



Spor Bölümlerinde Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Kişilik Özelliklerinin Ve Stresle Başa Çıkma Stillerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi

Investigation Personality Aspects And Coping Style To Stress Of Students Taking Education At Sport Departments In Terms Of Some Variables

Meriç ERASLAN¹

Öz

Bu araştırmanın amacı spor bölümlerinde öğrenim gören üniversite öğrencilerinin kişilik özelliklerini ve stresle başa çıkma stillerini çeşitli değişkenler ışığında incelemektir. Araştırmaya Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda öğrenim gören 266 öğrenci katılmıştır. Katılımcıların kişilik özelliklerinin belirlenmesinde Benet-Martinez ve John (1998) tarafından geliştirilen Beş Faktör Kişilik Ölçeği kullanılmıştır. Katılımcıların stresle başa çıkma biçimlerinin belirlenmesinde ise Şahin ve Durak (1995) tarafından geliştirilen Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği kullanılmıştır. Elde edilen verilerin istatistiksel analizlerinde SPSS 22.0 veri analiz programı kullanılmıştır. Araştırmanın sonunda katılımcıların kişilik tarzlarının öğrenim gördükleri bölüm, cinsiyet, yaş grupları, lisanslı olarak spor yapma durumu, takım veya ferdi olarak sporla ilgilenme durumlarına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir ($p>0.05$). Benzer şekilde öğrencilerin stresle başa çıkma stillerinin de öğrenim gördükleri bölüm, yaş grupları, lisanslı olarak spor yapma durumu, takım veya ferdi olarak sporla ilgilenme durumlarına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir ($p>0.05$). Öğrencilerin stresle başa çıkma stillerinin cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiş, elde edilen bulgulara göre stresle başa çıkmada boyun eğici davranışları erkek öğrencilerin kız öğrencilerden daha fazla sergiledikleri tespit edilmiştir ($p<0.05$). Sonuç olarak spor bölümlerinde öğrenim gören öğrencilerin kişilik özelliklerinin ve stresle başa çıkma stillerinin genel olarak benzer olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Üniversite öğrencileri, kişilik, stresle başa çıkma

Abstract

The purpose of this study is to examine personality aspects and coping style to stress of students taking education at sport departments in terms of some variables. 266 students taking education in Physical Education and Sport High School at Mehmet Akif Ersoy University participated to study. Five-Factor Personality Scale developed by Benet-Martinez and John (1998) was used to identify students' personality aspects. Coping Styles Scale to Stress developed by Şahin and Durak (1995) was used to identify participants' coping styles to stress. SPSS 22.0 for Windows Package Program was used in analysis of data obtained. In the end of research, it was established that participants' personality styles are not differentiated as their department taken education, gender, age group, doing sport situation with licensed, interesting team or individual sport ($p>0,05$). Similarly, it was established that participants' coping styles to stress are not differentiated as their department taken education, age group, doing

¹ Yrd.Doç.Dr., Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, mericeraslan@mehmetakif.edu.tr

sport situation with licensed, interesting team or individual sport ($p>0,05$). It was established that participants' coping styles to stress are differentiated as their gender ($p<0,05$), it was established that male students exhibit obedient behavior in coping style stresses more than female students as research results. As a result, it was come through that students' personality aspects and coping style to stress are similar.

Keywords: University students, personality, coping style to stress

1. GİRİŞ

Literatürde kişiliğin herkes tarafından kabul görmüş bir tanımı bulunmamakla beraber (Yelboğa, 2006), genel olarak kişilik "bireyi başkalarından ayıran, hem doğuştan gelen hem de sonradan kazanılan, bireyin zihinsel, duygusal, sosyal ve fiziksel özelliklerinde süreklilik gösteren yönlerinin tamamıdır" şeklinde açıklanabilir. Bu tanıma göre kişiliğin hem gelişim kuramları ile hem de gelişim ile ilgili diğer alanlarla yakından ilişkili olduğu söylenebilir (Özdemir ve diğerleri, 2012).

Kişiliğin gelişimi çocukluk yaşlarındaki yaşantı ve deneyimlerle başlamaktadır. Bu nedenle küçük yaşlarda yaşanan olaylar kişilik gelişimini etkilemektedir (Campell-Sills, Cohan and Stein, 2006). Kişilik sürekli gelişen aktif bir yapıya sahiptir. Genellikle kişiliğin psikolojik bir kavram olarak düşünülmesi doğru bir tutum olmamakla beraber, kişilik fiziksel ve bedensel özellikler ile de yakından ilişkilidir. Kişinin dünya ile nasıl bir bağ kuracağı sahip olduğu kişilik özellikleri ile yakından ilgilidir. Bunun yanında bireysel farklılıklara bağlı olarak herkesin kişilik özelliği birbirinden farklı olabilir. Bazı insanlar içine kapanık, utangaç, sosyal veya girişken bir kişilik yapısına sahip iken (Akbulut, 2010), bazı insanlarda agresif veya sürekli telaşlı bir kişilik yapısına sahip olabilirler (Durna, 2004).

