

Ortaokul Öğrencilerinin Benlik Saygısı Düzeylerinin İncelenmesi: Cinsiyet, Sınıf ve Okul Takımında Yer Alma Değişkenlerinin Etkisi

Investigation of Secondary School Students' Self-Esteem Level: Effects of Gender, Class and Participating School Team

Alparslan Aziz Tunç¹

Spor Bilimleri Fakültesi, Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi

<https://orcid.org/0000-0003-3480-8350>

Mustafa Çabıtçı

Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü, Karaman, Türkiye

<https://orcid.org/0000-0003-3601-9048>

Meltem Devrilmez

Sağlık Bilimler Enstitüsü, Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi

<https://orcid.org/0000-0003-2347-0673>

Selvi Demirel

Sosyal Bilimler Enstitüsü, Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi

<https://orcid.org/0000-0002-1201-9775>

Received: March 6, 2021

Accepted: April 1, 2021

Online Published: April 3, 2021

DOI: [10.30655/besad.2021.33](https://doi.org/10.30655/besad.2021.33)

<https://doi.org/10.30655/besad.2021.33>

Öz

Bireyin yaşam tarzı ve kişilerarası etkileşiminde benlik saygısı önemli bir rol oynar. Benlik saygısı, spor faaliyetleri ve etkinliklerinde de önemli bir rol oynamaktadır. Bu çalışmanın amacı, ortaokul öğrencilerinin benlik saygısı düzeylerinin cinsiyet, sınıf ve okul takımında yer alma açısından incelenmesidir. Çalışmada betimsel araştırma yöntemlerinden tarama yöntemi kullanılmıştır. Çalışmaya 503 kız ve 692 erkek toplamda 1195 ortaokul öğrencisi katılmıştır. Katılımcıların yaş aralığı 11 ile 14 yaş ($X = 12.52$, $Ss = 1.07$) arasında olduğu belirlenmiştir. Çalışmanın verisi Rosenberg (1965) tarafından geliştirilen ve Türkçe geçerlik ve güvenilirliği Çuhadaroğlu (1986) tarafından sağlanan benlik saygısı ölçeği kullanılarak toplanmıştır. Çalışmanın verileri 2018-2019 Eğitim-Öğretim yılı bahar döneminde yüz yüze toplanarak elde edilmiştir. Verilerin analizinde iki yönlü ANOVA tercih edilmiştir. Çalışmada elde edilen bulgulara göre ortaokul öğrencilerinin cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farkın olmadığı tespit edilmiştir. Okul takımında yer alan ortaokul öğrencilerinin okul takımında yer almayan ortaokul öğrencilerine göre benlik saygısı düzeyleri yüksek bulunmuştur. Sınıf değişkenine göre ortaokul öğrencileri arasında sınıf düzeyleri arttıkça benlik saygısı düzeylerinin azaldığı gözlemlenmiştir. Sonuç olarak, ortaokul çağındaki öğrencilerin benlik saygısı düzeyleri, sınıf düzeyinin ve okul takımına katılımın önemli olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Çocuk, ergen, algı, tutum

¹ **Corresponding Author: Alparslan Aziz Tunç** alparslantunc@kmu.edu.tr
Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Karaman, Turkey

Abstract

Self-esteem has a critical role in the lifestyle of an individual and interpersonal interaction. Self-esteem is also important for sport related facilities and activities. The purpose of this study was to examine secondary school students' self-esteem level in terms of gender, class and participating school team. Survey method, one of the descriptive research methods, was used. There were 503 girls and 692 boys, totalling 1195 secondary school students participated in this study. Age range of participants was from 11 to 14 years (M= 12.52, SD= 1.07). Data collection tool was self-esteem scale which was originally developed by Rosenberg (1965) and translated Turkish context by Çuhadaroğlu (1986). Data were collected by face to face on the 2018-2019 education year fall semester. Two way ANOVA was utilized for statistical calculation. Results showed that there was no significant difference on behalf of gender variables. Students participating in the school team had higher self-esteem levels than those not participating in the school team. According to the class variable, it was concluded that when students' class was higher promoting, their self-esteem level was getting lower. As a conclusion, class and participating school teams had effects on secondary school students' self-esteem level.

