduğundaki fikir birliği dikkati çeker nitelikte olmaktadır (Şahin 2003).

Saldırganlığın kromozomlar ile ilişkisi incelendiğinde bazı erkeklerde doğuştan var olan fazladan bir “Y” kromozomuna dikkat çekilmiş bu erkeklerin fiziksel olarak daha iri yapıda ve saldırgan davranış eğiliminde olduğu söylenmiştir. Ancak bu ileri sürülen düşünceler, erkeklerin küçüklükten itibaren akranları ve arkadaşlarına oranla daha iri yapıda olması daha saldırgan hareketlerde bulunmasına neden olduğu düşüncesi dikkat çekmeye başlamıştır (Cüceloğlu 1999).

2.1.2 Saldırganlık Türleri

2.1.2.1 Araçsal saldırganlık

Araçsal saldırganlık ile kastedilen, hedef kişiye acı ve zarar vermekten ziyade saldırganlık davranışını bir amacı gerçekleştirmek maksadıyla bir araç olarak kullanma yönelimidir. Bir diğer anlatımla, araçsal saldırganlık sonuç için bir amaç olmaktadır. Örneğin, hentbolda pivot oyuncusunun, kendisine rahat bir atış olanağı sağlamak amacıyla savunma oyuncularına dirsek vurması araçsal saldırganlıktır. Ya da futbolda bir köşe vuruşu sırasında savunma oyuncusunun topa daha rahat hakim olabilmek amacıyla hakemin dikkatini çekmeden, hücum oyuncusunu iteklemesi de bu tarz araçsal saldırganlıktır (Solak 2011).

2.1.2.2 Düşmanlık içeren saldırganlık

Birçok sosyal psikolog temel amacı bir canlıya zarar verme olarak görülen saldırganlık davranışını tartışmaktadır. Saldırganlığın bu türü, çoğunlukla düşmanlık barındıran saldırganlık tanımı ile eşleştirilmekte ve bir tür duygusal saldırganlık olarak düşünülmektedir. Saldırganlık davranışında bulunan birey diğer kişi ya da kişilere kabul görülmeyen uyaranlar göndererek zarar verme amacına yönelmektedirler (Berkowitz 1993).

2.1.2.3 Kendine yönelik saldırganlık

Bireyin kendine duyduğu öfkenin saldırganlık içeren, kısmi olarak zararsız bu ilk hali, kişinin özüne yönelik bir saldırı girişimini tetikleyebileceğini açıklıkla göstermektedir. Bu davranışlar kendini suçlu hissetme, hayal kırıklığı ya da pişmanlık gibi duyguların sonucu olarak görülür. İntihar eylemine geçme ise kendine yönelik saldırganlığın en suç noktasıdır (Gündoğan 2016).

2.1.2.4 Sözel ve fiziksel saldırganlık

Saldırganlık sözel (küfür, alay, hakaret) ve fiziksel olmak üzere iki grupta toplanmaktadır. Çoğunlukla, fiziksel saldırganlıkta karşı tarafta fiziksel zarar verme, hasar ve tahribat; sözel saldırganlıkta ise psikolojik hasar, tahrip etme durumlarının olduğu düşünülürse her iki tür saldırganlık da bireyde tahribata neden olur. Fiziksel saldırganlık, fiziksel hasarın yanı sıra karşı tarafta uzun süre, düşüncelerini, duygularını ve davranışlarını olumsuz yönde etkileyebilecekken. Sözel saldırganlıkta, bazen karşı taraf sadece psikolojik olarak etkilenir; ancak bazı durumlarda da karşı tarafta sözel saldırının yol açtığı stres ve duygusal sıkıntı birtakım psikosomatik rahatsızlıklara neden olmaktadır (Dökmen 2008).

2.1.3 Saldırganlığı Etkileyen Unsurlar

Literatür taraması yapıldığında, saldırganlığı ortaya çıkaran çok sayıda etmen olduğu gözlemlenmiştir. Bu bölümde saldırganlıkla ilişkili önemli bazı unsurlara yer verilmiştir.

2.1.3.1 Engellenme

Engellenme, bir canlının, kişisel ya da toplumsal bir ihtiyacının giderilmesine engel teşkil eden ya da geciktiren bir olay ya da durumdur. Giderilmesi gereken bir ihtiyaç ya da arzu duygusu canlıda dürtü uyandırır; bu eksiklik ve ihtiyacı gidermek, istenilen haza ulaşmak bu dürtünün temel amacıdır (Derwent 2007). Adler ise saldırganlığı içgüdüsel bir dürtü olarak değil; ihtiyaçlar doğrultusunda, elde etmeye çalışılan herhangi bir şeyin engellenme ile karşı karşıya gelmesi durumunda başvurduğu eğilim olarak açıklar (Çavdar 2018).

Kişinin ihtiyaçlarını karşılaması engellendiğinde deneyimlediği çaresizlik ve yetersizlik hislerinin sonucu olarak öfke duygusu açığa çıkabilmektedir. Ancak, öfkeye yol açan unsurlardan biri olarak görülen engellenme hususunda “engellenme öfkeye yaratır” hipotezi dikkatle sorgulandığında, bu hipotezin her daim geçerli olmadığı, sadece kimi istisnai hallerde geçerli olabildiği anlaşılmaktadır (Özmen 2004).

2.1.3.2 Cinsiyet faktörü

Erkeklerde kendiliğinden ve doğumla birlikte var olan saldırganlık, kadın-erkek arasında ana davranışsal farklılık olarak görülmektedir. Bu yatkınlığın, erkeklik hormonu testosteron ile ilişkilendirildiği bununla beraber dişilik hormonu östrojenin testosteron hormonunun saldırganlık etkisini nötralize duruma getirdiği bilinmektedir. Fazladan testosteron hormonu verilen erkeklerde saldırganlık artmaktayken, bu etki kadınlarda gözlemlenmemektedir. Söz konusu durum, erkek beyнинin testosteron hormonuna duyarlı şekilde programlı oluşu ile açıklanabilir. Derwent (2007), sözel saldırganlıkta kadın-erkek arasında ciddi bir farkın bulunmayışını, kadınların sözel nitelik taşıyan hususlarda erkeklere kıyasla daha kabiliyetli olduğuna dayandırmaktadır.

Saldırganlığın cinsiyet değişkeni ile arasındaki bağın genler ve hormonlar haricinde toplumda erkek ve kadınlara yüklenen toplumsal cinsiyet rolleri ile ilişkili olduğu

gözlemlenmektedir. Cinsiyet rolleri erkek ve kadının toplumsal olarak tanımlanmış cinsiyet özellikleri uyarınca toplum içinde sahip olmaları beklenen nitelikler, sosyal olarak istenen davranışlar ve tutumlardır. Cinsiyet rolleri, geleneksel toplumsal normlar ve erkek ile kadın arasında süregelen güç eşitsizliği ile yakinen alakalıdır. Erkeklik ve kadınsılık, karşıt kutuplarda yer alır. Buna göre, birey bir tarafa ne denli yakınsa diğerine o denli uzaktır. Kadınların cinsiyet özelliklerine ait olan atıflar genellikle; duygularını açıkça dile getirme, şefkatli olma, naif, sıcak, sevgisini gösterme etrafında yoğunlaşır. Lider ruhuna sahip, baskın, sorumluluk sahibi, bağımsız, özgüveni yüksek, atılgan olma, duygularını saklama, soğukkanlı, koruyucu, kendini ifade edebilme, ani karar verebilme, rekabetçi olma ve benzeri özelliklerde erkeklerin cinsiyet özelliklerine ait atıflar olarak kabul edilir (Çelik ve Kocabıyık 2014).

2.1.3.3 Çevresel nedenler

Kuru'ya göre (2000) genel olarak tek bir çevresel etken, saldırganlığı tetikleyen unsur olmamaktadır. Bununla birlikte değişik faktörleri de dikkate almak gerekmektedir. Çevresel unsurların birçoğunun bir araya gelmesi sonucu bireyde açığa çıkan öfke ve sinirlilik gibi duygular saldırganlığı doğurabilmektedir. Bu çevresel etkenler (Gündoğan 2016); meşgul olduğu konuya/işe odaklanamama, kızgınlık, öfke, hareketlerde kontrolsüzlük, kendini kaybetme benzeri oluşumlardır ve saldırganlığa neden olmaktadır.

Saldırganlık oluşumuna etki eden faktörlerden bir tanesi de arkadaşlık ilişkileridir. Buradaki ana problem, sosyal olmayan davranış gösteren arkadaşlarla birlikte olmaktan ziyade, arkadaş grubu tarafından reddedilmek ve yalnız başına kalmaktır. Çocukluk dönemindeki saldırganlık sosyal yalnızlık ve utanma ile birleştiğinde kendisinde var olan saldırganlıktan daha tehlikeli bir davranış problemi gelişir. İstenmeme duygusuyla karşı karşıya gelen çocuklar diğerlerine göre daha fazla ve daha çeşitli saldırgan davranış sergilerler (Çavdar 2018).

2.1.3.4 Aile

Çocuklar aile ortamında büyürken, çevresindeki kişi ve nesnelerin etkisi altında kalarak yol alır. Çevreden aldıkları etkilere göre, içlerinde fark ettikleri gizli potansiyellerini ortaya çıkararak gelişme ve geliştirme çabasına girerler. Yaş ilerledikçe çevrenin bu etkisi de daha net bir biçim alır (Binbaşlıoğlu 2004).

Aile içindeki başarılı ve huzurlu ilişkiler mutlu, bunalımdan uzak, yapıcı ve pozitif düşünceye sahip bireylerin oluşmasını sağlar. Büyüme aşamasında problemsiz ve başarılı olan çocuklar, sağlıklı ve huzurlu aile ilişkileri içerisinde yetişmiş çocuklardır. Bunun tersine uyum problemi yaşayan çocuklar, çoğunlukla iletişim problemi yaşayan ve başarısız anne-baba-çocuk ilişkisinin ürünüdürler. Zayıf aile ve kötü arkadaş ikilisi bireyi çevrelemektedir. İletişimde problem yaşayan aile yapısı şiddete meyil verirken, arkadaş grupları da saldırganlığı ortaya çıkaracak ve bunu uygulamaya geçirebilecek ortam hazırlamaktadır zayıf olan aile yapısı şiddete eğilim kazandırırken, akran grupları da saldırganlığı meydana çıkaracak ve uygulayabilecek uygun ortamı hazırlamaktadır (Karagülmez vd. 2006).

Çocuklar şiddete bazen aile ortamında, bazen arkadaş çevresinde, bazen de okul ortamında şahit olmakta. Çocukların karşılaşmış oldukları bu şiddet zamanla çocukların yöneldiği ve eğilim gösterdiği şiddetle geri dönmektedir (Deveci 2006).

Çocukların hayatlarında temel olarak ve en önemli sosyalleşme yeri ailedir. Réne Köning (1967), aileyi ortamını bireyin ikinci doğumu sosyal-kültürel doğumu yaptığı yer olarak göstermiştir. Birçok araştırmacı ailenin yerinin çok büyük olduğunun üzerinde durarak, sosyalleşmeyi; birincil (aile içi) ve ikincil (aile dışı) olacak şekilde ikiye ayırmıştır. Birincil sosyalleşmeyi genel olarak çocukların aile ortamında sosyalleşmesi olarak ifade ederken, ikincil sosyalleşmeyi büyüme, gençlik ve yetişkinlik dönemindeki arkadaş grupları, çevre, okul hayatı, meslek hayatı ve kitle iletişim araçlarının etkisinde sosyalleşme olarak alt bölümlere ayırdığı görülmektedir (Ergün 1994).

Özellikle erkek çocukların farklı saldırgan davranış edinmeleri konusunda aileler teşvik edici olabilmekte. Dietz (1978) tarafından yapılan bir araştırma verilerine göre, fiziksel saldırganlığın aile bireylerince istenen erkeksi davranış biçimi olduğu belirtilmiştir (Asma 2008).

2.1.3.5 Kültür

Bireyin içinde yetiştiği, beslendiği ve geliştiği önemli değerler arasında kültür ilk sıralarda yer almaktadır. Kişi bünyesinde yer edindiği kültürle şekillenmekte, bu kültürel dokuya göre hayatına biçim vermektedir. Eğer içinde yaşam sürülen kültür hoş olmayan ve saldırgan davranışları diğer kültürlerle oranla daha fazla hoşgörü ile karşılaşırsa, bireyin kendi kültüründe yadırganmayan bir tutum diğer kültürlerle ilişkilerin sorun alanı haline bürünebilir.

Toplumun sosyo-kültürel yapısı, üyelerinin yaşam alışkanlıklarını, genel ilke ve tutumlarını etkilemekte, kişilerin yaşamlarını ait oldukları toplumun beklentileri ile örtüşük bir düzlemde belirledikleri dikkat değer görülmektedir. Bu bağlamda, kişilik yapıları, manevi değerler, davranış kalıpları, eğri-doğru, iyi-kötü, kabul edilebilir-onaylanamaz benzeri ölçütlere kurduğu bağ toplumsal içeriklerden etkilenmektedir (Karaca 2007). Dolayısıyla, içinde yer alınan sosyo-kültürel yapının saldırgan davranışta bulunma/bulunmama hususunda bireyler açısından yol gösterici olduğu söylenebilir.

Markowitz and Felson (1998) araştırmalarında, cesaret ve intikam yönelimli duyguların ağır bastığı kültürel dokularda yetişen bireylerin daha yüksek düzeyde tartışma eğilimi gösterdikleri ve buna bağlı olarak daha fazla şiddete başvurduklarını ortaya koymuşlardır. Araştırmacılar, buna ek olarak cesaret ve intikam tutumu daha fazla benimseyenlerin daha düşük sosyo-ekonomik statüde yer aldıklarını da öne sürmekte, bunun nedenini düşük gelirli bireylerin daha fazla cezalandırma eğiliminde olmaları ile ilişkilendirmektedirler. Markowitz and Felson'un (1998) bu yaklaşımları, Kızmaz'ın (2006) da ifade ettiği gibi, şiddete yönelim eğiliminin ortaya çıkışında iktisadi ve sosyo- kültürel değerler unsurların birlikte etkili olduğunu en azından bu unsurların karşılıklı olarak birbirini etkilediğini göstermektedir.

Türkiye'de egemen erkeklik yargısının; şiddet, öfke, saldırganlık, yapıcı olmama benzeri açıklayıcı etmenlerden oluştuğu bildirilmektedir. Bu etmenler, ülkeye has erkeklik aksanının zorbalık, kabalık, tartışma, çarpışma gibi durumları içinde barındırdığının önemli delilleri olarak değerlendirilmektedir. Bu bağlamda, bazı kuramcı ve feministlerin erkek şiddetinin kültürel olarak oluşturulduğu, bunun temelini erkek imgesinin oluşturulma şeklinde yer aldığı, ataerkil veya maskülen yapının şiddetin önemli temeli olduğu söylemleri dikkat çekici olmaktadır (Kızmaz 2006).

2.1.3.6 Kitle iletişim araçları

İçinde bulunulan yüzyılın en önemli öğelerinden birisi de iletişimdir. Bilim adamlarının birçoğuna göre yaşamakta olduğumuz yüzyıl iletişim ve teknoloji yüzyılı olarak tanımlanabilmektedir. En genel haliyle iletişim; ” iki mesafe arasındaki mesaj alışverişi” olarak tanımlanmaktadır (Cüceloğlu 2000). Bireyin saldırganlık eğilimini besleyen kitle iletişim araçları içinde televizyonunun öne çıktığı görülmektedir. Bandura (1977), çocuklar tarafından saldırgan davranışların öğrenildiğine işaret ederken, bunu benzer özellikli yetişkinleri gözlemleyerek yaptıklarını vurgulamaktadır. Waters and Malamud

(1975) bireyin çocukluğundan itibaren yaklaşık on altı yaşına ulaşana değin 13 bin şiddet eylemine tanık olabileceğini öne sürmüştür. Bu, televizyon kanallarıyla ilişkilendirilerek ortaya çıkan şiddete yönelik endişe ve tartışmaların artırmaktadır (Onur 1998: Aktaran: Durak 2006).

Medya araçlarında özellikle televizyon gibi görsel olanlarda; şiddeti sıradanlaştıran, şiddeti ve şiddet eğiliminde bulunan kişileri model olarak gösteren, bu konuda örnekler sunan programları gün aşırı görmek mümkündür. Bu tür programlar medyada şiddeti çeşitli şekillerde toplumun her kesimine, özellikle çocuklar ve gençlere sunmaktadır. Yapılan araştırmalarda, haberlerde gösterilen cinayet, doğal afetler, patlamalar, kavga ve buna benzer şiddet içerikli görüntülerin özellikle çocuklar üzerinde yıpratıcı ve yıkıcı etkilere neden olduğunu göstermiştir (Zorlu 2016).

2.2. ALGILANAN SOSYAL DESTEK

Gündoğan (2016), algılanan sosyal desteğin bireyin kendine biçtiği değer olarak da tanımlanabileceğini söylemiştir. Yıldırım (1997) ise, sosyal desteği kişinin çevresinden kazandığı psikolojik ve sosyal destek olarak tanımlamıştır. Akdoğan (2012) ise sosyal desteği çevresindeki insanlar tarafından kişiye yapılan yardım olarak, buna ek olarak sosyal desteğe ihtiyacı olan kişinin gereksinimlerini karşılayacak kişilerin sayısı şeklinde tanımlamıştır.

