

Spor Bilimleri Alanındaki Üniversite Öğrencilerinin Benlik Saygıları ile Etkileşim Kaygıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Hayri AYDOĞAN¹, Oğulcan GÜNER²

DOI: <https://doi.org/10.38021/asbid.1334224>

ORJİNAL ARAŞTIRMA

¹Trabzon Üniversitesi,
Spor Bilimleri
Fakültesi,
Trabzon/Türkiye

²Recep Tayyip Erdoğan
Üniversitesi, Spor
Bilimleri Fakültesi,
Rize/Türkiye

Sorumlu Yazar:
Oğulcan GÜNER
gunerogulcan@hotmail.com

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi:
28.07.2023

Kabul Tarihi:
21.08.2023

Online Yayın Tarihi:
28.12.2023

Öz

Bu çalışmada spor bilimleri alanındaki üniversite öğrencilerinin benlik saygıları ile etkileşim kaygıları arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın örneklemini Doğu Karadeniz Bölgesinde bulunan üniversitelerin Spor Bilimleri Fakülteleri ve Beden Eğitimi ve Spor Yükseköğretim kurumlarındaki öğrencilerden kolayda örnekleme yöntemi ile belirlenen 618 gönüllü öğrenci oluşturmaktadır. Anket tekniği kullanılarak verilerin toplandığı çalışmada, katılımcıların benlik saygılarının ölçülmesi için "Coopersmith Benlik Saygısı Envanteri", etkileşim kaygılarının ölçülmesi için "Etkileşim Kaygısı Ölçeği" kullanılmıştır. Çalışmada toplanan veriler lisanslı SPSS 25.0 istatistik paket programında analiz edilmiştir. Veri analizlerinde betimleyici istatistikler, Two-Way ANOVA, Tukey HSD testi ve basit doğrusal regresyon analizinde yararlanılmıştır. İstatistik açısından anlamlılık düzeyi Alpha (α) yanılma derecesi ise $p<0.05$ olarak kabul edilmiştir. Analiz sonuçlarına göre öğrencilerde benlik saygıları düzeyleri arasında cinsiyet ve lisanslı spor yapma değişkenine göre anlamlı farklılık bulunmazken, yaş değişkenine göre anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Öğrencilerin etkileşim kaygılarında ise cinsiyet ve yaşlarına göre anlamlı farklılıklar bulunurken, lisanslı spor yapma durumuna göre anlamlı farklılık bulunmamıştır. Ayrıca araştırmanın ana problem cümlesi özelinde spor bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerin benlik saygılarının, etkileşim kaygılarının anlamlı bir yordayıcısı olduğu ve benlik saygıları ile etkileşim kaygıları arasında negatif yönde anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir. Sonuç olarak spor bilimleri öğrencilerinin benlik saygısı düzeyleri arttıkça etkileşim kaygı düzeylerinde azalma olduğu belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Spor Bilimleri Öğrencisi, Benlik Saygısı, Etkileşim Kaygısı.

Examining the Relationship Between Self-Esteem and Interaction Anxiety of University Students in Sport Sciences

Abstract

In this research, it was aimed to examine the relationship between self-esteem and interaction anxiety of university students in the field of sports sciences. The sample of the research consists of 618 volunteer students determined by convenience sampling method from the students of the Faculty of Sports Sciences and the School of Physical Education and Sports at universities located in the Eastern Black Sea Region. In the research, data were collected using the questionnaire technique, the "Coopersmith Self-Esteem Inventory" was used to measure the self-esteem, and the "Interaction Anxiety Inventory" was used to measure the interaction anxiety of the participants. The data obtained in the research were analyzed in the licensed SPSS 25.0 statistical package program. In the analysis of the data, descriptive statistics, Two-Way ANOVA, Tukey HSD test and simple linear regression analysis were used. Statistically significance level accepted as Alpha (α) and error level was accepted as $p<0.05$. According to the results of the analysis, while there was no significant difference in the self-esteem of the students according to the gender and doing licensed sports variables, there were significant differences according to the age variable. While there were significant differences in students' interaction anxiety according to gender and age variables, no significant difference was found according to the variable of doing licensed sports in addition, it was determined that the interaction anxiety of students studying in the field of sports sciences in the general problem sentence of the research is a significant predictor of self-esteem, and there is a significant negative deficiency difference between self-esteem and interaction anxiety. As a result, it was determined that as the self-esteem levels of sports science students increased, their interaction anxiety levels decreased.

Keywords: Sport Sciences Student, Self-Esteem, Interaction Anxiety.

Giriş

Günümüzde farklı disiplinlerden birçok araştırmacı, önemli bir sosyal çalışma disiplini olarak “Benlik Saygısı” ve “Etkileşim Kaygısı” kavramlarına odaklanmaktadır. Benlik saygısı; motivasyonu, işlevsel davranışı ve yaşam doyumunu etkilerken, yaşam boyu iyilik haliyle önemli düzeyde bağlantılıdır. Etkileşim kaygısı ise, kişinin sosyal çevrede iletişim kurmakta zorlanması, iletişimden kaçınması ve iletişime geçmekten korkması olarak tanımlanabilmektedir (Kashdan, 2004). Olumlu bir benlik duygusunu sürdürmeye ve geliştirmeye yönelik davranışların evrensel olması, benlik saygısının temel bir insan ihtiyaı olması ile mümkündür (Greenberg, 2008). Benlik saygısı, sosyal bilimlerde ve günlük yaşamda popüler ve önemli bir yapıdır (Blascovich ve Tomaka, 1993). Benlik saygısı kişilik ve davranış üzerinde temel ve işlevsel bir etkiye sahiptir (Vasconcellos vd. 1989).