Kişilik gelişiminde öğrenme ve sosyal çevrenin büyük bir rolü bulunmaktadır. Sosyal açıdan kişilik gelişimi yüksek olan, diğer bir ifade ile uyumlu kişilik özelliğine sahip olan insanlar sosyal ilişkilerini koruma ve devam ettirme konusunda önemli sorunlar yaşamamaktadır. Ayrıca toplumsal açıdan uyumlu bir kişilik yapısına sahip olan insanların güvenilir, fedakâr ve alçak gönüllü bir kişilik yapısına sahip oldukları bilinmektedir (Basım, Çetin ve Tabak, 2009). Nevrotik kişilik özelliğine sahip bireyler ise genellikle olumsuz duygulara, öfke, kaygı, korku ve nefret gibi düşüncelere sıklıkla kapılan bir psikolojik yapıya sahiplerdir (Doğan, 2013). Dolayısıyla insanların sahip oldukları kişilik özelliklerinin toplumsal hayattaki statü ve görünüşlerini de etkilediği söylenebilir. Bu düşünceleri destekleyen, Keskin ve Yapıcı (2008) tarafından yapılan bir araştırmada Dışadönük kişilik özelliğine sahip bireylerin akademik başarılarının diğer öğrencilerden daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Stres, bireyin kendisi veya çevresinden kaynaklanan, ruhsal veya bedensel gerilimlere neden olan, baskı, endişe veya diğer biçimlerde endişe veren durumlar bütünüdür (Aytaç, 2009). Kökeni Latince'de "estricia" sözcüğüne dayanan stres, çeşitli nesne veya güçler tarafından insanların dengelerinin bozulmasına veya çarpıtılması karşı bir direnç oluşması anlamına gelmektedir. Modern toplum hayatının ayrılmaz bir parçası haline gelmiş olan stres, günümüz yaşantısının bir parçası haline gelmiştir. Günümüz insanları farkında olmasalar bile sürekli stres altında olan bir yaşantıya sahiptirler. Nedenleri iyi veya kötü durumlar bile olsa insanların yaşamında farklılığa neden olan her unsur az veya çok stres yaratmaktadır (Güçlü, 2001). Dışarıdan gelen stres kaynaklarının yanında insanların hayatları boyunca karşılaştıkları

rutin fizyolojik değişiklikler de stres oluşumunu tetiklemektedir (Wang et al., 2004). Burada önemli olan nokta içeriden veya dışarıdan gelen stres unsurlarının insanlara yüklediği psikolojik anlam ve yorumlardır. Çünkü algılanan stresin düzeyinin insanların stres unsuruna yükledikleri anlam ve olayları yorumlama biçimleri belirlemektedir (Aydın ve İmamoğlu, 2001).

İnsan yaşamında farklı biçimlerde yer alan stresin çeşitli türleri bulunmaktadır. İnsanların olumsuz bir olay karşısında karşılaştıkları kısa süreli strese ‘‘akut stres’’ denilmektedir. İnsanlarda belirli olaylar dizisi sonunda ortaya çıkan strese ‘‘episodik stres’’ (Canpolat, 2006), sürekli olarak yaşanan ve kontrol altına alınamayan strese ise ‘‘kronik stres’’ (Tokmak, Kaplan ve Türkmen, 2011) denir. Stresle karşılaşıldığı zaman öncelikle organizma stres nedenlerini belirleyerek stresten kurtulmanın yollarını aramaktadır. Eğer stresin atlatılması mümkün görünmüyorsa organizma stresle mücadeleyi, diğer bir ifade ile strese karşı direncini artırma yoluna gider. Eğer strese karşı artan dirence rağmen stres atlatılmamış ise organizma stresle savaşmayı bırakır ve stres kronik bir hale gelir (Aytaç, 2009). Bu durum insanlarda bazı psikolojik ve davranışsal problemleri de beraberinde getirmektedir. Sigara kullanımı, alkol, uyuşturucu veya çeşitli zararlı madde kullanımları, aşırı yeme veya uyku bozuklukları gibi sonuçlar bunlardan bazılarıdır (Okutan ve Tengilimoğlu, 2002).