Keywords: Child, adolescent, perception, attitude

Giriş

Giderek karmaşıklaşan yaşam koşullarında, toplumun geleceğine yön verecek olan çocuk ve ergenlerin olabildiğince sağlıklı yetiştirilmesi son derece önemlidir (Karakuş, 2012). Ortaokul öğrencileri için benlik saygısı ve gelişimi, sağlıklı bir yetişkinlik için önemli rol oynamaktadır. Düşük benlik saygısına sahip olan çocukların yetişkinliklerinde de düşük benlik saygısına sahip olabileceği göz ardı edilmemelidir (Yıldız, 2017).

Benlik, bireyin kendisinde taşıdığına inandığı kimliklerdir. Benlik zamanla bireylerin kendileri hakkında bilişsel algı ve tutumlar geliştirmesine katkı sağlayarak, bireylerin kendilerini değerlendirme ve tanımlamalarını sağlar. Yaşam boyunca gelişim gösteren, özellikle erken olgunluk ve ergenlik dönemlerinde önemli olan bir süreçtir. Benlik gelişimi ayırım yapabilme sürecidir (Yörükoğlu, 1996). Benlik kavramı, kişinin sezgi ile farkında olduğu tecrübeleri ve kişinin varlığını kapsayan bir olgudur (Kasatura, 1998). Benlik kişinin kendi içerisinde gelişen bir yapıdır. Yetenek, ilgi eğilimi ve amaçlar bu yapıyı geliştiren etmenlerdir. Benliğin gelişimi için kişiliğinde aynı derecede gelişmiş olması önemlidir (Yıldız, 2012).

Benlik kavramının benimsenmesi benlik saygısını oluşturur. Benlik saygısı benlik kavramının onaylanmasından doğan, kişinin kendini değerlendirmesi sonucunda ulaştığı kendinden hoşnut olma halidir. Ruh sağlığı göstergesi olarak düşünülen benlik saygısı, başarı ve yeterlilik için gerekli olan bir ölçüttür. Kendini değerlendirmede bulunan kişi olumsuz tutum içinde ise benlik saygısı düşük, olumlu tutum ve davranış içindeyse benlik saygısı yüksek olmaktadır (Yavuzer, 2005). Benlik saygısı yüksek olan bireylerin, umutsuzluk duygusuna kapılmadan olaylara daha olumlu bakabilmektedir. Özgüven düzeyleri ve kendilerine verdikleri değer doğrultusunda karşılaştıkları olumsuz durumlarla mücadele etme güçleri daha yüksektir (Karataş & Çakar, 2011; Salami, 2010). Bireyler sahip oldukları yüksek benlik saygısı sayesinde karar verme ve izleyecekleri yolu belirlemede kendilerine daha çok inanmaktadır (Baumeister vd., 2003). Kişinin benliği hakkında yaptığı olumlu veya olumsuz değerlendirme, kişinin benlik saygısını oluşturur ve şekillendirir. Benlik saygısı benliğin duygusal bir boyutudur. Bireyin yaşam tarzı ve kişilerarası etkileşiminde benlik saygısı önemli bir rol oynar. Yüksek benlik saygısına sahip bireylerin kendilerinden beklentileri de oldukça yüksektir. Kendilerine olan saygıları artar ve istekli davranışlar sergiler. Diğer taraftan düşük benlik saygısına sahip bireyler daha çekingen ve pasif davranış sergilerler. Kendilerine olan saygı duyusu azalmaktadır (Sarıçam, 2011).