Kişiliğin znel yanını oluşturan benlik kavramı (Altunbaş, 2006), insanların kendileri için yaptığı değerlendirmeler (Kulaksızıoğlu, 2000) ve çevresini değerlendirmesi sonucu bulunduğu çevreye karşı tepkiler vermesi olarak açıklanabilir (Bacanlı, 2001). Benlik, bireylerin kendi kişilikleri ile alakalı analizlerinin bütünü, kendisini bilme ve değerlendirme biçimidir. Bu bağlamda benlik, bireyin sahip olduğu özellikleri, hayatındaki amaçları ve istekleri, imkan ve yetenekleri, inanç ve değerlerini içeren, statik olmayan sürekli değişken yapıda bir kavram olarak değerlendirilmektedir (Köknel, 1985). Güçlü bir benlik, insanın kendisiyle ilgili belirlediği değer yargıları ve benliğine yönelik saygısı ile gelişir.

Benlik saygısı en bilinen tanımı ile kişinin kendini değerli, başarılı, önemli ve kabiliyetli olarak görme düzeyi olarak açıklanabilmektedir (Brooks, 2004). Benlik saygısı, insanın kendi benliğini analiz etmesi sonucunda oluşan, kendi kişilik özelliklerinden memnun olup olmaması durumudur. Benlik saygısı Coopersmith (1967)’e göre, bireyin öz saygınlığını algılama biçimi şeklinde değerlendirilmiş ve insanın kendisi ile ilgili yeterli olma, değer görme, başarılı hissetme ve ilkelere sahip olma, kendini kabullenme veya kabullenememe tutumlarının bir ifadesi olarak açıklanmıştır. Bireyler benliklerini değerlendirmeleri sonucunda olumlu veya olumsuz yargılara ulaşılabilir. Bireylerin kendi benliklerini değerlendirmeleri sonucunda olumlu yargılara ulaşmalarının benlik saygısının ykseklığine, olumsuz yargılara ulaşmalarının benlik saygısının düşüklüğüne işaret ettiği söylenebilir. Literatürde benlik saygısı üzerinde yapılan araştırmalarda cinsiyet, ırk, ekonomik düzey, cinsel yönelim ve daha fazla faktörün benlik saygısı düzeyini etkilediği belirtilmiştir (Twenge ve Campbell, 2002; Twenge ve Crocker, 2002). Benlik saygısının yüksek ya da düşük düzeyde ortaya çıkması bireylerin yaşantılarını, duygu, düşünce ve davranışlarını doğrudan etkilemektedir. Bireylerin yüksek benlik saygısına sahip olmaları, çalışma ve sosyal yaşantılarına olumlu yönde etkiler gösterirken, düşük benlik saygısına sahip olmaları ise negatif yönde etkiler gösterebilmektedir.

Benlik saygısı da tıpkı benlik gibi sürekli değişken bir yapıdadır. Kişinin konumuna ve hayatındaki gelişmelere göre zamanla farklılıklar gösterebilmektedir (Sivribaşkara, 2003).

İnsanlar yalnız başlarına kaldıkları ortamlara kıyasla sosyal ortamlarda daha fazla kaygı yaşamaktadırlar. Sosyal ortamlarda, bireylerin yaşadığı kaygının şiddet derecesi kişiden kişiye değişkenlik göstermektedir. Örneğin, bazı kişiler bu kaygıyla rahatlıkla başa çıkabilirken, kaygısı yüksek düzeyde olan kişiler ise iletişimde doğal davranışları göstermede ciddi problemler yaşamaktadırlar (Coşkun, 2009). Örneğin sosyal kaygı düzeyi yüksek kişiler içe kapanık, düşük benlik saygısı olan kendilerini ifade etmekte zorlanan bireyler olarak değerlendirilebilmektedir (Sübaşı, 2010). Sosyal ortamlarda yaşanan kaygı davranışsal, bilişsel ve duygusal kaynaklı olabilmektedir. Etkileşim kaygısı, sosyal kaygının duygusal kaynaklı yansımasıdır. Etkileşim kaygısı, kişinin sosyal çevreyle ilişki kurmakta zorlanması, iletişimden kaçınması ve iletişime geçmekten korkması olarak tanımlanabilmektedir (Kashdan, 2004). Araştırmalar etkileşim kaygısının ergenlik döneminde arttığını aktarmaktadır. Üniversite öğrenciliği dönemi ergenliğin son dönemi olarak kabul edilebilmektedir. Üniversite okuyan gençler artık kendi kararlarını verme sorumluluğunu almaya başlamış bireylerdir. Ayrıca üniversite öğrenciliği dönemi gençlerin yeni bir çevre edindiği ve yeni rol arayışında olduğu bir dönemdir. Bireylerin bu dönemde etkili ilişkiler kurabilmesi çok önemlidir. Bu noktada etkileşim kaygısı kilit rol oynamaktadır diyebiliriz. Nitekim etkileşim kaygı düzeyi yüksek olan gençler bu etkili ilişkileri kurmakta zorlanacaktır (Doğan, 2004; Sübaşı, 2010). Tıpkı etkileşim kaygısında olduğu gibi bireyler, benlik saygısı düzeylerinin yüksek veya düşük olma durumunun sosyal hayatlarını olumlu olumsuz etkilediği ilgili literatürde yapılan araştırmalarda da ortaya konulmuştur (Sevim ve Artan, 2021; Seki ve Dilmaç, 2020; Harris ve Orth, 2020).