İnsanlar stresle başa çıkmak için bazı yöntemler kullanırlar. Aktif planlama, dışarıdan yardım alma, stresten kaçma veya soyutlanma, dine sığınma veya stresi kabul etme bunlardan bazılarıdır (Terzi ve Çankaya, 2009). İnsanların çoğunluğu da genellikle stresle başa çıkma konusunda bilinçsizdirler (Okutan ve Tengilimoğlu, 2002). Aytaç (2009), bazı insanların stresle karşılaştıkları zaman strese tepki olarak geri çekildiklerini, içlerine kapandıklarını, pasifleştikten sonra sorunlarıyla yüz yüze gelmekten kaçındıklarını belirtmiştir. Bazıları ise aşırı tepki gösterir. Bunun yanında bazı insanların strese karşı tepkisiz kalarak stresi içlerinde büyüttüklerini ifade etmiştir. Stresle başa çıkmada esnek olabilmenin önemli bir nitelik olduğuna değinmiş ve esnek olmak ile algılanan stres unsurlarının sayısının azalabileceğini vurgulamıştır. Aydın ve İmamoğlu (2001) tarafından yapılan çalışmada ise, insanların stresle başa çıkmak için çeşitli teknikler kullandıkları, söz konusu stresle başa çıkma tekniklerinin genellikle insanların kişilik yapılarına göre şekillendiği belirtilmiştir.

Üniversite öğrencilerinin kişilik özelliklerinin değerlendirilmesi, kişilik gelişimini olumlu veya olumsuz yönde etkileyen unsurların belirlenmesi gelecekte ülkenin sağlıklı kişilik özelliğine sahip kişiler tarafından yönetilmesi için oldukça önemlidir. Literatürde yer alan çalışmalarda üniversite öğrencilerinin arkadaş çevresinin de içinde bulunduğu sosyal çevre ve birtakım alışkanlıklarının kişilik özelliklerini etkilediği belirtilmiştir (Herken, Bodur ve Kara, 2000). Bunun yanında üniversite öğrencilerinin stresle başa çıkma stillerinin bazı değişkenlere göre incelendiği bazı araştırmalar mevcuttur (Deniz ve Yılmaz, 2006; Temel, Bahar ve Çuhadar, 2007). Ancak literatürde spor bölümlerinde öğrenim gören üniversite öğrencilerinin kişilik özellikleri ile stresle başa çıkma stilleri arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırma bulgularının sınırlı olduğu görülmüştür. Bu kapsamda yapılan bu çalışmada spor bölümlerinde öğrenim gören üniversite öğrencilerinin sahip oldukları kişilik özellikleri ile stresle başa çıkma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır.

2. YÖNTEM

2.1.Araştırmanın Evreni Örnekleme

Araştırmanın evrenini Türkiye'deki Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokullarında öğrenim gören üniversite öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulunda öğrenim gören 266 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklem grubu Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda öğrenim gören üniversite öğrencileri içerisinde tesadüfî yöntem ile seçilmiştir.

2.2.Veri Toplama Araçları

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin kişilik özelliklerinin belirlenmesinde Beş Faktör Kişilik Ölçeği kullanılmıştır. Benet-Martinez ve John (1998) tarafından geliştirilen ölçekte toplam 44 soru ve 5 alt boyut bulunmaktadır. Bu alt boyutlar ile kişilerin “nörotiklik”, “dışadönüklük”, “gelişime açıklık”, “uyumluluk” ve “özdisiplin” kişilik özelliklerinden hangilerini sergiledikleri tespit edilebilmektedir. Beş faktör kişilik ölçeğinde “nörotiklik” ve “dışadönüklük” faktörleri 8'er madde, “uyumluluk” ve “özdisiplin” faktörleri 9'ar madde, “gelişime açıklık” faktörü ise 10 madde ile belirlenmektedir (Basım, Çetin ve Tabak, 2009).

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin stres ile baş etme stillerinin belirlenmesinde Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği kullanılmıştır. Ölçek ilk olarak Folkman ve Lazarus (1980) tarafından kişilerin genel ya da belirgin stres durumlarını belirlemek amacı ile tasarlanmıştır. Daha sonra Şahin ve Durak (1995), Folkman ve Lazarus'un Başa Çıkma Envanterinden yola çıkarak, üniversite öğrencilerinin psikolojik stres belirtilerini ölçmek amacıyla yaptıkları araştırmalarında 30 maddelik Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeğini geliştirmişlerdir. Ölçekte toplam 5 alt boyut bulunmaktadır. Bunlar kendine güvenli yaklaşım, çaresiz yaklaşım, boyun eğici yaklaşım, iyimser yaklaşım ve sosyal desteğe başvurma yaklaşımlarıdır (Aktaran; Tekin, 2009).