Fiziksel aktiviteler ve spor kişilerin zihinsel, fiziksel ve motor becerilerine olumlu katkılar sağlar (Yıldız vd., 2017). Spor ve fiziksel aktivite yapmak, stresten uzak düzenli bir çevre, sağlıklı bir yaşam formu oluşturmaktadır (İlhan, 2008). Benlik saygısı, spor faaliyetleri ve etkinliklerinde de önemli bir rol oynamaktadır. Spor etkinliklerine katılan bireylerin benlik gelişiminde olumlu katkılar sağlandığı, yüksek benlik saygısının spor faaliyetlerinde başarıya yol açtığı düşünülmektedir (Aşçı, 1999). Bu doğrultuda çalışmanın amacı, ortaokul öğrencilerinin benlik saygısı düzeylerinin cinsiyet, sınıf ve okul takımında yer

alma değişkenleri açısından incelenmesidir.

Yöntem

Araştırma gerçekleştirilmeden önce bir devlet üniversitesinin etik kurulundan gerekli izin alınmıştır (Etik Kurul No: 02-2021/26). Ayrıca katılımcılar bireysel olarak gönüllü katılımı onaylamışlardır.

Araştırma Tasarımı

Çalışmada betimsel araştırma yöntemlerinden tarama (survey) yöntemi kullanılmıştır. Betimsel tarama yöntemi geçmişte oluşan ve halen devam eden durumları belirlemek amacıyla kullanılan bir yöntemdir (Büyüköztürk, Akgün, Demirel, Karadeniz & Çakmak, 2015).

Katılımcılar

Çalışmaya 503 kız ve 692 erkek toplamda 1195 ortaokul öğrencisi katılmıştır. Katılımcılar sınıf açısından incelendiğinde 250'si 5. sınıf, 360'ı 6. sınıf, 296'sı 7. sınıf ve 289'u 8. sınıf öğrencisi olarak çalışmada yer almıştır. Ortaokul öğrencilerinin yaş aralığı 11 ile 14 yaş (\bar{X} = 12.52, S_s = 1.07) arasında olduğu belirlenmiştir. Çalışmada yer alan ortaokul öğrencilerinin 632'si okul takımlarında herhangi bir branşta yer alırken, 563 ortaokul öğrencisi okul takımlarında yer almadıklarını belirtmişlerdir.

Veri Toplama Aracı

Çalışma verisinin toplanması Rosenberg (1965) tarafından geliştirilen ve Türkçe geçerlik ve güvenilirliği Çuhadaroğlu (1986) tarafından sağlanan benlik saygısı ölçeği kullanılmıştır. Ölçek 63 madde ve 12 alt boyuttan oluşmaktadır. Bu çalışmada benlik saygısı ölçeğinin benlik saygısı alt boyutunda yer alan 10 maddelik bölüm kullanılmıştır. Katılımcıların benlik saygısını belirlemede yaygın olarak bu alt boyut kullanılmaktadır. Karademir ve arkadaşları (2013), Dinçer ve arkadaşları (2015) benlik saygısı çalışmalarında likert tipi bu ölçeği kullanmıştır. Maddeler 4'lü likert tipi olarak belirlenmiştir. Ölçeğin alt boyutunda yer alan 1,2,4,6,7. maddelerde: Çok doğru = 4, Doğru= 3, Yanlış= 2, Çok Yanlış= 1 olarak puanlanırken; 3,5,8,9,10. maddelerde: Çok doğru=1, Doğru= 2, Yanlış=3, Çok Yanlış= 4 olarak puanlanmaktadır ve ölçekten elde edilebilecek en düşük 10 puan ve en yüksek 40 puan olarak belirlenmiştir.

Veri Toplama Süreci

Çalışmanın verileri 2018-2019 Eğitim-Öğretim yılı bahar döneminde toplanmıştır. Çalışma için gerekli izinler alındıktan sonra veriler araştırmacı tarafından toplanmıştır. Veri toplama işlemi standart bir beden eğitimi ders saatinde ve sınıfta toplanmıştır. Katılımcılara ölçeği doldurmaları için 20 dakika süre verilmiştir.