İlgili literatür kapsamında benlik saygısı ve etkileşim kaygısı kavramlarının, spor bilimleri alanında öğrenim gören üniversite öğrencilerinin sporun sosyalleştiren etkisi ile örtüşen nitelikte önemli bir örneklem grubu olduğu, özellikle sporun sosyalleştirici etkisinin spor bilimleri alanındaki öğrencilerde daha sık karşılaşılan bir durum olduğu, benlik saygısı ve etkileşim kaygısı kavramlarının diğer insanlarla olumlu etkileşim kurulabilmesinde önemli bir etken olacağından kaynaklı olarak bu araştırmada, spor bilimleri alanındaki üniversite öğrencilerinin benlik saygıları ile etkileşim kaygıları arasındaki ilişki ve bu ilişkinin bazı değişkenler açısından da incelenmesi amaç edinilmiştir.

Gereç ve Yöntem

Bu araştırma, nicel araştırma yöntemlerinin kullanıldığı betimsel bir çalışmadır. Nicel araştırma yöntemleri birçok bilim dalında oldukça yaygın olarak kullanılan bir çalışma biçimidir (Yıldırım, 1999).

Araştırmanın Modeli

Araştırma genel tarama modeli kullanılarak hazırlanmıştır. Bu model, bir olayı oluş biçimiyle betimlemekte yararlanılan bir yaklaşımdır. Genel tarama modeli, kalabalık bir evrende, evren ile ilgili yorumlarda bulunabilmek amacıyla, evreni temsil niteliğinde seçilen bir örneklem ile yapılan çalışmalardır (Karasar, 2012). Araştırmada spor bilimleri alanındaki üniversite öğrencilerinin benlik saygıları ile etkileşim kaygıları arasındaki ilişkinin bazı değişkenlere açısından incelenmesi amaçlanmıştır.

Evren ve Örneklem

Doğu Karadeniz Bölgesi sınırları içerisinde yer alan üniversitelerdeki Spor Bilimleri Fakültesi öğrencileri ile Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokullarında öğrenim gören yaklaşık 5000 öğrenci araştırmanın evrenini oluşturmaktadır. Araştırma örneklemini, evren üzerinden kolayda örnekleme metodu ile belirlenmiş 618 gönüllü öğrenci oluşturmaktadır. Örneklem (sample), evren içerisinde kurallar çerçevesinde seçilen ve seçildiği evreni temsil edebilme özelliğine sahip gruptur (Karasar, 2012).

Veri Toplama Araçları

Araştırma verilerinin toplanmasında spor bilimleri alanındaki üniversite öğrencilerden, araştırmacılar tarafından oluşturulan demografik bilgi formu ile benlik saygısı ve etkileşim kaygısı düzeylerinin ölçüldüğü araçlar kullanılmıştır. Veriler katılımcılardan, ilgili üniversitelerin hibrit eğitim süreçleri içerisinde olmalarından dolayı araştırmacılar tarafından yüz yüze ve çevrimiçi ortamlar aracılığıyla toplanmıştır.

Araştırmada kullanılan veri setleri; araştırmacıların oluşturduğu “Demografik Form”, “Coopersmith Benlik Saygısı Envanteri” ve “Etkileşim Kaygısı Ölçeği” dir.

Coopersmith Benlik Saygısı Envanteri

Stanley Coopersmith’in 1967 yılında geliştirdiği, Turan ve Tufan (1987)’in Türkçe uyarlamasını yaptıkları ölçek, tek faktörlü bir yapıdadır. Coopersmith (1967) ölçek güvenirlik çalışmasında Cronbach alpha katsayısını .86 olarak bulmuştur. Ölçeği ilk kez Türkçeye uyarlayan Turan ve Tufan (1987) geçerlik güvenirlik çalışmasında Cronbach alpha kat sayısını .65 olarak bulmuştur. Araştırmamız örneklem grubunun cronbach alpha katsayısı .75 olarak belirlenmiştir. Ölçek "benim gibi değil" ya da "benim gibi" şeklinde işaretlenen 25 maddeli bir ölçektir.

Etkileşim Kaygısı Ölçeği

Leary ve Kowalski (1993)'in geliştirdiği ve Coşkun (2009)'un Türkçeye uyarlamasını yaptığı tek faktörlü yapıda bir ölçektir. Leary ve Kowalski (1993) ölçek güvenilirlik çalışmasında Cronbach alpha katsayısını .88 olarak belirlemişlerdir. Leary ve Kowalski (1993)'nin bu ölçeğini ilk kez Türkçeye uyarlayan Coşkun (2009), geçerlik güvenilirlik çalışmasında Cronbach alpha katsayısını .91 olarak bulmuştur. Araştırmamız örneklem grubunun cronbach alpha katsayısı .85 olarak belirlenmiştir. Ölçek 5'li likert biçiminde (Hiç Katılmıyorum'dan, Kesinlikle Katılıyorum'a) işaretlenebilen 15 maddeden oluşmaktadır.

Verilerin Analizi

Araştırma verileri lisanslı SPSS 25.0 istatistik programında analiz edilmiştir. Analizlerde ilk olarak tanımlayıcı istatistiklere (frekans, yüzde, ortalama, s.s. vb.) yer verilmiştir. Araştırmadan toplanan verilerinin basıklık ve çarpıklık değerleri incelenerek normal dağılım gösterip göstermedikleri değerlendirilmiştir.

Tablo 1

Verilerin Çarpıklık ve Basıklık (Skewness and Kurtosis) Değerleri

Değişken	Çarpıklık (Skewness)	Basıklık (Kurtosis)
Benlik Saygısı	-0.514	-0.294
Etkileşim Kaygısı	0.002	0.174

*p<0.05

Tablo 1'de verilerin çarpıklık/basıklık değerlerinin -1.5 ve +1.5 aralığında görüldüğü, çarpıklık/basıklık değerlerinin -1.5 ve +1.5 arasında bir değerde olmasının da; verilerin normal dağılım gösterdiği ilgili literatürde aktarılmaktadır (Tabachnick ve Fidell, 2013). Bu sonuçlara göre normal dağılım gösteren verilere göre Çift Yönlü Varyans Analizi (Two-Way ANOVA), Post-Hoc testlerinden olan Tukey HSD testi ve Basit Doğrusal Regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. İstatistiklerin yanılma düzeyi ise p<0.05, anlamlılık derecesi ise Alpha (α) olarak kabul edilmiştir.