Sosyal destek insan ilişkilerinde bireyleri birbirine bağlayan en önemli unsurlardan biridir. Sosyal desteğin tanımı, kişilerin fonksiyonlarını artırmaya ya da olumsuz sonuçlarla karşılaşıldığı durumlarda bireye destek olmak amacıyla, aile, arkadaşlar, okul çevresi gibi sosyal ağların kişinin içinde bulunduğu durumu ya da davranışını destekleme olarak yapılır (Tanrıverdi 2012).

Bireyin dünyaya geldiği anda çevresindeki insanlardan yardım almadan yaşamını devam ettirmesi mümkün değildir. Bir bebek dünyaya geldiği andan itibaren yaşamına devam edebilmesi için, çevresindeki diğer insanlarla çeşitli bir takım ilişkiler içindedir. Bireyin hayatı boyunca içinde bulunduğu; ikili ilişkilerden, büyüyerek çoğalan ilişkilere kadar bütün ilişkileri yaşamını ettirebilmesi için zorunlu bir durumdur. Bütün ilişkilerin temeline bakıldığında; bireyin ihtiyacı, amacı, doyumunu ve isteği yatmaktadır, toplumsal ilişkilere bakıldığında ise aynı nedenlerin, karşılıklı beklentisi olduğu kabul edilmektedir. Başka bir deyişle; insanların sosyal yaşantısındaki gereksinimlerinin doyurulması ancak içinde bulunduğu toplumda yer alan diğer insanlarla sosyal ilişkilerinden destek alarak

mümkündür (Kozaklı 2006).

Çocuklardan yaşlılara kadar olan aralıktaki bireylere yapılmış birçok incelemede psikolojik, zihinsel ve insanlar arası ilişkilerdeki sağlıklı olma durumu, genel anlamda iyi hissetme hali için, sosyal destek kavramı literatürde pozitif tanımayıcı olarak ifade edilmiştir (Oktan 2013).

Sosyal desteğin tanımlanması konusunda fikir ayrılıkları olmakla birlikte, genel olarak psikolojik gerginlik durumunda veya zor durumdaki kişiye çevresi tarafından verilen destek olarak kabul edilmektedir (Ardahan 2010).

Son 25 yıldır sosyal destek, bazı problemlerle baş etme yolu olarak ve gerek sosyolojik gerekse psikolojik birçok sorun ve hastalığın çözümü, iyileşmesi ve karşı konulması durumunda kuvvetli bir kaynaktır. Bireyler hayat boyu sosyal destek unsurlarına ihtiyaç duyar. Psikolojik ve fizyolojik olarak iyi olma halinin sosyal destekle olumlu ilişkisini belirten birçok sayıda araştırma yapılmıştır (Mermer vd. 2010).

Çevresinden sosyal destek alamayan kişiler zamanla toplumdan soyutlaşır ve yalnızlaşır. Yalnızlıkla karşı karşıya kalan bireyler yalnızlığını gidermek ve çevresinden alamadığı sosyal desteği alabilmek amacıyla internete yoğunlaşır. İnternete; sosyalleşme, yalnızlığını giderme ya da sosyal destek alma amaçlı yönelen bireylerde bir süre sonra internet bağımlılığı başlayarak toplumdan tamamen uzaklaşma riski artar. Kişi sosyalleşemediği takdirde yalnızlık yaşar çevresinden alamadığı sosyal desteği internette arayarak problemleri internet kullanıcılarına dönüşür ve öyle ki toplumdan soyutlanma ve problemleri internet kullanımı arasında ciddi bir ilişki de saptanmıştır (Bayraktutan 2005).

Ustabaş (2015) dört farklı sosyal destek türü açıklamıştır:

1. Duygusal Destek: Kabul edilme, değer görme, ilgi gösterme, anlayış, sevgi, saygı, korunma, güven gibi duygu gereksinimlerini içine alan bu manevi destek, literatürde değerlilik desteği, ifade edici destek olarak da ifade edilmektedir.
2. Araçsal Destek: Somut olarak yapılan, maddi yardım, eşya yardımı, materyal kaynak yardımı gibi destekleri içerir.
3. Bilgisel Destek: Problem olarak görülen durumlarda, sorunu anlamayı, çözüm üretmeyi ve problemle başa çıkmayı hedef alan destek türüdür.

4. Yaygın Destek: Rekreasyon amaçlı, diğer bireylerle vakit geçirme, eğlenme, sosyalleşmeyi kapsar.

2.3 ÖZNEL İYİ OLUŞ

Öznel iyi oluş genel olarak; sevinç, doyum ve pozitif duygular gibi kavramlarla alakalı olduğu düşünülen ve kişinin yaşamıyla ilgili durumları soruşturmaya çalışan psikoloji alanıdır (Asıcı 2018).

2.3.1 Öznel İyi Oluş Kavramı

Felsefe ve psikolojide çok farklı şekillerde tanım almış olan öznel iyi oluş kavramı, son yıllarda mutluluk gibi salt tartışmaların dışına çıkmış olup, deney ve gözleme dayalı çalışmaların konusu haline gelmeye başlamıştır. Psikoloji alanında öznel iyi oluş terimi olarak, felsefede ise mutluluk veya mutlu yaşam olarak kavramsallaştırılmıştır. Öznel iyi oluş günümüzde birçok tanımdan ibaret çok boyutlu psikolojik bir kavram olarak ele alınmakta olup, en geniş anlamıyla öznel mutluluk olarak tanımlanabilmektedir (Boysan 2012).

Tarihin eski dönemlerinden beri araştırma ve inceleme konusu olan “mutluluk”, günümüze gelene kadar araştırılmaya devam edilmiş, insanın mutluluğa nasıl ulaşacağı araştırılmıştır. Konuyla alakalı olarak iyi ya da mutlu bir yaşamın içinde nelerin olması gerektiğine dair fikirler üretmişlerdir. İyi bir yaşamın belirleyicisi kimine göre maddiyat, kimine göre ise sosyal yaşam, insan ilişkilerinin pozitif olması olmuştur. İyi yaşamın belirleyicilerin içsel veya dışsal olmasından ziyade insanların vurguladıkları aslına bakıldığında “öznel iyi oluşları olmuştur” (Eryılmaz 2009).

Diener’e (2006) göre, öznel iyilik bireylerin eşlerinden memnun olma durumu, elde ettikleri ve başarı olarak görülen durumlardan memnuniyetleri ve geniş çaplı olarak bakıldığında hayattan, yaşantılarından memnun olma durumlarını da içine alabilecek şekilde bireylerin kendi yaşantılarından duydukları memnuniyettir. Bu memnuniyet mantıksal duygusal ya da psikolojik şekilde olabilir.

Türkdoğan (2010) öznel iyi oluş düzeyi ile ilgili anlamlı değişkenlik göstereceği düşünülen ve geniş çaplı araştırma konusu sonucundaki bulguların incelenmesi ile ilgili değişkenleri;

- Sosyo-demografik değişkenler
- Maddi değerler
- Din
- Evlilik
- Kültür
- Kişilik

şeklinde açıklamıştır.

Öznel iyi oluş, bilişsel ve duyuşsal yönden bakıldığında; hoş duygu, az seviyede hoş duygu ve doyum olarak üç bölümden oluşmaktadır. Bilişsel yönünü doyum, duyuşsal yönünü ise hoş olan ve olmayan duygular oluşturmaktadır. Öznel iyi oluşun bu üç bölümü de kendi içinde alt bölümlerden oluşabilmektedir (İlhan 2009).

İyi olma hali ile öznel iyi oluş arasındaki ilişki incelenip farkları gz önünde bulundurulduğunda; öznel iyi oluş kişinin hayatında belirli bir yere sahip durumlardan aldığı doyumlar, mutluluk veren ya da vermeyen olaylar arasındaki ilişkilere dikkat çekerken, iyi olma hali; kişinin fonksiyonel olabilmesi için ilgili durumlardan nasıl faydalandığına dikkat çekmiştir (Ryff 1989).

2.3.2 Öznel İyi Oluş İlişkin Kuramlar

ASICI (2018) znel iyi oluş kuramının üç farklı boyutta incelenebileceğini vurgulayarak, bu üç boyutu;

- Amaç ve gereksinimlerin doyurulmasına odaklanan kuramlar
- Sürece ya da etkinliğe odaklanan kuramlar
- Genetik ya da bireysel yatkınlık kuramları

şeklinde açıklamıştır.

2.3.2.1 Erek kuramı

Belirlenen hedefe ulaşıldığında ve gereksinimler karşılandığında mutluluğa erişilebildiğini vurgulayan erek kuramı, aynı zamanda mutluluğun sebebinin karşılanan ihtiyaçlar olurken, mutsuzluğa da doyurulmayan ihtiyaçların sebebiyet verdiğini vurgulamaktadır (Şahin 2011). Birey kısa bir zaman diliminde ulaşabileceği hedeflerle mutlu olabildiği gibi, bu hedeflere ulaşma zamanının uzaması durumunda mutluluğa engel teşkil edecek durumların sonucunda mutsuzluğa da varabilirler. Bu durumda erek

kuramına göre, bireyin belirlediği hedeflerin mutluluk getirdiği gibi mutsuzluğa da sebebiyet vermesi söz konusudur (Yavuz 2006).

Diener (1984)'e göre birçok birey önemli hedeflerine ulaştıklarında mutlu yaşamlarına da ulaşmaktadır, bununla birlikte hedefler ve arzulara gereksinimlerden daha çok önem verilmektedir. Ereksel yaklaşımın bireylerin belirli gereksinimler doğrultusunda birtakım amaçlara yönelmesinden yola çıkarak amaç kuramlarını da içinde bulunduran bir yaklaşım olduğu söylenmektedir (Türkdoğan 2010).

2.3.2.2 Etkinlik kuramı

Yavuz (2006)'a göre bireyler belirledikleri hedefleri elde etme yolunda içinde buldukları aktivitelerden mutluluk duymaktadır. Bu bağlamda, bireylerin öznel iyi oluşları belirledikleri hedeflere ulaşmalarından ziyade, bu yolda içinde buldukları aktivitelerden aldıkları haz ile ilişkilidir.

Bireylerin bir etkinlikle bütünüyle meşgul olması, dikkatlerini başka hiçbir şeyin dağıtmayacağı şekilde son derece konsantre olmaları ve uğraş verdikleri etkinlikten son derece mutluluk duyulması olarak tanımlanan akış, etkinlik kuramları içerisinde ön sıralarda yer almaktadır. Bireyler için haz veren bu akış durumuna; hobiler, spor ve sanat gibi etkinliklerin destek sağladığı söylenmektedir (Asıcı 2018).

2.3.2.3 Uyum kuramı

Bireylerin uyum sağlamaları, çevrelerinde var olan durum ya da olayların değişiklik göstermesi durumunda daha fazla dikkat göstermelerine olanak sağlamakta ve bireyler için tehlike arz edebilecek neticelere engel teşkil etmektedir. Bununla birlikte bireylerin zor olarak gördüğü amaca ulaşma sürecinde uyum sağladıkları durumunda bu zorluk durumunu zihinsel olarak ortadan kaldırarak, amaca kendilerini daha yakın ve daha ulaşılabilir olarak görmektedirler. Uyum sağlama insan hayatına faydalı bir durum olduğundan yaşamsal faaliyetlerde gerektiği durumlarda her insanın uyum sağlaması söz konusudur (Lucas 2007).

Silver (1982) bir çalışmada, omurilik travması geçiren hastaların travmadan sonraki iki ay içinde bu duruma uyum sağladıklarını, endişe ve korkunun travmadan sonraki iki hafta içinde hissedilen en şiddetli duygular iken, olumlu duygulanımın sekiz haftadan sonra olumsuz duygulara üstün geldiğini bulmuştur. Bu bağlamda kişilerin olumsuz

yaşam koşullarından, mutsuzluk verebilecek olayların etkisinden uyum sağlamalarıyla daha kısa sürede kurtulacakları gözlemlenmiş olup, öznel iyi oluşun uyum sağlama ile desteklendiği belirtilmiştir (Yavuz 2006).

2.3.2.4 Yargı kuramı

Bireyin öznel iyi oluşu üzerinde duran yargı kuramına göre, belirlenen ölçütler ve gerçekte var olan durumlar karşılaştırdıktan sonra ortaya çıkan sonuç öznel iyi oluş durumunu doğrudan etkiler. Gerçekte var olan durum önceden belirlenmiş olan ölçütlerin üzerindeyse birey öznel açıdan iyi olur bu durum tam tersi ise öznel iyi oluş ortaya çıkmaz. Yapılan araştırmalar sonucunda bireylerin öznel açıdan iyi ya da kötü olduğu durumlarda kendilerini içinde buldukları duruma göre kendilerinden daha iyi ve daha kötü durumda olan bireylerle karşılaştırdıklarına varılmıştır (Diener 1984).

Bireylerin genel olarak psikolojik ya da fizyolojik olarak olumsuz koşullardayken, öznel iyi olma konusunda karşılaştırma yaptıkları gözlemlenmiştir. Canbay (2010) bu durumda bireylerin içinde buldukları duruma göre iki tür karşılaştırma yaptıklarını bildirmektedir. Öznel iyi oluşu artırmaya yönelik yapılan ilk karşılaştırma, bireyin kendisinden daha kötü durumda olanları düşünerek kendi durumunun diğerlerine göre iyi olduğunu bu durumda rahatlaması gerektiğini düşünerek mutlu olmasıdır. Diğer bir karşılaştırma ise, aynı problemi farklı bireylerinde yaşıyor oluşunun verdiği yalnız olmama ve “Bu problem sadece bende değil diğer insanlarda da var” yargısının verdiği rahatlama duygusudur.

2.3.2.5 Aşağıdan yukarıya ve yukarıdan aşağıya kuramları

Diener (1984)’e göre aşağıdan yukarıya ve yukarıdan aşağıya kuramcılarının öznel iyi oluş konusundaki farkı, “kişi daha önceden mutluluk verici olaylar yaşadığı için mi mutludur; yoksa “kendini mutlu hissettiği durumlar da mı yaşamdaki olaylardan zevk alır” sorularıyla alakalıdır.

Aşağıdan yukarıya kuramını savunanlara göre bireyin mutluluğu daha önceden biriktirdiği zevk verici olayların sonucunda ortaya çıkar. Yukarıdan aşağıya görüşünü savunanlara göre ise, bu durum biraz daha farklıdır; onlar, mutlu hissetme durumunun bireyin kişilik yapısıyla ilgili olduğu ve bu durum için eğilimli olan bireylerin yaşamsal faaliyetlerinden zevk almalarının onlara mutluluk verdiğini savunurlar (Türkdoğan 2010).

2.3.3 Öznel İyi Oluşu Etki Eden Unsurlar

Gündoğan (2016), öznel iyi oluş kavramının göreceli olmasından dolayıyla çok sayıda unsur tarafından etkilenebileceğini belirtmekte, bu etmenlerin sürekli değişebileceğine değinmektedir. Bu etmenlerden bazılarını aşağıda yer verilmektedir;

- **Cinsiyet**

Yapılan araştırmalar incelendiğinde erkek ve kadın duygu değişimi, duygu yoğunluğu karşılaştırıldığında aradaki farkın çok fazla olmadığı gözlemlenmiştir. Bu durumun tam tersi olarak görülen bir durum ise psikolojik problemlerin kadınlarda erkeklere oranla daha yoğun olarak yaşanması genel olarak kabul edilmiş bir olgudur. Buna ek olarak kadınların duygularını yaşama, ifade etme şeklinin erkeklere oranla daha net, daha hat safha da yaşadıkları da ifade edilmektedir (Boysan 2012).

- **Yaş**

Seligman (2002)'a göre bireyin yaşı ilerledikçe duygusal olarak değişen en önemli şey duyguların yoğunluğudur. 40 ulustan 60.000 yetişkini içine alan bir araştırmada; bireyin yaşı ilerledikçe hayattan aldığı zevkin arttığı, istenmeyen duyguların stabil kaldığı ve hoşlanılan duyguların azaldığı ortaya konulmuştur (Seligman 2002). Yapılan araştırmalar incelendiğinde bireyin yaşı ilerledikçe öznel iyi oluş oranının da arttığı gözlemlenmiş ve belirli bir yaşa ulaşmış bireylerde bu durumun azalmadığı söylenmiştir. Bu sonucu iki şekilde açıklayan araştırmacılar; durumu bireylerin yaşları ilerledikçe uyum sağlama özelliklerinin de artması ve kendi kişiliğiyle sahip olmak istediği kişilik arasındaki farkın azalmasına bağlamışlardır (Ryff 1989).

- **Gelir**

Öznel iyi oluş ve gelir düzeyi arasındaki bağlantıyla ilgili yapılmış olan araştırmalar incelendiğinde enteresan sonuçlara ulaşılmıştır. Batı toplumlarına bakıldığında öznel iyi oluşun varlıklı bireylerde maddiyatla değişmediği gözlemlenmiş, bununla birlikte şans oyunlarından elde edilen gelirin bile bu durumu etkilemediği görülmüştür. Gelir düzeyinin öznel iyi oluşu etkileme durumunun sadece yoksul gruplar ve varlıklı gruplar arasındaki karşılaştırmalarda değiştiği gözlemlenmiştir. Bireylerde olay ve durumlara uyum sağlama özelliğinden kaynaklı bu değişimin sürekliliği oldukça azdır. Maddi açıdan kendini iyi hisseden bireylerin zamanla bu duruma alışarak maddi rahatlığı sıradan görüp öznel iyi oluşun yenilenmesini durdurdukları söylenmektedir (Eryılmaz 2009).