Veri Analizi

Verilerin analizinde iki yönlü ANOVA tercih edilmiştir. ANOVA analizi uygulanmadan önce varsayımlar kontrol edilmiştir. İlk varsayım normallik kontrolüdür. Verilerin normal dağılım gösterip göstermediğini belirlemek için basıklık-çarpıklık değerleri kontrol edilmiştir. Bu değerlerin +1.5 ile -1.5 aralığında olması beklenmektedir (Tabachnick & Fidell, 2013). Elde edilen bulgular verilerin normal dağılım sağladığını göstermektedir. İkinci varsayım verilerin homojen dağılımı varsayımdır. Bu varsayım için Levene's test değerleri kontrol edilmektedir. Bulgular, çalışma verilerinin homojenlik varsayımını sağladığını göstermektedir. Son varsayım bağımsız gözlem varsayımdır ve bu varsayımın da sağlandığı belirlenmiştir. Kontrol edilen varsayımlar bu çalışma verileri için ANOVA testinin yapılabilir olduğunu göstermektedir.

Bulgular

Tablo 1 incelendiğinde Benlik Saygısı düzeyinin cinsiyet ($F_{(1, 1179)}=1.04, P>.05$) değişkeni üzerinde anlamlı fark tespit edilememiştir. Okul Takımı ($F_{(1, 1179)}=37.55, P<.05$) ve Sınıf ($F_{(1, 1179)}=31.77, P<.05$) değişkenlerine göre Benlik saygısı üzerine anlamlı fark görülmüştür. Cinsiyet * Okul Takımı * Sınıf ($F_{(1, 1179)}=.92, P<.05$) değişkenleri etkileşiminde ise anlamlı fark görülmemiştir.

Tablo 1. Benlik Saygısı Düzeyinin Gruplar Arası Dağılım Değerleri

	<i>df</i>	<i>Ortalama Kare</i>	<i>F</i>	<i>Sig.</i>
Cinsiyet	1	18.153	1.04	.31
Okul Takımı	1	656.89	37.55	.00
Sınıf	3	555.73	31.77	.00
Cinsiyet * Okul Takımı * Sınıf	3	16.02	.92	.43
Hata	1179	17.49		
Toplam	1195			

Post-Hoc Bonferroni testi incelendiğinde sınıf düzeyleri arttıkça kişilerin benlik saygıları anlamlı düzeyde azalmaktadır. Diğer yandan okul takımında yer alan öğrencilerin ise benlik saygı düzeyleri yer almayan öğrencilere göre anlamlı düzeyde fark görülmüştür.

Tablo 2. Sınıf Değişkeni Post-Hoc Testi Değerleri

		<i>Ortalama Fark</i>	<i>Standart Hata</i>	<i>Sig.</i>
5. sınıf	6. sınıf	1.13	.34	.01
	7.sınıf	2.12	.35	.00
	8.sınıf	3.28	.35	.00
6. sınıf	5. sınıf	-1.13	.34	.01
	7.sınıf	1.00	.33	.02
	8.sınıf	2.16	.34	.00
7.sınıf	5. sınıf	-2.12	.35	.00
	6. sınıf	-1.00	.33	.02
	8.sınıf	1.16	.35	.01
8.sınıf	5. sınıf	-3.28	.35	.00
	6. sınıf	-2.16	.34	.00
	7.sınıf	-1.16	.35	.01