Araştırmanın Etiği

Araştırmada uygulama boyutuna başlanmadan önce kurum ve kişilerin onayı alınmıştır. Öncelikle örneklem toplanacak üniversitelerin rektörlüklerinden izin alınmıştır. Daha sonra Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu Başkanlığından çalışmanın etik değerlere uygun olup olmadığına ilişkin olarak başvuruda bulunularak, 14/12/2021 tarih ve 2021/271 sayılı etik kurul onayı alınmış ve mevcut araştırma süresince “*Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi*” çerçevesinde hareket edilmiştir.

Bulgular

Araştırmannın bu bölümünde, katılımcılardan toplanan verilerin incelenmesine yönelik yapılan istatistik analizlerinin sonuçlarına yer verilmiştir.

Tablo 2

Katılımcıların Demografik Özellik Dağılımları

Değişken	Demografik Özellik	Frekans	Yüzde %
Cinsiyet	Kadın	219	35.4
	Erkek	399	64.6
Yaş	18-20	196	31.7
	21-23	325	52.6
	24 ve üzeri	97	15.7
Lisanslı Spor Yapma Durumu	Yapıyorum	579	85.6
	Yapmıyorum	89	14.4

Tablo 2’de yer alan araştırmanın katılımcılarının demografik özelliklerini betimleyici istatistiki analizlerin bulgularına göre; araştırmaya katılan katılımcıların 219’u kadın (%35.4), 399’u erkek (%64.6) öğrenciden oluşmuştur. Bu öğrencilerin 196’sı 18-20 yaş (%31.7), 325’i 21-23 yaş (%52.6) ve 97’si de 24 ve üzeri yaştadır (%15.7). Lisanslı spor yapma durumlarına göre öğrencilerin 579’u (%85.6) lisanslı spor yaparken, 89’u ise spor yapmamaktadır (%14.4).

Tablo 3

Cinsiyet ve Lisanslı Spor Yapma Durumu Değişkenlerine Göre Katılımcıların Benlik Saygısı Düzeylerinin Belirlenmesi İçin Yapılan İki Yönlü ANOVA Testi

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	SD	Ortalama Kare	F	p	Eta Kare
Cinsiyet	204.446	1	204.446	0.778	0.378	0.001
Lisanslı Spor Yapma Durumu	9.667	1	9.667	0.037	0.848	0.000
Cinsiyet * Lisanslı Spor Yapma Durumu	614.25	1	614.25	2.338	0.127	0.004

Tablo 3’te belirtilen İki Yönlü ANOVA testi sonuçlarına bakıldığında; öğrencilerin benlik saygılarıyla cinsiyet ve lisanslı spor yapma durumları arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanamamıştır ($p>0.05$).

Tablo 4

Cinsiyet ve Lisanslı Spor Yapma Durumu Değişkenlerine Göre Katılımcıların Etkileşim Kaygısı Düzeylerinin Belirlenmesi İçin Yapılan İki Yönlü ANOVA Testi

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	SD	Ortalama Kare	F	p	Eta Kare
-------------------	-----------------	----	---------------	---	---	----------

Cinsiyet	940.111	1	940.111	9.925	0.002*	0.016
Lisanslı Spor Yapma Durumu	5.056	1	5.056	0.053	0.817	0.000
Cinsiyet * Lisanslı Spor Yapma Durumu	26.266	1	26.266	0.277	0.599	0.000

Tablo 4’te belirtilen İki Yönlü ANOVA testi sonuçlarına bakıldığında; öğrencilerin etkileşim kaygıları ile lisanslı spor yapma değişkeni arasında bir anlamlılığa rastlanmazken ($p>0.05$), öğrencilerin etkileşim kaygıları ile cinsiyet değişkenleri arasında ise anlamlı farklılığa rastlanmıştır ($p<0.05$). Bu bulgulara göre kadın öğrencilerin etkileşim kaygılarının ($M=41.662\pm 10.365$), erkek öğrencilerin etkileşim kaygılarından ($M=37.669\pm 9.345$) anlamlı şekilde yüksek olduğu belirlenmiştir ($p<0.05$).

Tablo 5

Yaş ve Lisanslı Spor Yapma Durumu Değişkenlerine Göre Katılımcıların Benlik Saygısı Düzeylerinin Belirlenmesi İçin Yapılan İki Yönlü ANOVA Testi

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	SD	Ortalama Kare	F	p	Eta Kare
Yaş	5039.819	2	2519.91	9.844	0.000*	0.031
Spor Yapma Durumu	211.397	1	211.397	0.826	0.364	0.001
Yaş * Lisanslı Spor Yapma Durumu	2523.356	2	1261.678	4.929	0.008*	0.016

Tablo 5’te belirtilen İki Yönlü ANOVA testi sonuçlarına bakıldığında; öğrencilerin benlik saygıları ile lisanslı spor yapma durumları arasında bir anlamlılığa rastlanmazken ($p>0.05$). Öğrencilerin yaşları ile benlik saygıları arasında anlamlı farklılık bulunmuştur ($p<0.05$). Yaş değişkenine göre bu farklılık öğrencilerin benlik saygılarında hangi ikili gruplar arasında kaynaklandığının tespiti için Post-Hoc testlerinden olan Tukey HSD testinden faydalanılmıştır ve Tablo 6’da bu analiz bulguları gösterilmektedir.