- **Kişilik**

Yapılan araştırmalar incelendiğinde birçok araştırmacının, kişiliğın öznel iyi oluşa etkisi üzerinde durup, bireylerin kişilik özelliklerinin kendilerini iyi hissetmesine etki eden en önemli faktörlerden biri olduğu sonucuna vardıkları gözlemlenmiştir. Mutlu bireylerin kişilik özellikleri arasında yer alan iyimserlik, bireylerde pozitif düşünceye yol açarak olaylara iyi yönde bakma eğilimini artırır, bu da mutlu olma durumlarını doğrudan etkiler. Birçok bireyde pozitif düşünceye etki eden bir olay ie dönük bireylerde mutluluğu daha az etkilerken, dışa dönük bireylerde mutluluk oranlarını artırmaktadır (evik 2010).

- **Kültür**

İnsan ilişkilerini, davranışlarını, yaşam tarzını etkileyen kültür kavramı; bunlara yön verme, şekillendirme ve uygulamada etkilenen gelenek, görenek, örf, adet gibi kavramları da içine alan karmaşık bir yapıya sahiptir. Farklı kültürlerde ve farklı bireylerde öznel iyi oluş düzeyinin de farklılaştığı ve bireylere göre farklılık gösterdiği birçok araştırma sonucunda ortaya konulmuştur. Öznel iyi oluş düzeyi bireylerin içinde buldukları kültürel yapıya göre şekil almakta ve dolayısıyla kültürel yapının öznel iyi oluşu doğrudan etkilediği söylenmektedir (Saygın 2008).

3. MATERYAL VE YÖNTEM

3.1 ARAŞTIRMANIN MODELİ

Genç yetişkin spor insanlarının saldırganlık düzeylerinin, algılanan sosyal destek ve öznel iyi oluş açısından incelenmesini amaçlayan çalışmada, nicel araştırma yöntemlerinden bağıntısal ve betimsel istatistik yöntemi kullanılmıştır. Bağıntısal yöntemde iki ya da daha fazla değişken arasında ilişki olup olmadığına bakılmaktadır. Betimsel yöntem de ise, hali hazırda var olan durum araştırılmakta, belirlenmekte, bu da verinin betimlenmesi anlamına gelir.

Araştırma kapsamında veriler toplanırken, anket (survey) veri toplama tekniğinden yararlanılmıştır.

3.2 ÇALIŞMA GRUBU

Araştırmanın evrenini Ahi Evran Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencileri ve Kırşehir ilinde bulunan farklı spor kulüplerine mensup 18-30 yaş arası lisanslı sporcular, örneklemini ise bu şartları taşıyan ve araştırmaya gönüllü olarak katılan; 155'i erkek, 116' sı kadınlardan oluşan 271 katılımcı oluşturmaktadır.

3.3 VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Araştırmanın verileri, katılımcılara “Kişisel Bilgi Formu”, “Saldırganlık Ölçeği”, “Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği” ve “Öznel İyi Oluş Ölçeği” uygulanarak sağlanmıştır.

3.3.1 Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu; yaş, cinsiyet, öğrenim durumu, spor branşı, spor deneyimi, antrenman sıklığını içeren altı sorudan oluşmaktadır.

3.3.2 Saldırganlık Ölçeği

Buss and Perry'in (1992) geliştirdikleri ölçek, saldırganlığı beş boyutta inceleyen sistematik bir yapıya sahiptir. Öz değerlendirmeye dayalı olup, 34 maddeden oluşmaktadır. 5'li likert tipindeki ölçek, bireylerin ölçek ifadelerinin kendi karakterlerine ne denli

uygun olduğunu belirleyebilmeleri için “Hiç Uygun Değil” den “Tam Uygun”a kadar değerlendirme esasını taşımaktadır. Ölçekten alınabilecek puanlar en yüksek 170, en düşük 34 olmaktadır. Saldırganlık ölçeği toplam puanının yüksek olması halinde, alt ölçek puanlarının incelenmesi gerekmektedir. 58 ve aşağı puanlar düşük, 59 ve 110 arası puanlar normal, 111 ve üzeri yüksek saldırganlık düzeyini göstermektedir.

Ölçeğin maddelerin alt ölçeklerle eşleştirilmiş bilgileri aşağıda sunulmaktadır (Can 2002);

- Fiziksel saldırganlık; 8, 10, 11, 17, 23, 24, 25, 27. maddeler,
- Sözel saldırganlık; 1, 4, 6, 20, 26. maddeler,
- Öfke; 3, 7, 12, 16, 19, 22, 29, 32. maddeler,
- Düşmanlık; 2, 5, 9, 21, 28, 31, 33. maddeler,
- Dolaylı saldırganlık; 13, 14, 15, 18, 30, 34. maddeler

Ölçek güvenilirliğini için hesaplanan iç tutarlılık katsayısı Cronbach Alpha .89 iken, alt ölçekler kıstasında belirlenen iç tutarlılık katsayıları sırasıyla, fiziksel saldırganlık .85, sözel saldırganlık .72, öfke .83, düşmanlık .77, dolaylı saldırganlık .72’dir. Ölçeğin test tekrar test güvenilirliği de hesaplanmıştır. Bulgulara göre r değerleri şu şekilde bulunmuştur; fiziksel saldırganlık .80, sözel saldırganlık .76, öfkede .72, düşmanlık .72, dolaylı saldırganlık= .74. Ölçüt bağıntılı geçerlik çalışması 300 katılımcı ile yapılmıştır.

Çalışmada Saldırganlık ölçeği Sürekli Öfke-Öfke Tarz ölçeği ile birlikte kullanılmıştır. İki ölçekten elde edilen puanlar arasındaki hesaplanan korelasyon katsayıları şu şekildedir: toplam saldırganlık puanı ve SÖ, Öİ, ÖD arasındaki korelasyon $r = .75, .53, .67$; fiziksel saldırganlık ve SÖ, Öİ, ÖD arasındaki korelasyon $r = .70, .45, .67$; sözel saldırganlık ve SÖ, Öİ, ÖD arasındaki korelasyon $r = .58, .42, .54$; öfke ve SÖ, Öİ, ÖD arasındaki korelasyon $r = .73, .51, .62$; düşmanlık ve SÖ, Öİ, ÖD arasındaki korelasyon $r = .55, .41, .40$; nihai olarak dolaylı saldırganlık ve SÖ, Öİ, ÖD arasındaki korelasyon $r = .56, .46, .56$. Öfke kontrolü ve saldırganlık ölçeği toplam puan arasında negatif bir ilişki saptanmıştır ($r = -.28$).

Ayrıca, öfke kontrol ve saldırganlık alt ölçek puanları arasında da negatif yönlü bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Öfke kontrolü ile; fiziksel saldırganlık alt ölçeği arasında korelasyon $r = -.14$, sözel saldırganlık alt ölçeği arasındaki korelasyon ise $r = -.15$, öfke alt ölçeği arasında korelasyon $r = -.30$, düşmanlık alt ölçeği arasında korelasyon $r = -.15$ ve son olarak dolaylı saldırganlık alt ölçeği arasında korelasyon $r = -.25$ olarak

hesaplanmıştır.

Ölçeğin güvenilirliğine ilişkin yürütülen analizlerde iç tutarlılık katsayısı .91 olarak bulunmuştur.

Ölçeğin alt ölçeklerine göre hesaplanan iç tutarlılık katsayıları ise, fiziksel saldırganlık .83, sözel saldırganlık .59, öfke .72, düşmanlık .74, dolaylı saldırganlık için .54'dür.

DSM IV tanı kriterlerine göre herhangi bir tanı almamış, gönüllü sağlıklı 300 bireye, ölçek, test yeniden test güvenilirliği için bir hafta arayla iki defa uygulanmıştır. Değerlendirilme Pearson Momentler Çarpımı Korelasyonu ile sonuçlarına göre yapılmıştır. Ölçeğin toplam puanda iki uygulama arası korelasyon değeri $r = .85$ olarak saptanmıştır. Alt ölçek belirlemelerinde bu değerler sırasıyla, fiziksel saldırganlıkta $r = .84$; sözel saldırganlıkta $r = .69$; öfkede $r = .74$; düşmanlıkta $r = .81$; dolaylı saldırganlıkta $r = .74$ olmuştur.

3.3.3 Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği

Zimet vd.(1988) geliştirmiş oldukları ölçek 12 maddeden oluşmaktadır. Bireylerin sosyal desteği ile ilgili kaynağın yeterliliğini ölçmek üzere tasarlanan ölçek 7'li likert tipi öz değerlendirmeye dayalı bir yapısal özellik içermektedir. Değerlendirme “Tamamen Katılmıyorum” ile “Tamamen Katılıyorum” arasında değişmektedir.

Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği; algılanan sosyal desteğin kaynağını aile, arkadaşlar ve anlamlı diğerleri olacak şekilde üç alt boyutta ölçümlemeyi esas almaktadır. Farklı örneklemelerde çalışıldığında, ölçeğin iç tutarlılığı alt ölçeklerde .79 ve .98 aralığında belirlendiği, test tekrar test katsayısının da 2-3 ay ara ile ölçüldüğü durumda .72 ve .85 arasında değişmekte olduğu bulunmuştur.

Ölçeğin Türkçe uyarlamasını Eker ve Arkar (1995) gerçekleştirmiştir. Araştırmacılar, aile ve anlam atfedilen diğerlerine ilişkin kavramlar üzerinde yoğunlaşarak çalışmalarında bazı değişiklik önerileri sunmuşlardır. Ölçeğin psikometrik özellikleri; cerrahik, psikiyatrik ve normal örneklemden sağlanan veriler doğrultusunda sınanmıştır. Ölçeğin Türkçe uyarlaması, orijinal formda olduğu şekilde algılanmış sosyal desteğin kaynağına işaret eden arkadaş, aile ve anlamlı diğerleri olmak üzere üç adet alt ölçek ve 12 madde olacak şekilde belirlenmiştir. Yapılan güvenilirlik hesaplamalarında, .80 ile .95 aralığında değişen üst düzey tutarlılık seviyelerine ulaşıldığı ortaya konmuştur.

3.3.4. Öznel İyi Oluş Ölçeği

Öznel İyi Oluş Ölçeği, Tuzgöl Dost (2004) tarafından geliştirilmiştir. 46 maddeden oluşan, ölçeğin amacı, kişilerin yaşamlarına ilişkin bilişsel değerlendirmeleri ile olumlu ve olumsuz duyguların ortaya çıkma sıklık ve yoğunluğunu saptamak yoluyla öznel iyi oluşlarını belirlemektir.

Ölçeğin ifadeleri, yaşam alanlarına ilişkin kişisel yargıların yanı sıra olumlu ve olumsuz duyguları içermektedir. Yanıtlama esası; (5) Tamamen Uygun, (4) Çoğunlukla Uygun, (3) Kısmen Uygun, (2) Biraz Uygun ve (1) Hiç Uygun Değil seçeneklerine dayalı beşli Likert yapısındadır. Puanlama da her bir madde 1 ile 5 arasında değer almaktadır.

Ölçeğin 26 maddesi olumsuz ifade şeklindedir. Olumsuz ifadeler 2, 4, 6, 10, 13, 15, 17, 19, 21, 24, 26, 28, 30, 32, 35, 37, 38, 40, 43 ve 45. maddelerdir. Olumsuz ifadelerin puanlanması tersine çevrilerek yapılmaktadır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 46, en yüksek puan 230'dur. Yüksek puanlar öznel iyi oluş düzeyinin yüksek olduğuna işaret etmektedir.

ÖİÖ'nin Geçerliliği

Tuzgöl Dost (2004), geliştirdiği 102 maddenin öznel iyi oluşu ne oranda ölçtüğünü tespit edebilmek üzere uzman görüşüne başvurmuştur. Bu bağlamda, Psikolojik Danışma ve Rehberlik, Psikoloji, Eğitimde Ölçme ve Değerlendirme ve Türk Dili alanlarında uzman olan toplam 16 kişiden destek almıştır. Alanı Türk Dili ile Ölçme ve Değerlendirme olan üç uzman haricinde 13 kişiden ölçek ifadelerinin her birini öznel iyi oluşu belirlemeye uygun olup olmamasını kıstas olarak (5) Çok Uygun, (1) Hiç Uygun Değil olmak üzere beşli likerte uygun şekilde derecelendirmeleri talep edilmiştir. Uzmanların 13'ünün ölçek maddelerinin ÖİÖ'ü belirlemeye uygun olup olmadığına ilişkin derecelendirmeleri istenmiştir. Ölçek maddelerinin ÖİÖ'ü belirlemeye uygun olup olmadığına ilişkin derecelendirmeleri arasındaki uyumu belirlemek amacıyla Kendall'ın uyum katsayısı hesaplanmış, ki kare tablo bilgileri ve uzman değerlendirmelerinin birbirleri ile uyum gösterdikleri tespit edilmiştir. Tuzgöl Dost (2004), ilk aşamada belirlediği 102 ifadeli ölçeği 51 madde olarak düzenlemiştir. Ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarını gerçekleştirmek üzere 2002-2003 öğretim yılı güz döneminde Hacettepe Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler, Fen, Mühendislik, Eğitim ve Edebiyat Fakülteleri 2. ve 3. Sınıf öğrencilerinden oluşan 209 kişilik gruba 51 maddelik ölçeği uygulamıştır. Uygulama

sonrası veriler bilgisayara yüklenerek ölçeğin yapı geçerliğini test etmek amacıyla temel bileşenler analizi yöntemiyle faktör analizi çalışması yapılmıştır. Analiz sonucunda 51 maddelik ölçeğin öz değeri 1'den büyük 14 faktör verdiği görülmüş, öz değerlerden ölçeğin genel bir boyutu olduğu saptanmıştır. İlk boyuttaki faktör yüklerine ait öz değerler 11.486 iken, ikincide bu değer 3.927'ye düşmektedir. Öz değerler arasındaki bu yüksek fark ve test maddelerini çoğunun birinci boyutta yüksek yük vermesi, testin tek boyutlu oluşu için bir ölçüt olarak kabul edilmiştir. Faktör yüklerinin büyüklüğü için .30 değeri ölçüt olarak alındığında 51 maddeden 47'sinin ilk boyutta yeterli büyüklükte yüke sahip olduğu görülmüştür. Faktör analizi sonucunda faktör yükü .30'un altında olan dört madde ile birlikte pilot uygulamalarda öğrenciler tarafından anlaşılamadığı görülen bir madde ölçekten Tuzgöl Dost (2004) tarafından çıkarılmıştır. Böylece ölçeğin madde sayısı 46'ya inmiştir. Testin ayırtıcılığını belirlemek üzere 46 maddelik ölçeğin 209 kişiye uygulanması sonucu hesaplanan puanların alt ve üst %27'lik puan grup ortalamaları t testi ile karşılaştırılmıştır. Alt ve üst %27'lik puan gruplarında 56'şar puan bulunmaktadır. Sonuçta, gruplar arasında .01 hata düzeyinde önemli fark bulunduğu belirlenmiştir.

3.4 VERİLERİN ANALİZİ

Araştırma verilerinin analizinde SPSS 25 İstatistiksel Analiz Programı'ndan yararlanılmış, anlamlılık düzeyi en az 0.05 olarak alınmıştır.

4. BULGULAR

Bu bölümde araştırmanın hipotezlerini test etmek amacıyla yapılan istatistiksel sonuçlara yer verilecektir. Analizlere geçmeden tüm ölçeklerde boş bırakılan maddelere ortalama değerler atanmıştır. Her bir ölçek ve alt ölçekleri için toplam puanlar alındıktan sonra bu toplam puanlar standart puanlara z puanlarına çevrilerek uç değer analizi yapılmış, Z puanları ± 3 aralığı dışında olan katılımcılar analizlere dahil edilmemiştir. Toplamda 285 kişiden veri toplanmış, ancak 14 kişi uç değer analizi sonrası çıkartılmış, analizlere 271 kişi ile devam edilmiştir.

Analizler öncesinde verinin normal dağılıp dağılmadığının saptamak amacıyla her bir ölçeğin ve bağlı alt ölçeklerinin çarpıklık ve basıklık değerlerine bakılmıştır. Çarpıklık ve basıklık değerleri tüm ölçekler için ± 2 aralığında olduğundan verinin normal dağıldığı varsayılarak parametrik testlerin kullanılmasına karar verilmiştir (Tabachnick and Fidell 2013; McKillup 2012; Wilcox 2012).

İzleyen aşamada öncelikle, ölçme araçlarının güvenilirliğini tespit etmek için yapılan Cronbach alfa katsayısı hesaplamalarının sonuçları verilecek, akabinde örnekleme ilişkin demografik bilgiler açıklanacak, ardından araştırma değişkenlerinin birbirleriyle olan korelasyonlarının yer aldığı Pearson korelasyon analizi sonuçları verilecek, izleyerek tanımlayıcı değişkenlerle araştırma değişkenlerinin ilişkisini test eden bağımsız gruplar için t-testi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları verilecek, son olarak saldırganlık düzeyini yordayan değişkenleri saptamak amacıyla yürütülen çoklu doğrusal regresyon analiz sonuçları aktırılacaktır.

4.1 ÖLÇME ARAÇLARININ GÜVENİRLİK KATSAYILARI

Bu bölümde, araştırma kapsamında kullanılan ölçme araçlarının güvenilirliklerini test etmek için Cronbach alfa güvenilirlik katsayıları hesaplanmıştır. Sonuçlar tablolar halinde sunulmuştur.

Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği'nin güvenilirliği sınanmış, tüm alt ölçeklerin ve ölçeğin tamamının için Cronbach alfa katsayıları Tablo 4.1'de verilmiştir.

Tablo 4.1. Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği Güvenirlik Katsayıları

Değişkenler	Cronbach alfa katsayısı
1.1. Aile desteği	0.82
1.2. Arkadaş desteği	0.82
1.3. Özel bir insan desteği	0.90
(1) Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği Toplam	0.88

Analiz sonuçlarına göre aile desteği alt boyutu için güvenirlilik katsayısı .82, arkadaş desteği alt boyutu için güvenirlilik katsayısı .82, özel bir insan desteği alt boyutu için .90 olarak saptanmıştır. Ölçeğin tamamının Cronbach alfa katsayısı .88 olarak bulunmuştur.