Tartışma

Bu çalışmanın amacı ortaokul öğrencilerinin benlik saygısı düzeylerinin incelenmesidir. Çalışmada elde edilen bulgulara göre ortaokul öğrencilerinin cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farkın olmadığı tespit edilmiştir. Okul takımında yer alan ortaokul öğrencilerinin okul takımında yer almayan ortaokul öğrencilerine göre benlik saygısı düzeyleri yüksek bulunmuştur. Sınıf değişkenine göre ortaokul öğrencileri arasında sınıf düzeyleri arttıkça benlik saygısı düzeylerinin azaldığı gözlemlenmiştir. Bu araştırmada cinsiyet değişkeninin ortaokul öğrencilerinin benlik saygısı üzerine anlamlı bir etkisi olmadığı tespit edilmiştir. Cinsiyet değişkenine göre benzer bulgulara sahip çalışmalar bulunmaktadır (Hançer & Tüfekçi, 2016; Çuhadaroğlu & Çelik, 2019; Yıldız & Çapar, 2010; Özarlan 2020). Yapılmış olan bu çalışmalarda cinsiyet değişkeninin benlik saygısı üzerine etkisinin olmadığı belirlenmiştir. Araştırmamızın bulguları ile farklılık gösteren çalışmalarda bulunmaktadır. Birinci (2019) yapmış olduğu çalışmada

cinsiyet değişkeninin benlik değeri, özgüven, depresif duygulanım, kendine yetme, başarma ve üretkenlik alt boyutlarından benlik değeri ve özgüven puanlarının erkekler lehine anlamlı bir farklılık gösterdiğini belirlemiştir. Özdayı (2019) yapmış olduğu araştırmada cinsiyet değişkeni ile benlik saygısı alt boyutları arasında yapılan karşılaştırmada kendine yetme alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmiştir. Erkeklerin kendine yetme puanları, kadınların kendine yetme puanlarından yüksek bulunmuştur. Alan yazında çalışmamız bulguları ile farklı bulgulara sahip çalışmaların olmasının nedeni olarak örneklem sayısı gösterilebilir. Örneğin, Özdayı (2019) çalışmasında 101 erkek 99 kadın toplamda 200 kişi yer alırken, bizim çalışmamızda 1179 kişi yer almaktadır. Özellikle betimleme çalışmalarında cinsiyet karşılaştırması yapabilmek için her cinsiyetten en az 200 katılımcının olması iyi bir karşılaştırma için ön şart olarak görülmektedir (Tabachnick & Fidell, 2013). Birinci (2019) ve Özdayı (2019) çalışmalarında kullandığı benlik saygısı ölçeği ile çalışmamızda kullandığımız benlik saygısı ölçeğinin farklı olmasından dolayı araştırmamız bulguları ile farklılık göstermektedir.

Yapılan araştırmamızda ortaokul öğrencilerinde sınıf değişkeninin benlik saygısı üzerine farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir. Elde edilen bulgulara göre sınıf düzeyi arttıkça, benlik saygısı düzeyinin azaldığı gözlemlenmiştir. Barışık (2019), Gökkaya (2018), Özdemir & Arık (2013) yapmış oldukları araştırmaların bulguları ile araştırmamızın sonucunda elde ettiğimiz bulgular benzerlik göstermektedir. Barışık (2019) yapmış olduğu çalışmada benlik saygıları sınıf düzeyine göre incelendiğinde benlik saygısı ortalaması 8. sınıfların en düşük; 5. sınıfların en yüksek sonucuna ulaşmıştır. Gökkaya (2018) çalışması sonucunda 5. sınıf öğrencilerin 7. ve 8. sınıf öğrencilerine göre; 6. sınıf öğrencilerin 8. sınıf öğrencilerine göre benlik saygısı puanı yüksek çıkmıştır. Özdemir & Arık (2013) elde etmiş olduğu bulgular sonucunda 5.sınıf ile 8.sınıf, 6.sınıf ile 8.sınıf, 7.sınıf ile 8.sınıf grupları arasında anlamlı bir fark tespit etmiştir. Sınıf düzeyi arttıkça benlik saygısı düzeyinin azalması, ergenlik dönemi ile ilişkilendirilebilir. Ayrıca sınıf düzeyi arttıkça öğrenciler üzerinde oluşan sınav stresi benlik saygısı düzeylerinin azalmasına neden olabilir.