Tablo 6

Yaş Değişkenine Göre Katılımcıların Benlik Saygısı Düzeylerinin Belirlenmesi İçin Yapılan Tukey HSD Testi

(I) Yaş	(J) Yaş	Ortalamalar Farkı (I-J)	Std. Hata	p
18-20	21-23	-1.3711	1.44699	0.610
	24 ve üzeri	-6.3234	1.98626	0.004*
21-23	18-20	1.3711	1.44699	0.610
	24 ve üzeri	-4.9523	1.85116	0.021*
24 ve üzeri	18-20	6.3234	1.98626	0.004*
	21-23 ve üzeri	4.9523	1.85116	0.021*

Tablo 6’daki Tukey HSD testi sonuçlarına göre 24 ve üzeri yaştaki öğrencilerin benlik saygılarının ($M=73.690\pm 15.893$), 21-23 yaştaki ($M=68.738\pm 16.038$) ve 18-20 yaştaki

($M=67.367\pm 16.274$) öğrencilerin benlik saygılarından anlamlı seviyede yüksek olduğu bulunmuştur ($p<0.05$).

Tablo 7

Yaş ve Lisanslı Spor Yapma Durumu Değişkenlerine Göre Katılımcıların Etkileşim Kaygısı Düzeylerinin Belirlenmesi İçin Yapılan İki Yönlü ANOVA Testi

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	SD	Ortalama Kare	F	p	Eta Kare
Yaş	900.462	2	450.231	4.773	0.009*	0.015
Lisanslı Spor Yapma Durumu	74.233	1	74.233	0.787	0.375	0.001
Yaş * Lisanslı Spor Yapma Durumu	148.05	2	74.025	0.785	0.457	0.003

Tablo 7’de belirtilen İki Yönlü ANOVA testi sonuçlarına bakıldığında; öğrencilerin etkileşim kaygıları ile lisanslı spor yapma durumları arasında anlamlı farklılığa rastlanmazken ($p>0.05$), öğrencilerin etkileşim kaygıları ile yaşları arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p<0.05$). Yaş değişkene göre öğrencilerin etkileşim kaygılarının hangi ikili gruplar arası anlamlılık olduğunun belirlenmesinde için Post-Hoc testlerinden Tukey HSD testi uygulanmış ve Tablo 8’de bu analiz sonuçlarına gösterilmektedir.

Tablo 8

Yaş Değişkenine Göre Katılımcıların Etkileşim Kaygısı Düzeylerinin Belirlenmesi İçin Yapılan Tukey HSD Testi

(I) Yaş	(J) Yaş	Ortalamalar Farkı (I-J)	Std. Hata	p
18-20	21-23	1.6271	0.87833	0.154
	24 ve üzeri	6.2019	1.20567	0.000*
21-23	18-20	-1.6271	0.87833	0.154
	24 ve üzeri	4.5748	1.12366	0.000*
24 ve üzeri	18-20	-6.2019	1.20567	0.000*
	21-23	-4.5748	1.12366	0.000*

Tablo 8’deki Tukey HSD testi sonuçlarına göre 24 ve üzeri yaştaki öğrencilerin etkileşim kaygılarının ($M=34.711\pm 9.638$), 21-23 yaş ($M=39.286\pm 9.842$) ve 18-20 yaştaki ($M=40.913\pm 9.502$) öğrencilerin etkileşim kaygılarından anlamlı seviyede düşük olduğu belirlenmiştir ($p<0.05$).

Tablo 9

Katılımcıların Benlik Saygıları ve Etkileşim Kaygıları Arasındaki İlişkinin Belirlenmesi İçin Yapılan Regresyon Analizi

Değişken	β	Std. Hata	Beta	t	p
Benlik Saygısı	-0.299	0.021	-0.490	-13.938	0.000*

* Bağımlı Değişken: Etkileşim Kaygısı

* $R = 0.490$ $R^2 = 0.240$ $F_{(1,616)} = 194.281$ $p = 0.000$

Tablo 9’da gösterilen regresyon analizi sonuçları değerlendirildiğinde etkileşim kaygısının, benlik saygısının önemli yordayıcısı olduğu görülmüştür [$R = 0.490$, $R^2 = 0.240$, $F_{(1,616)} = 194.281$, ($p < 0.05$)]. Buna göre etkileşim kaygısına ilişkin toplam varyansın %24’ünün benlik saygısı ile açıklandığını söylenebilir. Ayrıca benlik saygısı ile etkileşim kaygısı arasındaki ilişkinin negatif yönlü olduğu belirlenmiştir. Buna göre öğrencilerin benlik saygı düzeyleri arttıkça etkileşim kaygı düzeylerinin azaldığı söylenebilir.

Tartışma ve Sonuç, Öneriler

Spor bilimleri alanında öğrenim gören üniversite öğrencileri ile sınırlı olan araştırmamızın bu bölümünde, araştırma bulguların yorumlanması ve bu bulguların ilgili literatürde yapılan benzer çalışmalarla tartışılarak değerlendirilmesinden ortaya çıkan sonuçlara yer verilmiştir.