2.3.Verilerin Analizi

Araştırmada elde edilen verilerin istatistiksel analizlerinde SPSS 22.0 for Windows programı kullanılmıştır. Kullanılacak temel analiz yöntemleri belirlenmeden önce ölçek verilerinin normal dağılıma uygun olup olmadığına bakmak için One Sample Kolmogorov-Smirnov testi uygulanmıştır. Normal dağılım gösteren veriler için parametrik testler, normal dağılım göstermeyen veriler için de non-parametrik testler kullanılmıştır. Bu kapsamda yapılan karşılaştırma analizlerinde normal dağılım gösteren veriler için Independent t Test ile One-Way ANOVA testi, normal dağılım göstermeyen veriler için de Mann Whitney U testi ile Kruskal Wallis analizleri kullanılmıştır. katılımcılara ait tanımlayıcı istatistiklerde frekans analizi uygulanmıştır.

3. BULGULAR

Tablo 1. Katılımcılara ait tanımlayıcı istatistikler

Değişkenler	Alt değişkenler	f	%
Yaş grupları	18-19 yaş	97	36,5
	20-21 yaş	102	38,3
	22-23 yaş	48	18,0
	24+ yaş	19	7,1
Cinsiyet	Kadın	79	29,7
	Erkek	187	70,3
Bölüm	Beden Eğitimi Öğretmenliği	127	47,7
	Spor Yöneticiliği	139	52,3
Lisanslı spor olma durumu	Lisanslı sporcu	117	44,0
	Lisanslı sporcu değil	149	56,0
Spor türü	Takım	78	69,0
	Ferdi	35	31,0

Araştırmaya katılan öğrencilerin %38,3'ünün 20-21 yaş grubunda, %36,5'inin 18-9 yaş, %18'inin 22-23 yaş ve %7,1'inin 24 ve üzeri yaş grubunda buldukları tespit edilmiştir. Katılımcıların %70,3'ünün erkek, %29,7'sinin kadın olduğu, spor yöneticiliği bölümü öğrencilerinin oranının %52,3, beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü öğrencilerinin oranının ise %47,7 olduğu tespit edilmiştir. Bunun yanında araştırmaya katılanların çoğunluğunun (%56) lisanslı olarak spor yapmadıkları, lisanslı olarak spor yapanların da çoğunluğunun (69) takım sporları ile ilgilendikleri belirlenmiştir.

Tablo 2. Katılımcıların Stresle Başa Çıkma Ölçeğinden Elde Ettikleri Ortalama Puanlar

Faktörler	N	En düşük	En yüksek	X	Ss
Kendine güvenli yaklaşım	266	4	100	74,25	18,338
Çaresiz yaklaşım	266	0	100	40,33	17,975
Boyun eğici yaklaşım	266	0	100	33,26	19,503
İyimser yaklaşım	266	6	100	68,37	20,204
Sosyal desteğe başvurma	266	0	100	59,49	21,847

Araştırmaya katılan öğrencilerin stresle başa çıkmada en fazla kullandıkları yöntemin kendine güvenli yaklaşım olduğu, bunu sırasıyla iyimser yaklaşım, sosyal desteğe başvurma, çaresiz yaklaşım ve boyun eğici yaklaşımın takip ettiği belirlenmiştir.

Tablo 3. Katılımcıların eğitim gördükleri bölümlere göre Stresle Başa Çıkma Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

Faktörler	Bölümler	N	X	Ss	t/z	p
Kendine güvenli yaklaşım	BEÖ	127	73,80	17,635	-,385 ^t	,701
	SY	139	74,67	19,012		
Çaresiz yaklaşım	BEÖ	127	39,14	17,155	-1,032 ^t	,303
	SY	139	41,42	18,688		
Boyun eğici yaklaşım	BEÖ	127	31,65	18,950	-1,285 ^t	,200
	SY	139	34,73	19,951		
İyimser yaklaşım	BEÖ	127	67,20	19,521	-1,228 ^z	,219
	SY	139	69,43	20,821		
Sosyal desteğe başvurma	BEÖ	127	59,63	21,953	-,129 ^z	,898
	SY	139	59,36	21,829		

t=Independent t test, z=Mann Whitney U testi, BEÖ= Beden Eğitimi Öğretmenliği, SY=Spor Yönetimi

Tablo incelendiğinde beden eğitimi öğretmenliği bölümünde öğrenim gören öğrenciler ile spor yönetimi bölümünde öğrenim gören öğrencilerin stresle başa çıkma ölçeğinden elde ettikleri puanlar arasında anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir (p>0,05).