Yapmış olduğumuz çalışmada okul takımına katılan ortaokul öğrencilerinin benlik saygısı düzeyi, okul takımına katılmayan ortaokul öğrencilerinin benlik saygısı düzeyine göre yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Turkyay (2015) araştırmasında ortaokul öğrencilerinin spor yapması ve öğrencilerin çalışması durumlarına göre benlik saygısı puanları arasında anlamlı bir farklılık tespit etmiştir ve yapmış olduğumuz çalışma ile benzer sonuçlar elde edilmiştir. Araştırmamızın bulguları ile farklılık gösteren çalışmalarda bulunmaktadır. Gündoğdu (2019) çalışmasında, spor değişkeninin kız ergenlerin benlik saygısı üzerine istatistiksel açıdan anlamlı bir fark tespit edilmemiştir. Ustalar (2019) yapmış olduğu araştırmada öğrencilerin benlik saygıları ile spor yapma durumları incelenmiş, spor yapanlar ile spor yapmayanlar arasında benlik saygısında istatistiksel yönden anlamlı bir fark bulunamamıştır.

Araştırmamızın sonuçları göz önüne alındığında ortaokul çağındaki öğrencilerde 5. sınıfın ve okul takımına katılımın ne derece önemli olduğu anlaşılmaktadır. Okul Takımına katılan ortaokul öğrencilerinin okul takımına katılmayan ortaokul öğrencilerine göre benlik saygısı artmakta ve benlik saygısının yüksek olması kişilerin kendileriyle barışık bir şekilde yaşamalarını ve hayata daha olumlu bakmalarını sağlayabileceği düşünülmektedir.

Kaynakça

- Aşçı, F. H. (1999). Benlik Kavramı ve Spor. Spor Psikolojisi Kursu, P Bayar (Der), Ankara, Bağırgan Yayınevi.
- Barışık, A. (2019). *Ortaokul öğrencilerinin benlik saygıları ve yaratıcı düşünme becerilerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi ili örneği*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Çağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Baumeister, R. F., Campbell, J. D., Krueger, R. F., & Vohs, K. D. (2003). Does high self-esteem cause better performance, interpersonal success, happiness, or healthier lifestyles? *Psychological Science in The Public Interest*, 4(1), 1-44.
- Birinci, R. (2019). *Spor yapan ve yapmayan bireylerin benlik saygısı ve saldırganlık düzeylerinin incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Binali Yıldırım Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Erzincan.