Saldırganlık Ölçeği'nin güvenirliliğine bakmak için tüm alt ölçeklerin ve ölçeğin tamamının Cronbach alfa katsayıları hesaplanmış, sonuçlar Tablo 4.2'de verilmiştir.

Tablo 4.2. Saldırganlık Ölçeği Güvenirlik Katsayıları

Değişkenler	Cronbach alfa katsayısı
(2) Saldırganlık Ölçeği Toplam	0.92
2.1. Fiziksel saldırganlık	0.84
2.2. Sözel saldırganlık	0.56
2.3. Öfke	0.73
2.4. Düşmanlık	0.72
2.5. Dolaylı saldırganlık	0.69

Analiz sonuçlarına göre fiziksel saldırganlık alt ölçeğinin güvenirlilik katsayısı .84, sözel saldırganlık alt ölçeğinin güvenirlilik katsayısı .56, öfke alt ölçeğinin güvenirlilik katsayısı .73, düşmanlık alt ölçeğinin güvenirlilik katsayısı .72 ve dolaylı saldırganlık alt ölçeğinin güvenirlilik katsayısı .69 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğinin tamamının güvenirlilik katsayısı ise .92 olarak saptanmıştır.

Öznel İyi Oluş Ölçeği'nin güvenirliliğine bakmak için tüm alt ölçeklerin ve ölçeğin tamamının Cronbach alfa katsayıları hesaplanmış, sonuçlar Tablo 4.3'de aktarılmıştır.

Tablo 4.3'te yer aldığı gibi, yaşamını kendi geçmişi ve başkalarının hayatlarıyla kıyaslama alt boyutu için güvenirlilik katsayısı .73, olumlu ve olumsuz duygular alt boyutu için güvenirlilik katsayısı .69, amaçlar alt boyutu için güvenirlilik katsayısı .80, kendine

güven alt boyutu için güvenilirlik katsayısı .69, iyimserlik alt boyutu için güvenilirlik katsayısı .67, ilgi duyulan etkinlikler alt boyutu için güvenilirlik katsayısı .64, arkadaşlık ilişkileri alt boyutu için güvenilirlik katsayısı .71, geleceğe bakış alt boyutu için güvenilirlik katsayısı .61, aile ilişkileri alt boyutu için güvenilirlik katsayısı .73, başkalarının yaşamına imrenme alt boyutu için güvenilirlik katsayısı .65, yaşamın zorluklarıyla baş etme alt boyutu için güvenilirlik katsayısı .72 ve karamsarlık alt boyutu için güvenilirlik katsayısı .77 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğinin tamamının güvenilirlik katsayısı ise .85 olarak saptanmıştır.

Tablo 4.3. Öznel İyi Oluş Ölçeği Güvenirlik Katsayıları

Değişkenler	Cronbach alfa katsayısı
(3) Öznel İyi Oluş Ölçeği Toplam	0.85
3.1. Yaşamını kendi geçmişi ve başkalarının hayatlarıyla Kıyaslama	0.73
3.2. Olumlu ve olumsuz duygular	0.69
3.3. Amaçlar	0.80
3.4. Kendine güven	0.69
3.5. İyimserlik	0.67
3.6. İlgi duyulan etkinlikler	0.64
3.7. Arkadaşlık ilişkileri	0.71
3.8. Geleceğe bakış	0.61
3.9. Aile ilişkileri	0.73
3.10. Başkalarının yaşamına imrenme	0.65
3.11. Yaşamın zorluklarıyla baş etme	0.72
3.12. Karamsarlık	0.77

4.2 ÖRNEKLEME İLİŞKİN DEMOGRAFİK BİLGİLER

Örnekleme ilişkin demografik bilgilerin sunulması amacıyla yapılan frekans analizine ait sonuçlar Tablo 4.4’de gösterilmektedir.

Katılımcıların 155’i erkek (%57.2), 116’sı kadındır (%42.8) ve yaş aralıkları 18-30 arasında değişmektedir (Ort 21.35 ± 2.06). Katılımcıların 52’si Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği bölümünde (%19.2), 117’si Antrenörlük Eğitimi bölümünde (%43.2) ve 102’si Spor Yöneticiliği bölümünde (%37.6) eğitimlerine devam etmektedir. Katılımcıların 71’i 1. sınıfta (%26.2), 85’i 2. sınıfta (%31.4), 59’u 3. sınıfta (%21.7) ve

56'sı 4. sınıfta (%20.7) okumaktadırlar. Katılımcıların spor deneyimleri ortalama 5.62 yıl (SS: 4.22), haftalık antrenman sıklıkları 2.49 gün (SS: 1.90) ve haftalık antrenman süreleri ortalama 1.58 saattir (SS: 1.40).

Tablo 4.4. Örneklemeye İlişkin Demografik Bilgiler

Değişken	Sıklık (N =271)	Yüzde (%)
Cinsiyet		
Erkek	155	57.2
Kadın	116	42.8
Bölüm		
Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	52	19.2
Antrenörlük Eğitimi	117	43.2
Spor Yöneticiliği Bölümü	102	37.6
Sınıf		
1. Sınıf	71	26.2
2. Sınıf	85	31.4
3. Sınıf	59	21.7
4. Sınıf	56	20.7
	Ortalama	Standart Sapma
Yaş	21.35	2.06
Spor deneyimi	5.62	4.22
Haftalık antrenman sıklığı	2.49	1.90
Haftalık antrenman süresi	1.58	1.40

4.3 DEĞİŞKENLER ARASI KORELASYONLAR

Araştırmada incelenen değişkenlerin birbirleriyle olan ilişkilerini belirlemek amacıyla Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analiz tekniğinden yararlanılmıştır.

Yapılan analizin bulguları Tablo 4.5.'te sunulmaktadır.

Tablo 4.5. Değişkenler Arası Korelasyon Analizi Sonuçları

Değişkenler	(1)	1.1	1.2	1.3	(2)	2.1	2.2	2.3	2.4	2.5	(3)	3.1	3.2	3.3	3.4	3.5	3.6	3.7	3.8	3.9	3.10	3.11	3.12
(1) Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği Toplam	1																						
1.1. Aile desteği	.79***	1																					
1.2. Arkadaş desteği	.78***	.57***	1																				
1.3. Özel bir insan desteği	.82***	.43***	.40***	1																			
(2) Saldırganlık Ölçeği Toplam	-.02	-.13*	.00	.06	1																		
2.1. Fiziksel saldırganlık	-.08	-.20**	-.05	.01	.89***	1																	
2.2. Sözel saldırganlık	.08	-.02	.06	.12	.70***	.50***	1																
2.3. Öfke	.03	-.08	.04	.08	.89***	.73***	.58***	1															
2.4. Düşmanlık	-.02	-.08	-.00	.01	.86***	.66***	.59***	.70***	1														
2.5. Dolaylı saldırganlık	-.04	-.13*	-.04	.05	.86***	.74***	.46***	.70***	.68***	1													
(3) Özne İyi Oluş Ölçeği Toplam	.35***	.39***	.24***	.23***	.33***	-.34***	-.09	.32***	.28***	.28***	1												
3.1. Yaşamını kendi geçmişi ve başkalarının hayatlarıyla kıyaslama	-.01	.08	.03	-.10	.50***	.46***	.28***	.45***	.47***	.43***	.58***	1											
3.2. Olumlu ve olumsuz duygular	.25***	.21**	.10	.26***	-.19**	-.16**	-.06	-.21***	-.24***	-.12	.72***	.35***	1										
3.3. Amaçlar	.18**	.21**	.14*	.10	-.18**	-.21***	-.01	-.20***	-.10	-.19**	.72***	.42***	.43***	1									
3.4. Kendine güven	.38***	.39***	.21**	.32***	.06	-.01	-.13*	.04	-.08	.04	.59***	-.04	.38***	.33***	1								
3.5. İyimserlik	.39***	.32***	.24***	.36***	-.16**	.10	-.21**	-.14*	-.17**	-.12*	.59***	-.08	.45***	.37***	.60***	1							
3.6. İlgi duyulan etkinlikler	.07	.14*	.03	.01	.45***	-.41***	-.24***	-.44***	-.36***	-.38***	.57***	.48***	.34***	.36***	.09	.09	1						
3.7. Arkadaşlık ilişkileri	.20**	.20**	.16**	.13*	-.25***	-.29***	-.04	-.19**	-.22***	-.24***	.56***	.32***	.34***	.37***	.27***	.21***	.34***	1					
3.8. Geleceğe bakış	.38***	.33***	.27***	.31***	.04	-.00	-.13*	-.02	.04	.05	.57***	-.03	.37***	.39***	.63***	.61***	.07	.23***	1				
3.9. Aile ilişkileri	.30***	.39***	.27***	.12*	-.17**	-.19**	-.09	-.12*	-.15*	-.15*	.59***	.27***	.30***	.39***	.38***	.32***	.28***	.31***	.31***	1			
3.10. Başkalarının yaşamına imrenme	.02	.11	-.03	-.08	.40***	.34***	.25***	.42***	.31***	.35***	.37***	.47***	.21**	.24***	-.03	-.14*	.43***	.15*	-.05	.15*	1		
3.11. Yaşamın zorluklarıyla baş etme	.32***	.30***	.22***	.26***	-.15*	.12	-.19**	-.13*	-.12*	.12	.38***	-.06	.35***	.33***	.53***	.55***	-.02	.15*	.50***	.23***	-.13*	1	
3.12. Karamsarlık	.01	.09	.06	-.10	.47***	.45***	.27***	.40***	.41***	.43***	.40***	.46***	.21**	.25***	-.03	-.13*	.46***	.20*	-.00	.17**	.35***	-.09	1

*p<.05 ; **p<.01; ***p<.001

Analiz sonuçlarına göre ÇBASDÖ toplam puanı ile ÖİÖ Ölçeği toplam puanı arasında ($r=.35, p<.001$) ve Öznel İyi Oluş Ölçeği alt ölçeklerinden olumlu ve olumsuz duygular ($r=.25, p<.001$), amaçlar ($r=.18, p<.01$), kendine güven ($r=.38, p<.001$), iyimserlik ($r=.39, p<.001$), arkadaşlık ilişkileri ($r=.20, p<.01$), geleceğe bakış ($r=.38, p<.001$), aile ilişkileri ($r=.30, p<.001$) ve yaşamın zorluklarıyla baş etme ($r=.32, p<.001$) arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur.

ÇBASDÖ alt ölçeklerinden aile desteği ile Saldırganlık Ölçeği toplam puanı arasında ($r=-.13, p<.05$) ve Saldırganlık Ölçeği alt ölçeklerinden fiziksel saldırganlık ($r=-.20, p<.01$) ve dolaylı saldırganlık ($r=-.13, p<.05$) arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler bulunurken; ÇBASDÖ alt ölçeklerinden aile desteği ile ÖİÖÖ toplam puanı ($r=.39, p<.001$), Öznel İyi Oluş Ölçeği alt ölçeklerinden olumlu ve olumsuz duygular ($r=.21, p<.01$), amaçlar ($r=.21, p<.01$), kendine güven ($r=.39, p<.001$), iyimserlik ($r=.32, p<.001$), ilgi duyulan etkinlikler ($r=.14, p<.05$), arkadaşlık ilişkileri ($r=.20, p<.01$), geleceğe bakış ($r=.33, p<.001$), aile ilişkileri ($r=.39, p<.001$) ve yaşamın zorluklarıyla baş etme ($r=.30, p<.001$) arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu saptanmıştır.

ÇBASDÖ alt ölçeklerinden arkadaş desteği ile Öznel İyi Oluş Ölçeği toplam puanı ($r=.24, p<.001$) ve ÖİÖÖ alt ölçeklerinden amaçlar ($r=.14, p<.05$), kendine güven ($r=.21, p<.01$), iyimserlik ($r=.24, p<.001$), arkadaşlık ilişkileri ($r=.16, p<.01$), geleceğe bakış ($r=.27, p<.001$), aile ilişkileri ($r=.27, p<.001$) ve yaşamın zorluklarıyla baş etme ($r=.22, p<.001$) arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu saptanmıştır.

ÇBASDÖ alt ölçeklerinden özel bir insan desteği ile Öznel İyi Oluş Ölçeği toplam puanı ($r=.23, p<.001$) ve Öznel İyi Oluş Ölçeği alt ölçeklerinden olumlu ve olumsuz duygular ($r=.26, p<.001$), kendine güven ($r=.32, p<.001$), iyimserlik ($r=.36, p<.001$), arkadaşlık ilişkileri ($r=.13, p<.05$), geleceğe bakış ($r=.31, p<.001$), aile ilişkileri ($r=.12, p<.05$) ve yaşamın zorluklarıyla baş etme ($r=.26, p<.001$) arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu bulunmuştur.

Saldırganlık Ölçeği toplam puanı ile ÖİÖÖ toplam puanı ($r=-.33, p<.001$) ve ÖİÖÖ alt ölçeklerinden olumlu ve olumsuz duygular ($r=-.19, p<.01$), amaçlar ($r=-.18, p<.01$), iyimserlik ($r=-.16, p<.01$) ilgi duyulan etkinlikler ($r=-.45, p<.001$), arkadaşlık ilişkileri ($r=-.25, p<.001$), aile ilişkileri ($r=-.17, p<.01$) ve yaşamın zorluklarıyla baş etme ($r=-.15, p<.05$) arasında negatif yönlü anlamlı ilişkiler saptanırken; Saldırganlık Ölçeği toplam puanı ile yaşamını kendi geçmişi ve başkalarının hayatlarıyla kıyaslama ($r=.50, p<.001$),

başkalarının yaşamına imrenme ($r=.40, p<.001$) ve karamsarlık ($r=.47, p<.001$) ile pozitif yönlü anlamlı ilişki olduğu görülmüştür.

Saldırganlık Ölçeği alt ölçeklerinden fiziksel saldırganlık ile ÖİÖÖ toplam puanı ($r=-.33, p<.001$) ve Öznel İyi Oluş Ölçeği alt ölçeklerinden olumlu ve olumsuz duygular ($r=-.19, p<.01$), amaçlar ($r=-.18, p<.01$), iyimserlik ($r=-.16, p<.01$), ilgi duyulan etkinlikler ($r=-.45, p<.001$), arkadaşlık ilişkileri ($r=-.25, p<.001$), aile ilişkileri ($r=-.17, p<.01$) ve yaşamın zorluklarıyla baş etme ($r=-.15, p<.05$) arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler bulunurken; Saldırganlık Ölçeği alt ölçeklerinden fiziksel saldırganlık ile yaşamını kendi geçmişi ve başkalarının hayatlarıyla kıyaslama ($r=.46, p<.001$), başkalarının yaşamına imrenme ($r=.34, p<.001$) ve karamsarlık ($r=.45, p<.001$) ile pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu ortaya çıkmıştır.

Saldırganlık Ölçeği alt ölçeklerinden sözel saldırganlık ile ÖİÖÖ alt ölçeklerinden kendine güven ($r=-.13, p<.05$), iyimserlik ($r=-.21, p<.01$), ilgi duyulan etkinlikler ($r=-.24, p<.001$), geleceğe bakış ($r=-.13, p<.05$) ve yaşamın zorluklarıyla baş etme ($r=-.19, p<.01$) arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler olduğu saptanırken; Saldırganlık Ölçeği alt ölçeklerinden sözel saldırganlık ile ÖİÖÖ alt ölçeklerinden yaşamını kendi geçmişi ve başkalarının hayatlarıyla kıyaslama ($r=.28, p<.001$), başkalarının yaşamına imrenme ($r=.25, p<.001$) ve karamsarlık ($r=.27, p<.001$) ile pozitif yönde anlamlı ilişkiler saptanmıştır.

Saldırganlık Ölçeği alt ölçeklerinden öfke ile ÖİÖÖ toplam puanı ($r=-.32, p<.001$) ve Öznel İyi Oluş Ölçeği alt ölçeklerinden olumlu ve olumsuz duygular ($r=-.21, p<.001$), amaçlar ($r=-.20, p<.001$), iyimserlik ($r=-.14, p<.05$), ilgi duyulan etkinlikler ($r=-.44, p<.001$), arkadaşlık ilişkileri ($r=-.19, p<.01$), aile ilişkileri ($r=-.12, p<.05$), yaşamın zorluklarıyla baş etme ($r=-.13, p<.05$) arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler bulunurken; Saldırganlık Ölçeği alt ölçeklerinden öfke ile ÖİÖÖ alt ölçeklerinden yaşamını kendi geçmişi ve başkalarının hayatlarıyla kıyaslama ($r=.45, p<.001$), başkalarının yaşamına imrenme ($r=.42, p<.001$) ve karamsarlık ($r=.40, p<.001$) ile pozitif yönde anlamlı ilişkiler saptanmıştır.

SÖ alt ölçeklerinden düşmanlık ile ÖİÖÖ toplam puanı ($r=-.28, p<.001$) ve ÖİÖÖ alt ölçeklerinden olumlu ve olumsuz duygular ($r=-.24, p<.001$), iyimserlik ($r=-.17, p<.01$), ilgi duyulan etkinlikler ($r=-.36, p<.001$), arkadaşlık ilişkileri ($r=-.22, p<.001$), aile ilişkileri ($r=-.15, p<.05$) ve), yaşamın zorluklarıyla baş etme ($r=-.12, p<.05$) arasında negatif yönlü anlamlı ilişkiler saptanırken; Saldırganlık Ölçeği alt ölçeklerinden düşmanlık ile ÖİÖÖ alt ölçeklerinden yaşamını kendi geçmişi ve başkalarının hayatlarıyla kıyaslama ($r=.47,$

$p<.001$), başkalarının yaşamına imrenme ($r=.31$, $p<.001$) ve karamsarlık ($r=.41$, $p<.001$) ile pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur.