Araştırmamızda cinsiyet ve lisanslı spor yapma değişkinlerine göre spor bilimleri öğrencilerinin benlik saygıları anlamlı düzeyde farklılık göstermese de iki değişken bir arada değerlendirildiğinde spor yapmayan kadın öğrencilerin benlik saygıları erkek öğrencilerden daha yüksek bulunmuş, lisanslı spor yapan erkek öğrencilerin benlik saygılarının ise kadınlardan daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Buna göre lisanslı spor yapmanın erkek öğrencilerde benlik saygısının artmasını desteklediğini söyleyebiliriz. Doğan vd. (2009), Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi öğrencilerinin benlik saygılarını ve sosyal zekâlarını araştırdıkları çalışmalarında, cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılığa rastlamamışlardır. Efiltili ve Çıkılı’nın 2017 yılında yaptıkları Özel Eğitim öğrenimi gören üniversite öğrencilerinin benlik saygılarını ve mesleki benlik saygılarını inceledikleri araştırmalarında erkek ve kadın öğrencilerin benlik saygılarında anlamlı farklılık bulunmadığını belirtmişlerdir. Yukarıda belirtilen araştırmalara karşın; Basco ve Han (2016), Kore’de üniversite öğrenimi gören öğrencilerde benlik saygıları, motivasyon ve kaygılarını araştırdıkları çalışmalarında, kadın öğrencilerin benlik saygılarının erkeklerden yüksek çıktığını belirlemişlerdir. Saygılı vd. (2015), üniversitede farklı eğitim düzeylerindeki öğrencilerin benlik saygılarını araştırdıkları çalışmalarında, öğrencilerin benlik saygılarında cinsiyete göre anlamlı farklılık bulunduğunu ancak spor yapma durumuna göre anlamlı farklılık bulunmadığını belirtmişlerdir.

Literatürdeki farklı araştırma bulguları ile bizim araştırmamız değerlendirildiğinde ortaya konulan sonuçların bazılarının araştırmamızı destekler nitelikte olmasına karşın bazı araştırmalarla da zıtlık içerisinde olduğu görülmektedir. Bu benzerlik ve farklılıkların, örneklem gruplarındaki öğrenim disiplinlerinin farklılığından kaynaklanacağı, bazılarının da benlik saygısı kavramının

tanımlardan da hatırlanacağı üzere değişkenlik gösteren dinamik yapısından ortaya çıkacağı ve ayrıca spor yapmanın sosyalleştirici, birleştirici ve bireyin benlik saygısını geliştirici etkisinden kaynaklanacağı düşünülmektedir.

Araştırmamız bulgularından ortaya çıkan sonuçlara göre öğrenimine spor bilimleri alanında devam eden öğrencilerin etkileşim kaygılarının; cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılıklar içerdiği belirlenirken, lisanslı spor yapma değişkeninde ise anlamlı farklılıklar göstermediği belirlenmiştir. Cinsiyet ve lisanslı spor yapma durumu bir arada değerlendirildiğinde gerek lisanslı spor yapan gerekse spor yapmayan kadın öğrencilerin erkeklere oranla daha yüksek etkileşim kaygısı gösterdikleri belirlenmiştir. Bu durumun spor yapılan ortamın kalitesi, alınan eğitim süreçlerinin farklılığı ve farklı kültürden gelen hazır bulunuşluklarla alakalı olduğu söylenebilir. Literatürde kadınların erkeklerden daha çok sosyal etkileşim kaygısı ve bozukları yaşadıklarını ortaya koyan çeşitli çalışmalar yer almaktadır (Barnett vd. 2020; McLean vd. 2011). Bu bağlamda, Yayıcı'nın 2018 yılında niversite öğrenimi göre öğrencilerin empatik eğilimleri ve etkileşim kaygılarını incelediği araştırmasında, kadın öğrencilerin etkileşim kaygılarının erkek öğrencilere kıyasla anlamlı düzeyde yüksek olduğunu belirtmiştir. 2019 yılında Arslan & Korkmaz, İlahiyat Fakültesi lisans tamamlama programı uzaktan eğitim alan öğrencilerin etkileşim kaygısı ve uzaktan eğitime yönelik tutumlarını araştırdıkları çalışmalarında, cinsiyet değişkenine göre kadın ve erkek öğrencilerin etkileşim kaygılarındaki farklılığın anlamlı düzeyde olmasa da kadınlarda daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Altınay (2022), ğretmen adaylarının etkileşim kaygıları ve psikolojik iyi oluşlarını araştırdığı çalışmasında, kadın öğrencilerin etkileşim kaygılarının erkek öğrencilerden daha fazla olduğunu vurgulamıştır. Yukarıdaki araştırmalarda da görüldüğü üzere, kadın öğrencilerle erkek öğrencilerin etkileşim kaygıları arasındaki farklılıklar araştırmamızdaki gibi kadın öğrencilerin yüksek etkileşim kaygısı yaşadığını göstermektedir. Bu bağlamda literatürdeki araştıрма bulgularının ile araştırmamız bulgularıyla örtüştüğü söylenebilir.

Spor bilimleri alanındaki öğrencilerin yaşları arttıkça benlik saygılarının da arttığı belirlenmiştir. Ancak ğrencilerin benlik saygıları yaşlarına göre lisanslı spor yapma durumları açısından değerlendirildiğinde; spor yapan ve yapmayan 18-20 yaş grubundaki öğrencilerin benlik saygılarının daha büyük yaş gruplarındaki öğrencilere kıyasla daha düşük olduğu, ayrıca lisanslı spor yapmanın 18-20 yaş grubundaki öğrencilerin benlik saygısını daha fazla etkilediği gözlemlenmiştir. Literatürde ergenlik dönemindeki bireylerin benlik saygılarını etkileyen en önemli unsurlardan birinin beden imajı olduğu ve benlik saygısının yaş ilerledikçe oturduğunu belirtilmektedir (Tzn, 2010). Orth vd. (2012) benlik saygısının, ergenlikten orta yetişkinliğe yükselme eğiliminde olduğunu ortaya koymuştur. Bu bağlamda literatürde aktarılan bulgular ile araştırmamız sonuçları örtüşmektedir diyebiliriz.