- Büyüköztürk, Ş., Akgün, Ö.E., Demirel, F., Karadeniz, Ş., & Çakmak, E.K. (2015) *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Pegem Yayınevi.
- Çuhadaroğlu, A., & Çelik, S. (2019). 2012-2013 yılında 60-66 ay arasında ve 66 ay üzerinde birinci sınıfa başlamış beşinci sınıf öğrencilerinin sosyal uyum düzeyleri ve benlik saygılarının karşılaştırılması. *Afyon Kocatepe University Journal of Social Sciences*, 21(1), 109-128.
- Çuhadaroğlu, F. (1986) *Adolesanlarda benlik saygısı*. Yayımlanmamış Uzmanlık Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Dinçer, N., Bozdam, A., Yetkin, T. Beden Engelli Badmintoncularda benlik saygısının incelenmesi. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 3(16), 157-164.
- Gökkaya, F. (2018). Farklı zorbalık statülerinde yer alan ortaokul öğrencilerinin benlik saygısı düzeylerinin incelenmesi. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 25(2), 111-124.
- Gündoğdu, H. (2019). Okul spor takımlarında olan ve olmayan 12-14 yaş arası kız çocuklarının özgüven ve benlik saygısı düzeylerinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Hançer, A. H., & Tüfekçi, Z. (2016). Ortaokul 8. sınıf öğrencilerinin benlik saygısı düzeylerinin incelenmesi. *Cumhuriyet International Journal of Education*, 5(4), 31-40.
- İlhan, L. (2008). Eğitilebilir zihinsel engelli çocuklarda beden eğitimi ve sporun sosyalleşme düzeylerine etkisi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 16(1), 315-324.
- Karademir, T., Türkçapar, Ü., Ulucan, H., & Bahadır, Ziya. (2013). Haltercilerde benlik saygısı ile yaşam doyum ve vücut benlik algısı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 14(3), 285-294.
- Karakuş, Ö. (2012). Relations between childhood abuse and self-esteem in adolescence. *International Journal of Human Sciences*, 9(2), 753-763.
- Karatas, Z., & Cakar, F. S. (2011). Self-esteem and hopelessness, and resiliency: An exploratory study of adolescents in Turkey. *International Education Studies*, 4(4), 84-91.
- Kasatura, İ. (1998). *Kişilik ve özgüven*. (4. Baskı) İstanbul: Evrim Yayınları.
- Özarlan, N. D. (2020). *İlkokula farklı yaş gruplarında başlamış ortaokul öğrencilerinin öz yeterlik inancı kaynakları ve benlik saygısı bakımından karşılaştırılması*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Cumhuriyet Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sivas.
- Özdayı, N. (2019). Üniversite öğrencilerinin benlik saygısının bazı demografik bilgilere göre incelenmesi. *Spor Eğitim Dergisi*, 3(1), 69-80.
- Özdemir, E. B., & Arık, S. (2013). Ortaokul öğrencilerinin benlik saygı düzeylerinin ve sürdürülebilir çevreye yönelik tutumlarının incelenmesi. *Journal of History School*, 6(16), 641-655.
- Rosenberg, M. (1965). Rosenberg self-esteem scale (RSE). *Acceptance and commitment therapy. Measures Package*, 61(52), 18.
- Salami, S. O. (2010). Moderating effects of resilience, self-esteem and social support on adolescents' reactions to violence. *Asian Social Science*, 6(12), 101-110.
- Sarıçam, H. (2011). *The examination of the relationship between university students' rejection sensitivities, self-esteem and loneliness levels*. Unpublished Master's Thesis, Atatürk University, Institute of

Educational Sciences, Erzurum.

Tabachnick, B.G., & Fidell, L.S. (2013) *Using multivariate statistics*. Boston: Pearson.

Turkay, H. (2015). *Spor yapan çocuklar ile ailesine ekonomik katkıda bulunup spor yapamayan çocukların benlik saygısı düzeylerinin karşılaştırılması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Ustalar, A. (2019). *Spor yapan ve yapmayan ortaöğretim öğrencilerinin benlik saygısı ve utangaçlık düzeylerinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dumlupınar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kütahya.

Yavuzer, H. (2005). *Çocuk psikolojisi*. (15. Baskı) İstanbul: Remzi Kitapevi.

Yıldız, K. (2017). *Yatılı bölge ve gündüzlü ortaokullarda eğitim gören öğrencilerinin benlik saygılarının bazı değişkenler açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.

Yıldız, M. (2012). *Öğretmen adaylarının benlik saygısı ve kişilik özelliklerinin sahip oldukları değerler açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.

Yıldız, M., Bingöl, E., Şahan, H., Bayköse, N., & Şenel, E. (2017). A cross-cultural approach sport psychology: Is exercise addiction a determinant of life quality? *Sport Journal*, 1, 1-10.

Yıldız, M., & Çapar, M. (2010). Ortaöğretim öğrencilerinde benlik saygısı ile dindarlık arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 10(1), 103-131.

Yörükoğlu, A. (1996). *Gençlik çağı: Ruh sağlığı ve ruhsal sorunlar*. (9. Baskı) İstanbul: Özgür Yayınları.