Ve nihai olarak Saldırganlık Ölçeği alt ölçeklerinden dolayı saldırganlık ile ÖİÖÖ toplam puanı ($r=-.28$, $p<.001$) ve ÖİÖÖ alt ölçeklerinden amaçlar ($r=-.19$, $p<.01$), iyimserlik ($r=-.12$, $p<.05$), ilgi duyulan etkinlikler ($r=-.38$, $p<.001$), arkadaşlık ilişkileri ($r=-.24$, $p<.001$) ve aile ilişkileri ($r=-.15$, $p<.05$) arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler saptanırken ÖİÖÖ alt ölçeklerinden yaşamını kendi geçmişi ve başkalarının hayatlarıyla kıyaslama ($r=.43$, $p<.001$), başkalarının yaşamına imrenme ($r=.35$, $p<.001$) ve karamsarlık ($r=.43$, $p<.001$) ile pozitif yönde anlamlı ilişkiler saptanmıştır.

4.4 DEMOGRAFİK DEĞİŞKENLER VE ARAŞTIRMA DEĞİŞKENLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİLER

Demografik değişkenlerle araştırma değişkenleri arasındaki ilişkilerin belirlenebilmesi amacıyla bağımsız gruplar için t-testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ve Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi yapılmıştır. Analiz sonuçları ilerleyen başlıklarda aktarılacaktır.

4.4.1 Cinsiyet ve Araştırma Değişkenleri

Araştırma değişkenlerinin cinsiyet değişkeni açısından farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek üzere bağımsız gruplar t-testi analizinden yararlanılmıştır. Analiz sonuçlarına Tablo 4.6.'da yer verilmektedir.

Tablo 4.6. Araştırma Değişkenlerinin Cinsiyet Açısından Karşılaştırılması

Değişkenler	Erkek (N=155)		Kadın (N=116)		
	Ortalama	SS	Ortalama	SS	t
Aile desteği	21.90	5.07	23.22	5.15	-2.11*
Olumlu ve olumsuz duygular	15.75	3.13	16.85	3.18	-2.85*
Amaçlar	13.08	2.57	13.91	2.93	-2.48*
Kendine güven	15.04	2.78	15.85	2.74	-2.38*
İyimserlik	22.16	3.68	23.33	4.14	-2.45*
Aile ilişkileri	10.49	2.17	11.14	2.38	-2.33*

* $p<.05$

Analiz sonuçları incelendiğinde Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği'nin alt ölçeklerinden olan aile desteğinden kadınların aldığı puanlarının ($X=23.22$, $ss:5.15$), erkeklerin aile desteği puanlarından ($X=21.90$, $ss:5.07$) anlamlı derecede yüksek olduğu görülmektedir ($t=-2.11$, $p<.05$).

ÖİÖÖ'nin olumlu ve olumsuz duygular alt ölçek puanları açısından bakıldığında, kadınların puanları ($X=16.85$, $ss:3.18$), erkeklerin puanlarından ($X=15.75$, $ss:3.13$) anlamlı derecede yüksektir ($t=-2.85$, $p<.05$).

Öznel İyi Oluş Ölçeği'nin alt ölçeklerinden olan amaçlar puanlarına bakıldığında, kadınların puanları ($X=13.91$, $ss:2.93$), erkeklerin puanlarından ($X=13.08$, $ss:2.57$) anlamlı derecede yüksek olduğu bulunmuştur ($t=-2.48$, $p<.05$).

Öznel İyi Oluş Ölçeği'nin alt ölçeklerinden olan kendine güven puanları açısından karşılaştırma yapıldığında, kadınların kendine güven puanlarının ($X=15.85$, $ss:2.74$), erkeklerin kendine güven puanlarından ($X=15.04$, $ss:2.78$) anlamlı derecede yüksek olduğu saptanmıştır ($t=-2.38$, $p<.05$).

Öznel İyi Oluş Ölçeği'nin alt ölçeklerinden olan iyimserlik puanları incelendiğinde, kadınların iyimserlik puanlarının ($X=23.33$, $ss:4.14$), erkeklerin iyimserlik puanlarından anlamlı olarak daha yüksek olduğu bulunmuştur ($t=-2.45$, $p<.05$).

Son olarak Öznel İyi Oluş Ölçeği'nin alt ölçeklerinden olan aile ilişkileri puanlarının kadınlar ve erkekler açısından farklılaşıp farklılaşmadığı incelendiğinde, kadınların aile ilişkileri puanlarının ($X=11.14$, $ss:2.38$), erkeklerin aile ilişkileri puanlarından ($X=10.49$, $ss: 2.17$) anlamlı derecede daha yüksek olduğu bulunmuştur ($t=-2.33$, $p<.05$).

Diğer araştırma değişkenleri cinsiyet açısından farklılaşmamaktadır ($p>.05$).

4.4.2 Okunulan Bölüm ve Araştırma Değişkenleri

Araştırma değişkenlerinin çalışma grubunun okudukları bölüm açısından farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır.

Yapılan analizlerin sonucunda elde edilen veriler Tablo 4.7'de gösterilmektedir.

Tablo 4.7. Araştırma Değişkenlerinin Okunulan Bölüm Açısından Karşılaştırılması

Alt boyut	Sınıf grupları	Varyans kaynağı	Kareler toplamı	df	F	p
Kendine güven	BESÖB*	Grup içi	58.43	2	3.846	.023
	AEB**	Gruplar arası	2036.11	268		
	SYB***	Toplam	2094.54	270		
İlgi duyulan etkinlikler	BESÖB*	Grup içi	48.78	2	3.400	.035
	AEB**	Gruplar arası	1922.59	268		
	SYB***	Toplam	1971.37	270		

*Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü; **Antrenörlük Eğitimi Bölümü; ***Spor Yöneticiliği Bölümü

ANOVA sonuçlarına göre, Öznel İyi Oluş Ölçeği'nin alt ölçeklerinden olan kendine güven puanlarının okunulan bölüm açısından farklılaştığı tespit edilmiştir. Farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu saptama amacıyla yapılan Bonferroni çoklu karşılaştırma testi sonucuna göre Antrenörlük Eğitimi Bölümü'ne devam eden katılımcıların kendine güven puanlarının Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü'ne devam eden katılımcıların kendine güven puanlarından anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir ($F_{2-268}=3.85$, $p<.05$).

Öznel İyi Oluş Ölçeği'nin alt ölçeklerinden olan ilgi duyulan etkinlikler puanlarının okunulan bölüm açısından farklılaştığı saptanmıştır. Farklılığın hangi gruplar arasından olduğunu saptamak üzere uygulanan Bonferroni çoklu karşılaştırma testine göre, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü'ne devam eden katılımcıların ilgi duyulan etkinlikler puanlarının, Spor Yöneticiliği Bölümü'ne devam eden katılımcıların ilgi duyulan etkinlikler puanlarından anlamlı derecede yüksek olduğu görülmüştür ($F_{2-268}=3.40$, $p<.05$).

Diğer araştırma değişkenleri, okunulan bölüm açısından herhangi bir farklılaşma göstermemektedir ($p>.05$).

4.4.3 Sınıf ve Araştırma Değişkenleri

Araştırma değişkenlerinin katılımcıların kaçınıcı sınıfta olduklarına göre farklılaşıp farklılaşmadığını saptamak için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır.

Analizden elde edilen bilgiler Tablo 4.8'de gösterilmektedir.

Tablo 4.8. Araştırma Değişkenlerinin Sınıf Açısından Karşılaştırılması

Alt boyut	Sınıf grupları	Varyans kaynağı	Kareler toplamı	df	F	p
İlgi duyulan etkinlikler	1. sınıf	Grup içi Gruplar arası Toplam	147.39	3	7.192	.000
	2.sınıf		1823.98	267		
	3.sınıf		1971.37	270		
	4.sınıf					
Karamsarlık	1. sınıf	Grup içi Gruplar arası Toplam	35.94	3	3.266	.022
	2.sınıf		979.54	267		
	3.sınıf		1015.48	270		
	4.sınıf					

ÖİÖÖ'nin alt ölçeklerinden olan ilgi duyulan puanlarının devam edilen sınıf açısından farklılaştığı saptanmıştır. Farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu saptama amacıyla yapılan Bonferroni çoklu karşılaştırma test sonuçlarına göre, 1. sınıfların ilgi duyulan etkinlikler puanlarının 3. Sınıfların ilgi duyulan etkinlikler puanlarından anlamlı derecede yüksek olduğu ve 2. Sınıfların ilgi duyulan etkinlikler puanlarının da 3. sınıfların ilgi duyulan etkinlikler puanlarından anlamlı derecede yüksek olduğu saptanmıştır ($F_{3-267}=7.19, p<.001$).

Ayrıca Öznel İyi Oluş Ölçeği'nin alt ölçeklerinden olan karamsarlık puanlarının da devam edilen sınıf açısından farklılaştığı saptanmıştır. Farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirleme amacı ile yapılan Bonferroni çoklu karşılaştırma testine göre , 1. sınıfların karamsarlık puanlarının 3. Sınıfların karamsarlık puanlarından anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir ($F_{3-267}= 3.27, p<.05$).

4.4.4 Yaş ve Araştırma Değişkenleri

Araştırma değişkenlerinin yaş ile ilişkisine bakmak için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi'nden yararlanılmıştır. Analiz bulguları Tablo 4.9'da verilmektedir.

Tablo 4.9. Araştırma Değişkenlerinin Yaş ile İlişkisi

	İlgi Duyulan Etkinlikler
Yaş	-.16**

**p<.01

Korelasyon analizi sonucunda yaş ile Öznel İyi Oluş Ölçeği'nin alt ölçeklerinden olan ilgi duyulan etkinlikler arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır (r=-.16, p<.01).

4.4.5 Deneyim ve Araştırma Değişkenleri

Araştırma değişkenlerinin deneyim ile ilişkisine bakmak için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi uygulanmıştır. Analiz sonuçları Tablo 4.10'da sunulmaktadır.

Tablo 4.10. Araştırma Değişkenlerinin Deneyim ile İlişkisi

	Arkadaş desteği
Deneyim	.14*

*p<.05

Korelasyon analizi sonucunda deneyim ile Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği'nin arkadaş desteği alt ölçeği arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır (r=.14, p<.05).

4.4.6 Haftalık Antrenman Sıklığı ve Araştırma Değişkenleri

Araştırma değişkenlerinin haftalık antrenman sıklığı ile ilişkisine bakmak için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi yapılmıştır. Analiz bulguları Tablo 4.11'de aktarılmaktadır.

Tablo 4.11. Araştırma Değişkenlerinin Haftalık Antrenman Sıklığı ile İlişkisi

	Karamsarlık
Haftalık Antrenman Sıklığı	-.15*

*p<.05

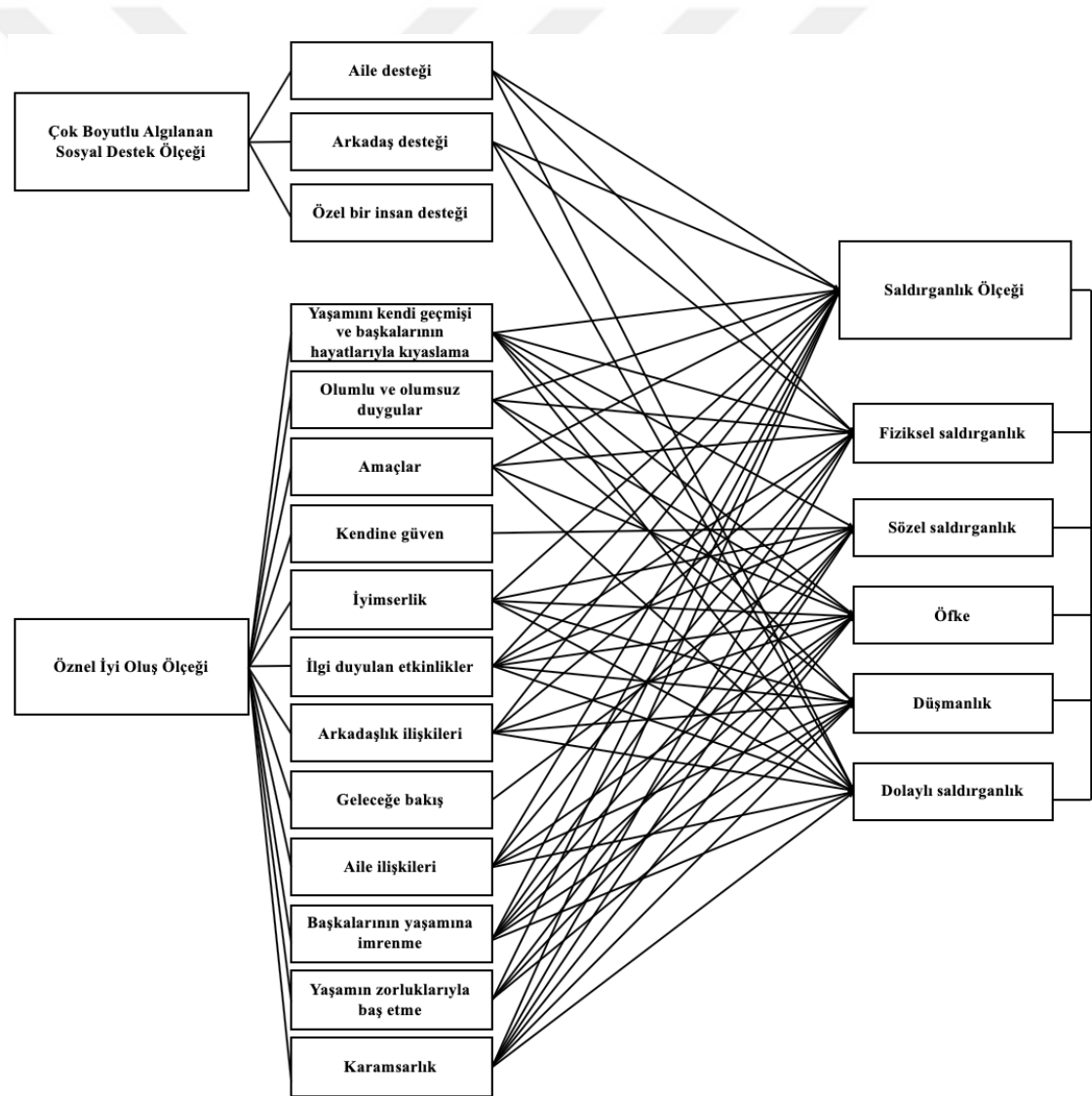
Yapılan analiz sonucunda haftalık antrenman sıklığı ile Öznel İyi Oluş Ölçeği karamsarlık alt ölçeği arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır (r=-.15, p<.05).

4.4.7 Antrenman Süresi ve Araştırma Değişkenleri

Araştırma değişkenlerinin haftalık antrenman süresi ile ilişkisine bakmak için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi yapılmış, yapılan analiz sonucunda hiçbir araştırma değişkeni ile haftalık antrenman süresi arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır ($p > .05$).

4.5 SALDIRGANLIĞI YORDAYAN DEĞİŞKENLER

Bu bölümde, saldırganlığı yordayan değişkenleri tespit edebilmek amacı ile uygulanan çoklu doğrusal regresyon analizinin sonuçlarına yer verilecektir. Regresyon analizi öncesinde, kurulan regresyon modeli Şekil 1’de sunulmuştur.



Şekil 4.1. Saldırganlığı Yordayan Değişkenleri Belirlemek Amacıyla Kurulan Regresyon Modeli

Bu modele, Saldırganlık Ölçeği toplam puanı ve bu ölçeğin alt boyutları ile anlamlı korelasyon gösteren Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği alt boyutları ile Öznel İyi Oluş Ölçeği alt boyutları regresyon denkleminde yordayıcı değişken olarak eklenmiştir. Saldırganlık Ölçeği Toplam puanı ve bu ölçeğin beş alt boyutu ise yordanan değişkenler olarak denkleme eklenip bu amaçla altı tane çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. İlk önce Saldırganlık Ölçeği'nden alınan toplam puanı yordayan değişkenleri saptamak amacı ile gerçekleştirilen regresyon analiz sonuçları aktarılacak, daha sonra Saldırganlık Ölçeği alt ölçeklerini yordayan değişkenleri belirlemek için uygulanan regresyon analizi sonuçları sırasıyla açıklanacaktır.

4.5.1 Saldırganlık Ölçeği Toplam Puanını Yordayan Değişkenler

Saldırganlık Ölçeği toplam puanını yordayan değişkenleri saptamak üzere çoklu doğrusal regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Analize Saldırganlık Ölçeği ile ilişkili görülen değişkenler (Tablo 4.5'den izlenebilir) tek blokta eklenmiştir. Analizden elde edilen bilgiler Tablo 4.12'de olduğu gibidir.