Araştırmamızda spor bilimlerindeki öğrencilerin yaşları arttıkça etkileşim kaygılarının azaldığı gözlemlenmiştir. Ek olarak öğrencilerin yaşları arttıkça lisanslı spor yapmanın etkileşim kaygılarını azalttığı gözlemlenmiştir. Etkileşim kaygısı ergenlik döneminde ortaya çıkmakla birlikte üniversite gençlik döneminde de devam edebilmektedir. Dolayısıyla üniversite döneminde öğrenciler yeni roller ve yeni ortamlar içerisine girmekte, bu ortam ve rollere adapte olmaya çalışırken diğer arkadaşları üzerinde istenilen izlenimleri bırakma isteği önemini yitirmeyecektir. İnsanlarla tanışmaktan çekinen, tanıştığı insanlarla olumlu etkileşimler geliştirmeyen bireylerin problemleri git gide artacaktır (Sübaşı, 2007). Gretarsdottir vd. (2004), sosyal etkileşim kaygısının yaşlılıkta daha genç gruplarda olduğundan daha az yaygın olduğunu belirtmiştir. Literatürde farklı sonuçların da olduğu görülmektedir; örneğin Avcıkurt ve Göker (2022) turist rehberliği lisans öğrencileri üzerine yaptığı araştırmasında öğrencilerin yaşları ile sosyal etkileşim kaygıları arasında anlamlı farklılık olmadığını belirtmiştir. Ancak bu durumun öğrencilerin okudukları bölüm ile alakalı olduğu (turizm rehberliğinin sosyalliği direkt olarak gerektiren bir alan olması) düşünülebilir.

Sonuç olarak bakıldığında; araştırmamız bulgularında spor bilimleri alanındaki öğrencilerin benlik saygısı düzeyleri arttıkça etkileşim kaygısı düzeylerinin azaldığı gözlemlenmiştir. Benlik saygısı kişinin kendini değerlendirmesi sonucu vardığı yargılar olarak açıklanabildiği ve benlik saygısı düzeyinin artmasının bireyin kendi ile ilgili daha çok olumlu yargıya varacağını söyleyebiliriz. Bireylerin benlik saygısı düzeyleri arttıkça özgüvenleri artacağından (Erpalabıyık, 2018) başka bireylerle etkileşime geçtiklerinde bu yüksek özgüvenin etkileşimde yaşanabilecek kaygıyı azaltacağı (Leary ve Kowalski, 1995) öngörülmektedir. Ayrıca, Berger ve Owen (1983) lisanslı spor yapma durumu ile benlik saygısı arasında doğru orantılı, etkileşim kaygısı ile arasında ters orantılı bir ilişki olduğunu tespit etmişlerdir. Görüldüğü üzere tüm bu bulgular kapsamında spor ortamlarında bulunan bireylerin benlik saygılarının arttığı, buna paralel olarak etkileşim kaygılarında da azalma olduğu görülmektedir. Ters yönlü bu olumlu ilişkinin araştırmamızda yer alan bu kavramların birbirlerinin önemli yordayıcısı olduğu sonucunu ortaya koymaktadır.

Bu değerlendirmeler ışığında spor bilimleri alanında benlik saygısı ve etkileşim kaygısı kavramlarının daha fazla yer verilmesinin alan yazına pozitif yönde birçok katkı sunacağı, benlik saygısı kavramının ve bu kavramın sosyal bir tezahürü olan etkileşim ve etkileşim kaygısı kavramlarına olumlu katkılar yapacağı ve farklı örneklem grupları ile bu çalışmalara kaynak teşkil edeceği dikkate alınması gereken bir durum önerisi olarak sunulabilir.

Etik Kurul İzin Bilgileri

Etik değerlendirme kurulu: Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi, Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu

Etik değerlendirme belgesinin tarihi: 14/12/2021

Etik değerlendirme belgesinin sayı numarası: 2021/271

Araştırmacıların Katkı Oranları Beyanı

Araştırmanın tüm aşamalarında iki yazar da eşit katkıda bulunmuştur.

Çatışma Beyanı

Yazarların araştırma ile ilgili bir çatışma beyanı bulunmamaktadır.

Kaynakça

- Altınay, N. (2022). *Öğretmen adaylarının etkileşim kaygısı düzeyleri ile psikolojik iyi oluş arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Uludağ Üniversitesi, Bursa.
- Altunbaş, Ç. (2006). *Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin benlik saygısı düzeyleri ile akademik başarıları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Cumhuriyet Üniversitesi, Sivas.
- Arslan, F., ve Korkmaz, Ö. (2019). İlahiyat lisans tamamlama uzaktan eğitim öğrencilerinin etkileşim kaygıları ve uzaktan eğitime dönük tutumları. *Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(1), 12-25.
- Avcıkurt, C., ve Göker, S. (2022). Turist rehberliği öğrencilerinin sosyal etkileşim kaygısı üzerine bir araştırma, *Türk Turizm Araştırmaları Dergisi*, 6(1), 249-252. <https://doi.org/10.26677/TR1010.2022.950>
- Bacanlı, H. (2001). *Gelişim ve öğrenme*. Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Barnett, M. D., Maciel, I. V., Johnson, D. M., ve Ciepluch, I. (2021). Social anxiety and perceived social support: gender differences and the mediating role of communication styles. *Psychological Reports*, 124(1), 70–87.,
- Basco, L. M., ve Han, S. H. (2016). Self-esteem, motivation, and anxiety of Korean university students. *Journal of Language Teaching and Research*, 7(6), 1069.
- Berger B. G., ve Owen D. R. (1983). Mood alteration with swimming-summerers really do “feel better”. *Psychosom Med*, (45), 425-433.
- Blascovich, J., ve Tomaka, J. (1993). Measures of self-esteem. In J. P. Robinson, P. R. Shaver, ve L. S. Wrightsman (Eds.), *Measures of personality and social psychological attitudes*. (3rd ed.), pp. 115-160. Ann Arbor: Institute for Social Research. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-590241-0.50008-3>
- Brooks, R. (2004). *Self-Esteem and resilience*. Shwablearning Org. p.1-2.
- Coopersmith, S. (1967). *The antecedents of self-esteem (1)*. San Francisco: Cole and Freeman Co.
- Coşkun, H. (2009). Etkileşim kaygısı ölçeği: geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikoloji Yazıları*, 12(23), 41-49.
- Doğan, T. (2004). *Üniversite öğrencilerinin iyilik halinin incelenmesi*. Yayınlanmamış doktora tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Doğan, T., Totan, T., ve Sapmaz, F. (2009). Üniversite öğrencilerinde benlik saygısı ve sosyal zeka. *Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (17), 235-247.
- Efiliti, E., ve Çıkılı, Y. (2017). Özel eğitim bölümü öğrencilerinin benlik saygısı ile mesleki benlik saygısının incelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17(1), 99-114. <https://doi.org/10.17240/aibuefd.2017.17.28551-304623>
- Erpalabıyık, B. (2018). *Üniversite öğrencilerinin gençlik liderlik özellikleri ile benlik saygısı ve özgüven algıları arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Siirt Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Siirt.
- Greenberg, J. (2008). Understanding the vital human quest for self-esteem. *Perspectives on Psychological Science*, (3), 48–55.