Tablo 4.12. Saldırganlık Ölçeği Toplam Puanını Yordayan Değişkenler

Değişken	B	Beta	R	R ²	Uyarlanmış R ²	F
Aile desteği	-.53	-.12	.62	.38	.37	32.554 ***
Yaşamını kendi geçmişi ve başkalarının hayatlarıyla kıyaslama	1.36	.28				
İyimserlik	-1.04	-.17				
İlgi duyulan etkinlikler	-1.87	-.21				
Karamsarlık	2.60	.21				

***p<.001

Çoklu doğrusal regresyon analiz sonucuna göre Saldırganlık Ölçeği toplam puanlarını, denkleme eklenen değişkenlerden ÇBASDÖ'nin alt ölçeklerinden olan aile desteği, ÖİÖ yaşamını kendi geçmişi ve başkalarının hayatlarıyla kıyaslama, iyimserlik, ilgi duyulan etkinlikler ve karamsarlık alt ölçekleri yordamaktadır. Bu beş değişken toplam varyansın yüzde 37'sini açıklamaktadır ($F_{11-259} = 32.55$, $p < .001$).

4.5.2 Fiziksel Saldırganlığı Yordayan Değişkenler

Fiziksel saldırganlığı yordayan değişkenleri saptamak amacı ile çoklu doğrusal regresyon analizi kullanılmıştır. Analize fiziksel saldırganlık alt boyutu ile korele çıkan değişkenler (Tablo 4.5’den izlenebilir) tek blokta eklenmiştir.

Analiz sonuçlarına Tablo 4.13’te yer verilmektedir.

Tablo 4.13. Fiziksel Saldırganlığı Yordayan Değişkenler

Değişken	B	Beta	R	R ²	Uyarlanmış R ²	F
Aile desteği	-.20	-.14	.58	.34	.32	14.767 ***
Yaşamını kendi geçmişi ve başkalarının hayatlarıyla kıyaslama	.37	.25				
İlgi duyulan etkinlikler	-.41	-.15				
Arkadaşlık ilişkileri	-.40	-.13				
Karamsarlık	.89	.23				

***p<.001

Çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçlarına göre fiziksel saldırganlığı, denkleme eklenen değişkenlerden ÇBASDÖ aile desteği alt ölçeği, ÖİÖÖ yaşamını kendi geçmişi ve başkalarının hayatlarıyla kıyaslama, ilgi duyulan etkinlikler, arkadaşlık ilişkileri ve karamsarlık alt ölçekleri yordamaktadır. Bu beş değişken toplam varyansın yüzde 32’sini açıklamaktadır ($F_{9-261}=14.77$, $p<.001$).

4.5.3 Sözel Saldırganlığı Yordayan Değişkenler

Sözel saldırganlığı yordayan değişkenleri belirlemek amacıyla çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Analize sözel saldırganlık alt boyutu ile korele çıkan değişkenler (Tablo 3.2’den izlenebilir) tek blokta eklenmiştir.

Yapılan analizler doğrultusunda elde edilen sonuçlar Tablo 4.14’de gösterildiği şekildedir.

Tablo 4.14. Sözel Saldırganlığı Yordayan Değişkenler

Değişken	B	Beta	R	R ²	Uyarlanmış R ²	F
Kendine güven	-.78	-.19	.39	.16	.13	6.002 ***
Karamsarlık	.61	.17				

***p<.001

Çoklu doğrusal regresyon analiz sonuçları, sözel saldırganlığı, denkleme eklenen

değişkenlerden Öznel İyi Oluş Ölçeği'nin alt ölçeklerinden kendine güven ve karamsarlık yordamakta olduğunu göstermektedir. Bu iki değişken toplam varyansın yüzde 13'ünü açıklamaktadır ($F_{8-262}=6.00$, $p<.001$).

4.5.4 Öfkeyi Yordayan Değişkenler

Öfkeyi yordayan değişkenleri bulmak amacı ile çoklu doğrusal regresyon analizi kullanılmıştır. Analize öfke alt boyutu ile korele çıkan değişkenler (Tablo 4.5'den izlenebilir) tek blokta eklenmiştir.

Analizler sonucu ulaşılan veriler Tablo 4.15'de gösterilmektedir.

Tablo 4.15. Öfkeyi Yordayan Değişkenler

Değişken	B	Beta	R	R ²	Uyarlanmış R ²	F
Yaşamını kendi geçmişi ve başkalarının hayatlarıyla kıyaslama	.21	.18	.58	.33	.31	12.981 ***
İlgi duyulan etkinlikler	-.46	-.20				
Başkalarının yaşamına imrenme	.52	.17				
Karamsarlık	.41	.13				

*** $p<.001$

Çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçlarına göre, öfkeyi denkleme eklenen değişkenlerden ÖİÖÖ yaşamını kendi geçmişi ve başkalarının hayatlarıyla kıyaslama, ilgi duyulan etkinlikler, başkalarının yaşamına imrenme ve karamsarlık alt ölçekleri yordamaktadır. Bu dört değişken toplam varyansın %31'ini açıklamaktadır ($F_{10-260}=12.98$, $p<.001$).

4.5.5 Düşmanlığı Yordayan Değişkenler

Düşmanlığı yordayan değişkenleri hesaplamak amacı ile çoklu doğrusal regresyon analizi uygulanmıştır. Analize düşmanlık alt boyutu ile korele çıkan değişkenler (Tablo 3.2'den izlenebilir) tek blokta eklenmiştir.

Analizlerden elde edilen sonuçlar Tablo 4.16'da sunulmaktadır.

Tablo 4.16. Düşmanlığı Yordayan Değişkenler

Değişken	B	Beta	R	R ²	Uyarlanmış R ²	F
Yaşamını kendi geçmişi ve başkalarının hayatlarıyla kıyaslama	.30	.28	.58	.33	.31	13.048***
Olumlu ve olumsuz duygular	-.30	-.18				
Amaçlar	-.31	-.16				
İyimserlik	-.24	-.17				
Karamsarlık	.51	.18				

***p<.001

Çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçlarına göre düşmanlığı, denkleme eklenen Öznel İyi Oluş Ölçeği'nin alt ölçeklerinden yaşamını kendi geçmişi ve başkalarının hayatlarıyla kıyaslama, olumlu ve olumsuz duygular, amaçlar, iyimserlik ve karamsarlık yordamaktadır. Bu beş değişken toplam varyansın yüzde 31'ini açıklamaktadır ($F_{10-260}=13.05$, $p<.001$).

4.5.6 Dolaylı Saldırganlığı Yordayan Değişkenler

Dolaylı saldırganlığı yordayan değişkenleri saptamak üzere çoklu doğrusal regresyon analizi uygulanmıştır. Analize dolaylı saldırganlık alt boyutu ile korele çıkan değişkenler (Tablo 4.5'den izlenebilir) tek blokta eklenmiştir.

Analiz sonuçlarından elde edilenler Tablo 4.17'de yer almaktadır.

Tablo 4.17. Dolaylı Saldırganlığı Yordayan Değişkenler

Değişken	B	Beta	R	R ²	Uyarlanmış R ²	F
Yaşamını kendi geçmişi ve başkalarının hayatlarıyla kıyaslama	.19	.18	.55	.30	.27	12.302***
Karamsarlık	.55	.21				

***p<.001

Çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçlarına göre dolaylı saldırganlığı, denkleme eklenen ÖİÖÖ yaşamını kendi geçmişi ve karamsarlık alt ölçekleri yordamaktadır. Bu iki değişken toplam varyansın yüzde 27'sini açıklamaktadır ($F_{9-261}=12.30$, $p<.001$).

5. TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde bulgulardan elde edilen sonuçlar ve sonuçlara dayalı tartışmanın yanı sıra önerilere yer verilmiştir.

5.1 TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışmada, genç yetişkin spor insanlarının saldırganlık, algılanan sosyal destek ve öznel iyi oluş düzeylerinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Yapılan analizler, Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (ÇBASDÖ) alt ölçeklerinden aile desteği ile Saldırganlık Ölçeği (SÖ) toplam puanı arasında ve SÖ alt ölçeklerinden fiziksel saldırganlık ve dolaylı saldırganlık arasında negatif yönde anlamlı ilişki olduğunu göstermektedir. Buna göre, bireylerin ailelerinden aldıkları destek arttıkça fiziksel ve dolaylı saldırganlıklarının yanı sıra genel saldırganlık düzeylerinde bir azalma olduğu söylenebilir. Araştırmamızdaki bu bulgu, alanyazındaki farklı çalışmaların (Yalçın 2004; Ustabas 2011) sonuçları ile benzerlik göstermektedir. Yine, benzer şekilde Haskan Avcı ve Yıldırım (2014) da ergenler üzerinde yaptıkları çalışmalarında, yüksek şiddet eğilimi olan gruplarda, aile, öğretmen ve arkadaş desteği düzeylerinin manidar olarak daha düşük olduğunu ortaya koymuşlardır.

Çalışmada ayrıca, ÇBASDÖ aile desteği alt ölçek puanı ile Öznel İyi Oluş Ölçeği (ÖİÖÖ) toplam puanının yanı sıra ÖİÖÖ amaçlar, olumlu ve olumsuz duygular, kendine güven, ilgi duyulan etkinlikler, iyimserlik, geleceğe bakış, aile ve arkadaşlık ilişkilerinin yanı sıra yaşamın zorluklarıyla baş etme alt ölçekleri arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler olduğu saptanmıştır.

Araştırmanın algılanan sosyal destek ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkileri gösteren bir diğer bulgusuna göre, ÇBASDÖ arkadaş desteği alt ölçeği ile ÖİÖÖ toplam puanı ve ÖİÖÖ amaçlar, kendine güven, iyimserlik, geleceğe bakış, aile ve arkadaşlık ilişkileri, ve yaşamın zorluklarıyla baş etme alt ölçekleri arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmaktadır.

Bir diğer araştırma bulgusu, ÇBASDÖ özel bir insan desteği alt ölçeği ile ÖİÖÖ toplam puanı, ÖİÖÖ olumlu ve olumsuz duygular, kendine güven, iyimserlik, geleceğe bakış ile

aile ve arkadaşlık ilişkilerinin yanı sıra yaşamın zorluklarıyla baş etme alt ölçekleri arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğunu göstermektedir.

Buna göre, bireylerin aile, arkadaş ve özel bir insandan alınan destek algılarındaki artışın, genel olarak öznel iyi oluş, kendine güven, iyimserlik, geleceğe bakış, aile ve arkadaşlık ilişkilerinin yanı sıra yaşamın zorluklarıyla baş etme becerilerini arttırdığı söylenebilir. Ayrıca, araştırmada elde edilen diğer bulgular; aileden ve arkadaştan alınan destek algısındaki artışın amaçlar, aileden ve özel bir insandan alınan destek algısındaki artışın duygular, buna ek olarak algılanan aile desteğindeki artışın ilgi duyulan etkinlikler üzerinde artış yarattığını ortaya koymaktadır.

Benzer şekilde, Çevik (2010) de öğrencilerle yaptığı araştırmada, algılanan sosyal destek ve öznel iyi oluş arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulmuştur. Şahin (2011) ise çalışmasında, algılanan sosyal destek ve öznel iyi oluş puanları arasında pozitif yönlü yüksek düzeyde, algılanan sosyal destek ve kendini açma puanları arasında pozitif yönlü yüksek düzeyde, ayrıca öznel iyi oluş ve kendini açma puanları arasında pozitif yönlü orta düzeyde ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Gündoğan (2012) tarafından yapılan çalışma sonuçları da, bizim bulgularımızı destekler niteliktedir. Gündoğan'a (2012) göre, öznel iyi oluşla algılanan sosyal destek arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunmakta, bir diğer ifade ile öğrencilerin algıladıkları sosyal destek arttıkça öznel iyilikleri de artış göstermektedir. Araştırmamızın bu yöndeki bulguları Saygın ve Arslan'ın (2009) çalışmaları ile de desteklenmektedir, araştırmacılar çalışmalarında algılanan sosyal destek ile öznel iyi oluş arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunduğu tespit etmişlerdir.

SÖ alt ölçeklerinden fiziksel saldırganlık ve öfke alt boyutlarının her ikisi ile ÖİÖÖ toplam puanı ve alt ölçeklerinden amaçlar, olumlu ve olumsuz duygular, iyimserlik, ilgi duyulan etkinlikler, aile ve arkadaşlık ilişkileri ile yaşamın zorluklarıyla baş etme arasında negatif yönde; yaşamını kendi geçmişi ve başkalarının hayatlarıyla kıyaslama, başkalarının yaşamına imrenme ve karamsarlık ile pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu ortaya çıkmıştır. Buna göre, fiziksel saldırganlık ve öfke arttıkça, yaşamını kendi geçmişi ve başkalarının hayatlarıyla kıyaslama, başkalarının yaşamına imrenme ve karamsarlığın arttığı, buna ek olarak fiziksel saldırganlık ve öfkedeki artışın amaçlar, duygular, iyimserlik, aile ve arkadaşlık ilişkileri ile yaşamın zorluklarıyla baş etme becerileri üzerinde azaltıcı bir etki yarattığı söylenebilir.

SÖ alt ölçeklerinden sözel saldırganlık ile ÖİÖÖ alt ölçeklerinden iyimserlik, kendine güven, ilgi duyulan etkinlikler, geleceğe bakış ve ayrıca yaşamın zorluklarıyla baş etme arasında negatif yönde; yaşamını kendi geçmişi ve başkalarının hayatlarıyla kıyaslama, başkalarının yaşamına imrenme ve karamsarlık ile pozitif yönde anlamlı ilişkiler saptanmıştır. Bu sonuçlara göre, bireylerin sözel saldırganlıkları arttıkça, yaşamını kendi geçmişi ve başkalarının hayatlarıyla kıyaslama, başkalarının yaşamına imrenmeleri ve karamsarlıklarının arttığı, ancak iyimserlik, kendine güven, ilgi duyulan etkinlikler, geleceğe bakış ve yaşamın zorluklarıyla baş etme becerilerinin azaldığı söylenebilir.

SÖ alt ölçeklerinden düşmanlık ile ÖİÖÖ toplam puanı ve ÖİÖÖ alt ölçeklerinden olumlu ve olumsuz duygular, iyimserlik, ilgi duyulan etkinlikler, aile ve arkadaşlık ilişkileri, yaşamın zorluklarıyla baş etme arasında negatif yönde; yaşamını kendi geçmişi ve başkalarının hayatlarıyla kıyaslama, başkalarının yaşamına imrenme ve karamsarlık ile pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Bu bulgulardan yola çıkılarak, bireylerin düşmanlıkları arttıkça, yaşamını kendi geçmişi ve başkalarının hayatlarıyla kıyaslama, başkalarının yaşamına imrenmeleri ve karamsarlıklarının arttığı, bununla birlikte duyguları, iyimserlikleri, ilgi duyulan etkinlikleri, aile ve arkadaşlık ilişkileri ile yaşamın zorluklarıyla baş etme becerilerinin azaldığı söylenebilir.

Ve son olarak SÖ alt ölçeklerinden dolaylı saldırganlık ile ÖİÖÖ toplam puanı ve alt ölçeklerinden amaçlar, iyimserlik, ilgi duyulan etkinlikler, aile ve arkadaşlık ilişkileri arasında negatif yönde; yaşamını kendi geçmişi ve başkalarının hayatlarıyla kıyaslama, başkalarının yaşamına imrenme ve karamsarlık ile pozitif yönde anlamlı ilişkiler saptanmıştır. Bu bulgulara göre, kişilerin dolaylı saldırganlıkları arttıkça yaşamını kendi geçmişi ve başkalarının hayatlarıyla kıyaslama, başkalarının yaşamına imrenmeleri ve karamsarlıklarının arttığı, bunun yanı sıra dolaylı saldırganlıktaki artışın amaçlar, iyimserlik, ilgi duyulan etkinlikler, aile ve arkadaşlık ilişkileri ile yaşamın zorluklarıyla baş etme becerilerini azaltıcı bir etki yarattığı söylenebilir.

Öznel iyi oluş ile saldırganlık arasındaki ilişkilerin incelenmesi amacıyla yapılan alanyazın taramasında Küçükköse ve Bedel'in (2015) araştırmalarında öznel iyi oluş düzeyleri ile sürekli öfke, öfke içe, öfke dışı ifade tarzları ve stres düzeyleri arasında negatif yönde; buna karşın öznel iyi oluş düzeyleriyle öfke kontrol ifade tarzları arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler bulunduğu görülmüştür. Söz konusu araştırmada, sürekli öfke, öfke ifade tarzları ve stres değişkenlerinin birlikte, öznel iyi oluş değişkeninin

anlamli yordayicisi olduklarinin ortaya konulduğu, bu bulguların araştırmamızın bazı bulguları ile benzerlik göstermekte olduğu tespit edilmiştir.

Martin ve Dahlen'in (2005) alışmalarında, bilişsel duygu düzenleme çerçevesinden yapılan değerlendirmede geç yetişkinlerin fiziksel ve sözel saldırganlık ifade tarzlarının olumsuz nitelikteki adaptif olmayan (diğerlerini ve kendini suçlama) duygu düzenleme stratejileri tarafından açıklandığı grlmektedir. Bu sonuç, bireyin kendi hakkındaki olumsuz düşüncelerini ve başkalarını suçlama eğilimlerini anlamli şekilde yordayan bilişsel başa çıkma teorisine uygun şekilde duygusal sıkıntı ve olumsuz deneyimleriyle yakından ilişkilidir denilebilir.

Günaydın (2008) alışmasında, aile ilişkilerinin düzenlenmesinin saldırganlık puanlarını etkilediğini saptamış, negatif yönlü bu ilişkinin aile ortamıyla ilişkilendirilebileceğini ifade etmiştir. Ayrıca, aile atmosferini etkileyen önemli unsurların başında kişilerarası ilişkilerin gelmekte olduğunu vurgulayarak, bu ilişkilerin zayıflamasıyla saldırganlık düzeyinin arttığına ilişkin yorumda bulunmuştur.

Türkdoğan ve Duru (2012) da, çalışmalarının sonucunda öğrencilerin sosyal ilişkilerinde yakın duygusal bağlar kurmada gösterdikleri başarı ile arkadaşlar, aile yeleri ve dostlar gibi yaşamdaki özel insanlarla doyum verici ilişkiler içinde olmalarının, kendilerini mutlu hissetmelerinin anlamli bir yordayicisi olabileceğine işaret etmişlerdir.

Araştırmada ulaşılan bazı diğer sonuçlar, kadınların ÇBASDÖ aile desteği ve ayrıca İÖÖ olumlu ve olumsuz duygular alt ölçek puanlarının erkeklerin puanlarından anlamli derecede yüksek olduğunu ortaya koymaktadır.

Alanyazın incelendiğinde, öznel iyi oluşla cinsiyet ilişkisini irdeleyen araştırma sonuçlarının karmaşık bulgular ortaya koyduğu grlmektedir. Bazı araştırmalar öznel iyi oluşun cinsiyete göre farklılaştığına işaret ederken (Cenkseven ve Akbaş 2007), bazı araştırmalar iyi oluşla cinsiyet arasında anlamli bir ilişki olmadığını göstermektedir (Katja vd. 2002; Tuzgöl Dost 2006; Kasapoğlu ve Kış 2016). Bu bulgular ve açıklamalar ışığında, kadın ve erkeklerin öznel iyi oluş düzeyinde yaygın olarak kabul edilebilecek anlamli düzeyde bir farklılaşmanın olmadığı, kadın ya da erkek olmanın öznel iyi oluşun önemli bir belirleyicisi olmadığı söylenebilir.

Bu araştırmada, İÖÖ'nin alt ölçeklerinden amaçlar, kendine güven, iyimserlik ve aile ilişkileri puanlarının kadınlar ve erkekler açısından farklılaşıp farklılaşmadığı da

incelenmiş, tüm bu boyutlarda kadınların puanlarının erkeklerin puanlarından anlamlı derecede yüksek olduğu bulunmuştur. Buna göre kadınların öznel iyi oluşun bileşenleri olarak sıralanabilecek amaçlar, kendine güven, iyimserlik ve aile ilişkilerinin erkeklere oranla daha yüksek olduğu söylenebilir.

Ayrıca, kendine güven puanlarının Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencilerinin okumakta oldukları bölüm açısından farklılaştığı tespit edilmiştir. Bulgular, Antrenörlük Eğitimi Bölümü'ne devam eden katılımcıların kendine güven puanlarının Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü'ne devam eden katılımcıların kendine güven puanlarından anlamlı derecede yüksek olduğunu göstermektedir. Bu sonucun; Antrenörlük Bölümü'nde okuyanların Beden Eğitimi ve Spor Bölümü'ndekilere oranla kendine güven duygusunun daha yüksek olması şeklinde açıklanabileceği söylenebilir.

Araştırmanın bir diğer bulgusu, öğrencilerin ilgi duyulan etkinlikler puanlarının okunulan bölüm açısından farklılaştığını ortaya koymaktadır. Bu bulguya göre, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü öğrencilerinin ilgi duyulan etkinlikler puanları, Spor Yöneticiliği öğrencilerinden anlamlı derecede yüksektir. Sonuç olarak, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü'nde okuyanların, Spor Yöneticiliği Bölümü'nde okuyan öğrencilere nazaran ilgi duydukları etkinlik düzeylerinin daha fazla olduğu söylenebilir. Diğer araştırma değişkenleri, okunulan bölüm açısından herhangi bir farklılaşma göstermemektedir.

ÖİÖÖ ilgi duyulan etkinlikler puanlarının devam edilen sınıf açısından farklılaştığı saptanmıştır. Bulgular, 1. ve 2. sınıfların ilgi duyulan etkinlikler puanlarının 3. sınıfların puanlarından anlamlı derecede yüksek olduğunu göstermektedir.

Bir diğer araştırma sonucu, ÖİÖÖ karamsarlık alt boyut puanlarının devam edilen sınıf açısından farklılaştığı yönündedir. Yapılan analizlerde 1. sınıfların karamsarlık puanlarının 3. sınıfların karamsarlık puanlarından anlamlı derecede yüksek olduğu bulunmuştur.

Araştırma değişkenleri ve tanımlayıcı değişkenler arasında yapılan korelasyon analizleri sonucunda yaş ile ÖİÖÖ'nin alt ölçeklerinden olan ilgi duyulan etkinlikler arasında negatif, deneyim ile ÇBASDÖ'nin alt ölçeklerinden olan arkadaş desteği arasında pozitif, haftalık antrenman sıklığı ile ÖİÖÖ'nin alt ölçeklerinden olan karamsarlık arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Araştırma değişkenlerinin haftalık

antrenman süresi ile ilişkisi ayrıca sınınanmış, yapılan analiz sonucuna göre hiçbir araştırma değişkeni ile haftalık antrenman süresi arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Araştırmanın bir diğer amacı saldırganlığı yordayan araştırma değişkenlerini tespit etmektir. Bu amaçla yapılan çoklu doğrusal regresyon analiz sonuçlarından ilki; SÖ toplam puanlarını, denkleme eklenen değişkenlerden ÇBASDÖ'nin alt ölçeklerinden olan aile desteği, ÖİÖÖ'nin alt ölçeklerinden yaşamını kendi geçmişi ve başkalarının hayatlarıyla kıyaslama, iyimserlik, ilgi duyulan etkinlikler ve karamsarlık yordamakta olduğunu göstermektedir. Bu beş değişken toplam varyansın %37'sini açıklamaktadır.

Yine, yapılan çoklu doğrusal regresyon analizi sonucunda, fiziksel saldırganlığı, denkleme eklenen değişkenlerden ÇBASDÖ'nin alt ölçeklerinden olan aile desteği, ÖİÖÖ'nin alt ölçeklerinden yaşamını kendi geçmişi ve başkalarının hayatlarıyla kıyaslama, ilgi duyulan etkinlikler, arkadaşlık ilişkileri ve karamsarlığın yordamakta olduğu görülmüştür. Bulgular, bu beş değişkenin toplam varyansın %32'sini açıklamakta olduğu ortaya koymaktadır.

Çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçlarından bir diğeri ise, sözel saldırganlığın, denkleme eklenen değişkenlerden ÖİÖÖ'nin alt ölçeklerinden kendine güven ve karamsarlık tarafından yordamakta olduğunu göstermektedir. Bu iki değişken toplam varyansın %13'ünü açıklamaktadır.

Bir başka çoklu doğrusal regresyon analizi sonucuna göre öfkeyi, denkleme eklenen değişkenlerden ÖİÖÖ'nin alt ölçeklerinden yaşamını kendi geçmişi ve başkalarının hayatlarıyla kıyaslama, ilgi duyulan etkinlikler, başkalarının yaşamına imrenme ve karamsarlık yordamaktadır. Bu dört değişken toplam varyansın %31'ini açıklamaktadır.

Çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçlarından bir diğeri düşmanlığı, denkleme eklenen ÖİÖÖ'nin alt ölçeklerinden yaşamını kendi geçmişi ve başkalarının hayatlarıyla kıyaslama, olumlu ve olumsuz duygular, amaçlar, iyimserlik ve karamsarlığın yordamakta olduğunu ortaya koymaktadır. Bu beş değişken toplam varyansın %31'ini açıklamakta olduğu bulunmuştur.

Çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçlarından sonuncusu ise dolaylı saldırganlığı, denkleme eklenen ÖİÖÖ'nin alt ölçeklerinden yaşamını kendi geçmişi ve karamsarlık yordamakta olduğunu göstermektedir. Bu iki değişken toplam varyansın %27'sini açıklamaktadır.

Yapılan alanyazın taramasında, Gündoğan'ın (2016) orta öğretim öğrencileri üzerinde yaptığı çalışmada da, algılanan sosyal destek ve öznel iyi oluşun saldırganlığın yordayıcısı olup olmadığını incelediği görölmüş, bu çalışmada algılanan sosyal destek ve öznel iyi oluşun saldırganlığı açıkladığı sonucuna ulaşıldığı tespit edilmiştir. Gündoğan'ın (2016) söz konusu çalışmasında öznel iyi oluşun anlamlı olarak bir yordayıcı, algılanan sosyal desteğin ise anlamlı bir yordayıcı olmadığının bulunduğu belirlenmiştir.

5.2 ÖNERİLER

Araştırma sonucunda elde edilen bulgular ve sonuçlar doğrultusunda oluşturulan öneriler aşağıdaki gibidir;

1. Toplumsal yaşamın esenlik temelinde inşası mümkün olabileceğinden, bireylerin birlik, bütönlük ve iyilik hallerinin korunması, düzenlenmesi ve sürdürölmesi sosyal yaşam içine sızan saldırganlık içerikli davranışların azaltılmasıyla sağlanabileceği düşünölmektedir. Bu bağlamda; gerek kamu gerekse özel kuruluşların toplumun her kesiminden, farklı yaş ve cinsiyetteki bireylere farkındalık katmak üzere eğitim, seminer ve konferanslar yoluyla ulaşması,
2. Akademik yaşamda öznel iyilik halinin artırılmasında etken olarak değerlendirilen sosyal destek unsurunun tüm öğretim üyeleri tarafından öğrencilere etkin bir biçimde sunulabilmesi için akademisyen eğitimcinin eğitimi programlarının düzenlenmesi,
3. Akademik öğrenmenin sosyal yaşama entegre edilebilirliğinin sağlanmasının öğrenenlerin algıladıkları desteği artıracağı düşüncesinden hareketle, yaşamsal öğrenmeye dayalı ders içeriklerinin çoğaltılması,
4. Beden eğitimi ve spor bilimleri alanında, saldırganlığı tetikleyici unsurlar arasında sayılan sporcuların yaygın şekilde kullandığı ifade edilen takviyeler ve doping etkili ürünlerin iyi oluş üzerindeki etkilerini ortaya koyan çalışmaların desteklenmesi ile performans kaygısını baskılama bağlamında kullanılan maddelerin kısa, orta ve uzun vadede sağlık ve esenlik üzerinde yaratacağı sonuçlar hakkındaki bilgiler çoğaltılabilir. Bu bilgilerin, çeşitli yazılı ya da görsel iletişim araçlarıyla toplumun tüm fertlerine ulaşması sağlanabilir.

KAYNAKÇA

- Akdoğan, S.D. (2012). Anne-Babası Boşanmış ve Boşanmamış Ergenlerin Algılanan Sosyal Destek Düzeylerinin İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Aktaş, V. (2001). Çocuklarda Saldırganlık ile Olumsuz Niyet Yükleme Eğilimleri Arasındaki İlişkiler. *Yüksek Lisans Tezi*, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Ardahan, M . (2010). Sosyal Destek ve Hemşirelik. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*. 9(2), 68-75.
- Asıcı E. (2018). Affetme Odaklı Grup Rehberliğinin Ergenlerin Saldırganlık ve Öznel İyi Oluşları Üzerindeki Etkisi. *Doktora Tezi*, Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Asma, M. (2008). Okullar Arası Karşılaşmalara Katılan Sporcu Öğrencilerin Saldırganlık Algılarının Sosyal-Bilişsel Öğrenme Kuramı Açısından İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Bakırcıoğlu, R. (2011). *Çocuk ve ergenlerde ruh sağlığı*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Başer, Z. (2006). Aileden Algılanan Sosyal Destek ile Kendini Kabul Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*, Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.
- Bayraktar, Ö. (2011). Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Sosyal Destek Düzeyleri ile Duygusal Zekâları. *Yüksek Lisans Tezi*, Selçuk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Bayraktutan, F. (2005). Aile İçi İlişkiler Açısından İnternet Kullanımı. *Yüksek Lisans Tezi*, İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Berkowitz, L. (1993). *Aggression*. New York: Mcgraw-Hill.
- Binbaşoğlu, C. (2004) *Aile ve okulda eğitim sorunları*. İstanbul: Milli Eğitim Bakanlığı Yayınları.

- Boysan, M. (2012). Üniversite Öğrencilerinde Erken Dönem Uyumsuz Şemalar, Başa Çıkma Stilleri ve Öznel İyi Oluş Arasındaki İlişkilere Yönelik Bir Model Sınaması. *Doktora Tezi*, Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Buss, A.H. and Perry, M. (1992). The aggression questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63(3), 452.
- Canbay, H. (2010). Lise Öğrencilerinin Öznel İyi Oluş Düzeyleri ile Sosyal Beceri Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*, Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Cüceloğlu, D. (1999). *İnsan ve davranışı, psikolojinin temel kavramları*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Cüceloğlu, D. (2000). *Yeniden insan insana*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Çavdar, S. (2018). Lise Öğrencilerinin Öfke Kontrolleri Saldırganlık Eğilimleri ve Tolerans Düzeylerinin Spora Katılım Açısından Değerlendirilmesi. *Doktora Tezi*, Trabzon Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Trabzon.
- Çelik, H. ve Kocabıyık, O. (2014). Genç Yetişkinlerin Saldırganlık İfade Biçimlerinin Cinsiyet ve Bilişsel Duygu Düzenleme Tarzları Bağlamında İncelenmesi. *Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. 4(1), 139-155.
- Çevik, N. (2010). Lise Öğrencilerinin Öznel İyi Oluşlarını Yordayan Bazı Değişkenler. *Yüksek Lisans Tezi*, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Dervent, F. (2007). Lise Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeyleri ve Sportif Aktivitelere Katılımla İlişkisi. *Yüksek Lisans Tezi*, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Deveci, H. (2006) İlköğretim Çocuklarının Şiddet Algısı. *1. Şiddet ve Okul: Okul Çevresinde Çocuğa Yönelik Şiddet ve Alınabilecek Tedbirler*, 2006, Uluslararası Katılımlı Sempozyumu Bildiri Özetleri (28-31 Mart), İstanbul.
- Diener, E. (1984). Subjective Well-Being. *Psychological Bulletin*. 95(3), 542-575.
- Diener, E. (2006). *Frequently Answered Questions (FAQ's) About Subjective Well Being* <http://labs.psychology.illinois.edu/~ediener/faq.html#SWB>, [Erişim tarihi: 20 Nisan 2019]

- Dökmen, Ü. (1988). Empatinin Yeni Bir Modele Dayanarak Ölçülmesi ve Psikodrama ile Geliştirilmesi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Dergisi*. 21(1-2), 155-190.
- Dökmen, Ü. (2003). *Sanatta ve günlük yaşamda iletişim çatışmaları ve empati*. İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Durak, N. (2006). Son Çocukluk Dönemi Öğrencilerinin Saldırganlıklarını Belirlemeye Yönelik Sosyal Uyum Düzeyinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*, Niğde Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Niğde.
- Ergün, M. (1994) *Eğitim sosyolojisine giriş eğitim ve toplum*. Ankara: Ocak Yayınları.
- Eroğlu, S.E. (2009). Saldırganlık Davranışının Boyutları ve İlişkili Olduğu Faktörler: Lise ve Üniversite Öğrencileri Üzerine Karşılaştırmalı Bir Çalışma. *Doktora tezi*, Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Eryılmaz, A. (2009). Başa Çıkma Stratejilerinin Kişilik Özellikleriyle Ergen Öznel İyi Oluşu Arasındaki Aracı Rolü. *Doktora Tezi*, Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Geçtan, E. (2006). *Psikanaliz ve sonrası*. 12inci Baskı. İstanbul: Metis yayıncılık.
- Gümüş, Y.S. (2011). Saldırganlık ile Aile İçi Şiddet Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*, İstanbul Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Gümüşdağ, H. (2004) Profesyonel Futbolda Fauller ve Saldırganlık Teorileri Bakımından Değerlendirilmesi. *Doktora Tezi*, Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Gündoğan, S. (2016). Ortaöğretim Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeylerinin Algılanan Sosyal Destek ve Öznel İyi Oluş Açısından İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*, Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya
- Gündoğdu, R. ve Yavuzer, Y. (2012). Öğretmen Adaylarının Öznel İyi Oluş ve Psikolojik İhtiyaçlarının Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. 1(23), 115-131.
- Haskan Avcı, Ö. ve Yıldırım, İ. (2014). Ergenlerde Şiddet Eğilimi, Yalnızlık ve Sosyal Destek. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. 29(29-1), 157-168.

- İKiz, S. (2015). Okul Öncesi Dönem Çocuklarında Fiziksel ve İlişkisel Saldırganlığın Ebeveyn Tutumları Açısından İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*, Adnan Menderes Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Aydın.
- İlhan, T. (2009). Üniversite Öğrencilerinin Benlik Uyumu Modeli: Yaşam Amaçları, Temel Psikolojik İhtiyaçlar ve Öznel İyi Oluş. *Doktora Tezi*, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (2005). *Yeni insan ve insanlar*. 10uncu Baskı. İstanbul: Evrim Yayınevi.
- Karaca, M. (2007). Organizasyonlarda Saldırgan Davranışlara Maruz Kalma ve Mağdurların Kişiliğiyle İlişkisi. *Yüksek Lisans Tezi*, Erciyes Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kayseri.
- Karagülmez, Ç., Dinçyürek, S., Kıralp, Y. ve Şahin, S. (2006). İlkokul 5. Sınıf Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. *1. Şiddet ve Okul: Okul Çevresinde Çocuğa Yönelik Şiddet ve Alınabilecek Tedbirler Uluslararası Katılımlı Sempozyum Bildiri Kitabı*, 2006, İstanbul, 119-130.
- Kırımoğlu, H., Parlak, N., Dereceli, Ç. ve Kepoğlu, A. (2008). Lise Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeylerinin Spora Katılım Düzeylerine Göre İncelemesi. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*. 2(2), 147-154.
- Kızmaz, Z. (2006). Şiddetin Sosyo-Kültürel Kaynakları Üzerine Sosyolojik Bir Yaklaşım. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*. 16(2), 247-267.
- Kozaklı, H. (2006). Üniversite Öğrencilerinde Yalnızlık ve Sosyal Destek Düzeyleri Arasındaki İlişkilerin Karşılaştırılması. *Yüksek Lisans Tezi*, Mersin Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Kuzucu, Y. (2008). *Küçükler için büyüklere çocuk ve ergen ruh sağlığı*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Larsen, D. and Dehle, C. (2007). Rural Adolescent Aggression And Parental Emotional Support. *Adolescence*. 42(165), 25-50.
- Lucas, R.E. (2007). Adaptation And The Set-Point Model Of Subjective Well-Being: Does Happiness Change After Major Life Events? *Current Directions In Psychological Science*. 16(2), 75-79.