- Gretarsdottir, E., Woodruff-Borden, J., Meeks, S., ve Depp, C. A. (2004). Social anxiety in older adults: phenomenology, prevalence, and measurement. *Behaviour Research and Therapy*, 42(4), 459-475.
- Harris, M. A., ve Orth, U. (2020). The link between self-esteem and social relationships: A meta-analysis of longitudinal studies. *Journal of Personality and Social Psychology*, 119(6), 1459-1477. <https://doi.org/10.1037/pspp0000265>
- Karasar, N. (2012). *Bilimsel araştırma yöntemi (23.Baskı)*. Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Kashdan, T. B. (2004). The neglected relationship between social interaction anxiety and hedonic deficits: differentiation from depressive symptoms. *Journal of Anxiety Disorders*, 18(5), 719-730
- Köknel, Ö. (1985). *Kaygıdan mutluluğa kişilik*. İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi.
- Kulaksızoğlu, A. (2000). *Ergenlik psikolojisi*. Ankara: Remzi Kitabevi.
- Leary M. R., ve Kowalski, R. M. (1993). The interaction anxiousness scale: construct and criterion-related validity. *Journal of Personality Assessment*, 61(1), 136-146.
- McLean, C. P., Asnaani, A., Litz, B. T., ve Hoffman, S. G. (2011). Gender differences in anxiety disorders: prevalence, course of illness, comorbidity and burden of illness. *J. Psychiatr Res*, 45(8), 1027-1035.
- Orth, U., Robins, R. W., ve Widaman, K. F. (2012). Life-span development of self-esteem and its effects on important life outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology*, (102), 1271-1288.
- Saygılı, G., Kesercioğlu, T., ve Kırıktaş, H. (2015). Eğitim düzeyinin benlik saygısı üzerinde etkisinin incelenmesi. *Turkish International Journal of Special Education and Guidance & Counselling*, 4(1), 1-8. ISSN: 1300-7432
- Seki, T., ve Dilmaç, B. (2020). Benlik saygısı ve ilişkisel faktörler: Bir meta-analiz çalışması. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 18(2), 853-873. <https://doi.org/10.37217/tebd.735112>
- Sevim, K., ve Artan, T. (2021). Yüksek ve düşük benlik saygısını etkileyen faktörler. *Toplumsal Politika Dergisi*, 2(2), 109-121. Retrieved from <https://dergipark.org.tr/tr/pub/tpd/issue/66013/1058371>
- Sivribaşkara, V. S. (2003). *Özsaygının farklı değişkenler açısından incelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Sübaşı, G. (2010). Üniversite öğrencilerinde sosyal kaygıyı yordayıcı bazı değişkenler. *Eğitim ve Bilim*, 32(144), 3-15.
- Tözün, M. (2010). Benlik saygısı. *Actual Medicine*, 18(7), 52-57.
- Turan, N., ve Tufan, B. (1987, Eylül 14-18). *Coopersmith Benlik saygısı ölçeği üzerinde geçerlik, güvenirlik-çalışması*. 23. Ulusal Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Kongresi, İstanbul, Türkiye.
- Twenge, J. M., ve Campbell, W. K. (2002). Self-esteem and socioeconomic status: A metaanalytic review. *Personality and Social Psychology Review*, (6), 59-71.
- Twenge, J. M., ve Crocker, J. (2002). Race and self-esteem: meta-analyses comparing Whites, Blacks, Latinos, Asians, and American Indians and comment on Gray-little and Hafdahl (2000). *Psychological Bulletin*, (128), 371-408.
- Vasconcellos, J., Smelse, N. J., ve Mecca, A. (1989). *The social importance of self-esteem*. University of California Press: USA. 1.
- Yaycı, L. (2018). Üniversite öğrencilerinde empatik eğilim ve etkileşim kaygısı arasındaki ilişki. *Karadeniz Sosyal Bilimler Dergisi*, 10(18), 221-238. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/ksbd/issue/38325/443954>
- Yıldırım, A. (1999). Nitel araştırma yöntemlerinin temel özellikleri ve eğitim araştırmalarındaki yeri ve önemi. *Eğitim ve Bilim*, 23(112), 7-10. <http://egitimvebilim.ted.org.tr/index.php/EB/article/view/5326>



Bu eser [Creative Commons Atf-GayriTicari 4.0 Uluslararası Lisansı](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) ile lisanslanmıştır.