- McKillup, S. (2012). *Statistics explained: An introductory guide for life scientists*. 2nd edition. United States: Cambridge University Press.
- Mermer, G., Bilge, A., Yücel, U. ve Çeber, E. (2010). Gebelik ve Doğum Sonrası Dönemde Sosyal Destek Algısı Düzeylerinin İncelenmesi. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*. 1(2), 71-76.
- Oktan, V. (2013). Yalnızlık ve Algılanan Sosyal Destek Düzeyinin Ergenlerdeki Öfkenin Gelişimine Etkisi. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*. 21(21), 183-192.
- Onur, B. (1997). *Çocuk ve ergen gelişimi*. Ankara: İmge Kitabevi.
- Özmen, A. (2004). Seçim Kuramına ve Gerçeklik Terapisine Dayalı Öfkeyle Başa Çıkma Eğitim Programının ve Etkileşim Grubu Uygulamasının Üniversite Öğrencilerinin Öfkeyle Başa Çıkma Becerileri Üzerindeki Etkisi. *Doktora Tezi*, Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Ryff, C.D. (1989). Happiness Is Everything Or Is It? Explorations On The Meaning Of Psychological Well-Being. *Journal Of Personality And Social Psychology*. 57(6), 1069-1081.
- Saygın, Y. (2008). Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Destek, Benlik Saygısı ve Öznel İyi Oluş Düzeylerinin İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*, Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Seligman, M.E.P. (2002). *Gerçek mutluluk*. Ankara: HYB Basım Yayın.
- Solak, N. (2011). Spor Yapan ve Yapmayan Ortaöğretim Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeyleri ile Empatik Eğilim Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi (Çorum İli Örneği). *Yüksek Lisans Tezi*, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Sökmen A. (2018). Üsküdar Üniversitesi Öğrencilerinde Saldırganlık ve Akademik Özyeterlik Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*, Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Şahin, G.N (2011). Üniversite Öğrencilerinin Kendini Açma, Öznel İyi Oluş ve Algıladıkları Sosyal Destek Düzeylerinin Karşılaştırılması. *Yüksek Lisans Tezi*, Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.

- Şahin, H. (2004). Öfke Denetimi Eğitiminin Çocuklarda Gözlenen Saldırgan Davranışlar Üzerindeki Etkisi. *Doktora Tezi*, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Tabachnick, B.G. and Fidell, L.S. (2013). *Using multivariate statistics*. 6th. Edition. United States: *Pearson Education*.
- Tanrıverdi, S. (2012). Ortaöğretim Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı İle Algılanan Sosyal Destek Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*, Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Van.
- Türkdoğan, T. (2010). Üniversite Öğrencilerinde Temel İhtiyaçların Karşılama Düzeyinin Öznel İyi Oluş Düzeyini Yordamadaki Rolü. *Yüksek Lisans Tezi*, Pamukkale Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Denizli.
- Ustabaş, S. (2011). İlköğretim 8.Sınıf Öğrencilerinin Saldırganlık ve Algılanan Sosyal Destek Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Wilcox, R.R. (2012). *Modern statistics for the social and behavioral sciences: A practical introduction*. United States: Chapman & Hall/CRC Press.
- Yavuz, Ç. (2006). Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Öğrencilerinde Öznel İyi Olma Hali, Psikiyatrik Belirtiler ve Bazı Kişilik Özellikleri. *Yüksek Lisans Tezi*, İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yeğen, B. (2008). Ortaöğretim Öğrencilerinin Sosyal Uyumları ile Saldırganlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi (Kadıköy İlçesi Örneği). *Yüksek Lisans Tezi*, Yeditepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yetim, A. (2000). *Sosyoloji ve spor*. Ankara: Topkar Matbaacılık.
- Yıldırım, İ. (1997). Algılanan Sosyal Destek Ölçeğinin Geliştirilmesi Güvenirliği ve Geçerliği. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. 13(3), 81-87.
- Yılmaz, S. (2013). Spor Yapan ve Yapmayan Ortaöğretim Öğrencilerinin Empatik Eğilimleri ile Saldırganlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi (İstanbul İli Bayrampaşa İlçesi Örneği). *Yüksek Lisans Tezi*, Yeditepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Zorlu, Y. (2016). Medyadaki Şiddet ve Etkileri. *Humanities Sciences*. 11(1), 13-32.

EKLER

EK A.1 Kişisel Bilgi Formu

KİŞİSEL BİLGİ FORMU

1- Yaşınız :

2- Cinsiyetiniz : 1. () E 2. () K

3- Öğrenim Durumunuz :

Bölümünüz

Sınıfınız 1. () 1. Sınıf 2.() 2. Sınıf 3.() 3. Sınıf 4.() 4. Sınıf

4- Spor Branşınız :

5- Spor Deneyiminiz: YılAy

6- Antrenman Sıklığınız/Süresi: Haftada Kez

Süre:.....saat /dakika

EK A.2 Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği

ÇBASDÖ

Aşağıdaki verilen maddelerde ifade edilenlerin sizin için ne kadar çok doğru olduğu veya olmadığını 1 ile 7 arasındaki rakamlardan yalnız bir tanesini işaretleyerek belirtiniz.

		Kesinlikle Hayır							Kesinlikle Evet							
1	Ailem ve arkadaşlarımda olmayan ve ihtiyacım olduğunda yanımda olan bir insan (örneğin; flört, nişanlı, sözlü, akraba, komşu, doktor) var.	1	2	3	4	5	6	7								
2	Ailem ve arkadaşlarımda olmayan ve sevinç ve kederlerimi paylaşabileceğim bir insan (örneğin; flört, nişanlı, sözlü, akraba, komşu, doktor) var.	1	2	3	4	5	6	7								
3	Ailem bana gerçekten yardımcı olmaya çalışır.	1	2	3	4	5	6	7								
4	İhtiyacım olan duygusal yardımı ve desteği ailemden (örneğin; annem, babam, eşim, kardeşlerim, çocuklarım).	1	2	3	4	5	6	7								
5	Ailem ve arkadaşlarımda olmayan ve beni gerçekten rahatlatan bir insan (örneğin flört, nişanlı, sözlü, akraba, komşu, doktor) var.	1	2	3	4	5	6	7								
6	Arkadaşlarımda bana gerçekten yardımcı olmaya çalışırlar.	1	2	3	4	5	6	7								
7	İşler kötü gittiğinde arkadaşlarıma güvenebilirim.	1	2	3	4	5	6	7								
8	Sorunlarımı ailemle (örneğin; annem, babam, eşim, kardeşlerim, çocuklarım) konuşabilirim.	1	2	3	4	5	6	7								
9	Sevinç ve kederlerimi paylaşabileceğim arkadaşlarımda var.	1	2	3	4	5	6	7								
10	Ailem ve arkadaşlarımda olmayan ve duygularıma önem veren bir insan (örneğin; flört, nişanlı, sözlü, akraba, komşu, doktor) var.	1	2	3	4	5	6	7								
11	Kararlarımı vermemde ailem (örneğin; annem, babam, eşim, kardeşlerim, çocuklarım) bana yardımcı olmaya isteklidir.	1	2	3	4	5	6	7								
12	Sorunlarımı arkadaşlarımla konuşabilirim.	1	2	3	4	5	6	7								

EK A.3 Saldırganlık Ölçeği

SÖ		Hiç Uygun	Çok Az Uygun	Biraz Uygun	Çok Uygun	Tam Uygun
1	Arkadaşlarım çok münakaşacı olduğumu söyler	1	2	3	4	5
2	Şans hep başkalarına gülüyor, hep onlardan yana oluyor.	1	2	3	4	5
3	Birden parlarım ama çabuk sakinleşirim.	1	2	3	4	5
4	Kendimi sık sık diğer insanlarla tartışırken bulurum.	1	2	3	4	5
5	Bazen hayatın bana adaletli davranmadığını düşünürüm.	1	2	3	4	5
6	İnsanlarla aynı fikirde olmazsam onlarla tartışmaktan kendimi Alıkoyamam	1	2	3	4	5
7	Bazen ortada hiçbir neden yokken parlarım.	1	2	3	4	5
8	Kız ya da erkek birisi beni kışkırtırsa ona vurabilirim.	1	2	3	4	5
9	Bazen neden bu kadar katı olduğumu merak ediyorum.	1	2	3	4	5
10	Tanıdığım insanları tehdit ettiğim olmuştur.	1	2	3	4	5
11	Biri çok üzerime geldiğinde, beni sıkıştırdığında ona vurabilirim.	1	2	3	4	5
12	Öfkemi kontrol etmekte zorluk çekerim.	1	2	3	4	5
13	Eğer çok kızarsam o kişinin yaptığı işleri berbat edebilirim.	1	2	3	4	5
14	Kapıyı arkadan gelenin yüzüne kapatacak kadar çıldırabilirim.	1	2	3	4	5
15	İnsanlar bana patronluk tasladıklarında onların inadına işi ağırdan alırım.	1	2	3	4	5
16	İnsanlar bana nazik davrandıklarında ne isteyeceklerini merak ederim.	1	2	3	4	5
17	Her şeyi dağıtacak kadar çılgınlaşabilirim.	1	2	3	4	5
18	Bazen sevmediklerim hakkında dedikodu yayar, çamur atarım.	1	2	3	4	5
19	Ben sakin biriyim.	1	2	3	4	5
20	İnsanlar beni kızdıırırlarsa onlara gerçek düşüncelerimi söyleyebilirim.	1	2	3	4	5
21	Bazen insanların bana arkamdan güldüklerini hissederim.	1	2	3	4	5
22	İstedigimi elde edemediğim zaman kızgınlığımı gösteririm.	1	2	3	4	5
23	Bazen birine vurma isteğimi kontrol edemem.	1	2	3	4	5
24	Pek çok insandan daha sık kavga ederim.	1	2	3	4	5
25	Eğer biri bana vurursa ben de ona vururum.	1	2	3	4	5
26	Arkadaşımla aynı fikirde olmadığımda bunu açıkça söylerim.	1	2	3	4	5
27	Haklarımı korumak gerektiğinde şiddete başvurmam gerekir ise hiç çekinmem.	1	2	3	4	5
28	Fazla dostça davranan yabancılara güvenmem.	1	2	3	4	5
29	Bazen kendimi patlamaya hazır bir bomba gibi hissederim.	1	2	3	4	5
30	Beni gerçekten rahatsız edenlere susarak, ilgilenmeyerek tepki veririm.	1	2	3	4	5
31	Arkadaşlarımın arkamdan benim hakkımda konuştuklarını bilirim.	1	2	3	4	5
32	Bazı arkadaşlarım benim düşünmeden hareket ettiğimi söylerler.	1	2	3	4	5
33	Bazen hiçbir şeyi düşünemeyecek kadar kıskanç olurum	1	2	3	4	5
34	El şakası yapmaktan hoşlanırım.	1	2	3	4	5

EK A.4 Öznel İyi Oluş Ölçeği

ÖİÖÖ						
Bu envanterde kişiliğinizin ve yaşamınızın çeşitli yönlerine ilişkin ifadeler bulunmaktadır. Bu ifadeleri tek tek okuyarak, ifadenin size ne derece uygun olduğuna karar veriniz.		Hiç Uygun	Biraz Uygun	Orta Derecede	Çoğunlukla	Tamamen
1	Geleceğe yönelik planlar yapmaktan hoşlanırım.	1	2	3	4	5
2	Yaşamımda zevk alarak yaptığım etkinlik sayısı azdır.	1	2	3	4	5
3	Genel olarak kendimi neşeli hissediyorum.	1	2	3	4	5
4	Geriye dönüp baktığımda istediklerimin çoğunu elde edemediğimi görüyorum.	1	2	3	4	5
5	Kişilik özelliklerimden genel olarak memnunum.	1	2	3	4	5
6	İstediğim nitelikte ve sayıda arkadaşım olmamasına üzülüyorum.	1	2	3	4	5
7	Günlük yaşamımdaki sorumluluklarımı başarıyla yerine getiririm.	1	2	3	4	5
8	Ulaşmak istediğim ideallerim var.	1	2	3	4	5
9	İlgi ve yeteneklerime uygun etkinliklerin yaşamımdaki yeri istediğim ölçüdedir.	1	2	3	4	5
10	Küçük sorunları bile büyütürüm.	1	2	3	4	5
11	Kendimi genel olarak canlı ve enerjik hissedirim.	1	2	3	4	5
12	Yakın gelecekte yaşamımda güzel gelişmeler olacağına inanıyorum.	1	2	3	4	5
13	Kişilerarası ilişkilerde sıklıkla hayal kırıklığı yaşıyorum.	1	2	3	4	5
14	Yaşamıma beni ona bağlayacak anlamlar katmakta zorlanmam.	1	2	3	4	5
15	Beni eğlendiren faaliyetlere yeterince katılmıyorum.	1	2	3	4	5
16	Umutlarımın gerçekleşeceğine inanıyorum.	1	2	3	4	5
17	Mümkün olsa geçmiş hayatımı değiştirim.	1	2	3	4	5
18	Ailemle olan ilişkilerimden memnunum.	1	2	3	4	5
19	Genelde hüzünlü ve düşünceliyim.	1	2	3	4	5
20	Yaşamımda yapmam gerekenleri düşünmek hoşuma gider.	1	2	3	4	5
21	Kendimi yalnız hissediyorum.	1	2	3	4	5
22	Amaçlarıma ulaşmak için çevremdeki olanakları etkili bir şekilde kullanabilirim.	1	2	3	4	5
23	Genel olarak kendimi huzurlu hissediyorum.	1	2	3	4	5
24	Başkalarının mutlu görüldüğü kadar mutlu olmayı isterdim.	1	2	3	4	5
25	Sorunları yaşamın öğretici ve doğal bir parçası olarak görürüm.	1	2	3	4	5
26	Çevremdeki insanların yaşamlarına imreniyorum.	1	2	3	4	5
27	Amaçlarıma ulaşmak için yeterince kararlı davranabilirim.	1	2	3	4	5
28	Yaşamımı genel olarak monoton ve sıkıcı buluyorum.	1	2	3	4	5
29	Sosyal ilişkilerimdeki girişkenlik yanımdan hoşnutum.	1	2	3	4	5
30	Kendime hedefler koymakta zorlanıyorum.	1	2	3	4	5
31	İç dünyanın zaman geçtikçe zenginleştiğini hissediyorum.	1	2	3	4	5
32	Tanıdığım insanların çoğundan daha fazla sıkıntım var.	1	2	3	4	5
33	Yaşamın zorluklarıyla başetme gücüme güveniyorum.	1	2	3	4	5

EK A.5 Etik Kurul Karar Örneği



T.C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
ETİK KURUL BAŞKANLIĞI

ETİK KURULU KARAR ÖRNEĞİ

TOPLANTI TARİHİ : 10.05.2019
TOPLANTI SAYISI : 2019-12

KARAR NO:2019-12-12 : Sağlık Bilimleri Enstitüsü Hareket ve Antrenman Bilimleri Tezli Yüksek Lisans Programı öğrencisi Sebahat YALÇIN'ın "Genç Yetişkin Spor İnsanlarının Saldırganlık Düzeylerinin Algılanan Sosyal Destek ve Öznel İyi Oluş Açısından İncelenmesi" konulu tezi hakkında yapacağı anket çalışmasının, etik kurallara uygun olup olmadığını tespit etmek üzere, Etik Kurulumuzun 26.04.2019 tarih ve 2019-11 sayılı toplantısında, İGÜ Etik Kurul Yönergesinin 12(1) maddesine göre değerlendirme yapmak üzere görevlendirilen öğretim elemanlarının raporları incelenmiş olup, ilgili çalışmada yer alan bilimsel araştırmanın etik kurallara uygun olduğuna oy birliği ile karar verilmiştir.

ASLI GİBİDİR

Prof.Dr. Nuri KURUOĞLU
Rektör Yardımcısı

10 Mayıs 2019

ÖZGEÇMİŞ

1. **Adı Soyadı:** Sebahat Yalçın
2. **Doğum Yeri ve Yılı :** Çiçekdağı, 1992
3. **Uyruğu:** T.C.
4. **Medeni hali:** Bekar
5. **E-posta:** sbhtgs40@outlook.com

6. Öğrenim Durumu:

Derece	Ala	Üniversite	Yıl
LİSANS	ANTRENÖRLÜK	AHI EVRAN ÜNİVERSİTESİ	2016
LİSE		ŞEHİR ÖĞRETMEN BAYRAM TEKİN	2010

7. İş Deneyimi

Kurum	Görevi	Süre (Yıl - Yıl)
RAMADA RESORT TERMAL OTEL	CANKURTARAN	2 YIL

8. Alan İle İlgili Sertifikalar ve Belgeler

TENİS ANTRENÖR
WELNESS ANTRENÖR
CANKURTARAN BRONZ
ULUSLAR ARASI ÇOCUK ATLETİZMİ