Tablo 4. Katılımcıların cinsiyetlerine göre Stresle Başa Çıkma Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

Faktörler	Cinsiyet	N	X	Ss	t/z	p
Kendine güvenli yaklaşım	Kadın	79	73,21	18,232	-,602 ^t	,548
	Erkek	187	74,69	18,414		
Çaresiz yaklaşım	Kadın	79	40,93	17,764	,353 ^t	,724
	Erkek	187	40,08	18,105		
Boyun eğici yaklaşım	Kadın	79	29,05	18,151	-2,306 ^t	,022
	Erkek	187	35,04	19,826		
İyimser yaklaşım	Kadın	79	65,71	21,333	-1,400 ^z	,162
	Erkek	187	69,49	19,658		
Sosyal desteğe başvurma	Kadın	79	58,07	22,307	-,792 ^z	,101
	Erkek	187	60,09	21,683		

t=Independent t test, z=Mann Whitney U testi

Tablo incelendiğinde katılımcıların cinsiyetlerine göre boyun eğici yaklaşım puanları arasında anlamlı farklılıklar olduğu görülmektedir (p<0,05). Erkekler, kadınlara göre daha fazla boyun eğici tutum sergilemektedir. Diğer faktörlerde ise cinsiyetler arasında anlamlı farklılıklar olmadığı görülmektedir (p>0,05).

Tablo 5. Katılımcıların yaş gruplarına göre Stresle Başa Çıkma Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

Faktörler	Yaş grupları	N	X	Ss	F/X2	p
Kendine güvenli yaklaşım	18-19 yaş	97	75,88	17,806	,432 ^F	,730
	20-21 yaş	102	73,48	19,623		
	22-23 yaş	48	73,49	17,285		
	24+ yaş	19	72,03	17,178		
Çaresiz yaklaşım	18-19 yaş	97	39,66	17,987	,244 ^F	,865
	20-21 yaş	102	41,39	18,616		
	22-23 yaş	48	40,29	17,435		
	24+ yaş	19	38,26	16,725		
Boyun eğici yaklaşım	18-19 yaş	97	33,58	21,003	,290 ^F	,833
	20-21 yaş	102	33,99	17,682		
	22-23 yaş	48	30,90	19,388		
	24+ yaş	19	33,68	22,205		
İyimser yaklaşım	18-19 yaş	97	68,65	20,764	,243 ^{X2}	,970
	20-21 yaş	102	68,05	21,352		
	22-23 yaş	48	67,96	18,941		
	24+ yaş	19	69,63	14,556		
Sosyal desteğe başvurma	18-19 yaş	97	61,52	23,555	4,879 ^{X2}	,181
	20-21 yaş	102	59,73	20,594		
	22-23 yaş	48	58,26	20,116		
	24+ yaş	19	50,92	22,961		

F=One Way Anova, X2=Kruskal Wallis H,

Katılımcıların yaş gruplarına göre stresle başa çıkma puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamaktadır ($p>0,05$).

Tablo 6. Katılımcıların lisanslı sporcu olup olmama durumlarına göre Stresle Başa Çıkma Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

Faktörler	Lisans durumu	N	X	Ss	t/z	p
Kendine güvenli yaklaşım	Lisanslı	117	75,31	19,375	,832 ^t	,406
	Lisanssız	149	73,42	17,503		
Çaresiz yaklaşım	Lisanslı	117	40,33	18,909	-,006 ^t	,995
	Lisanssız	149	40,34	17,271		
Boyun eğici yaklaşım	Lisanslı	117	35,26	19,607	1,485 ^t	,139
	Lisanssız	149	31,69	19,343		
İyimser yaklaşım	Lisanslı	117	69,26	20,589	-,959 ^z	,337
	Lisanssız	149	67,66	19,938		
Sosyal desteğe başvurma	Lisanslı	117	62,08	22,516	-1,807 ^z	,071
	Lisanssız	149	57,45	21,160		

t=Independent t test, z=Mann Whitney U testi

Tablo incelendiğinde lisanslı sporcu olan ve olmayan katılımcıların stresle başa çıkma puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir (p>0,05).

Tablo 7. Katılımcıların yaptıkları spor türüne göre Stresle Başa Çıkma Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

Faktörler	Spor türü	N	X	Ss	t/z	p
Kendine güvenli yaklaşım	Takım	78	76,30	19,252	,749 ^t	,456
	Ferdi	35	73,34	19,968		
Çaresiz yaklaşım	Lisanslı	78	39,63	18,507	-,191 ^t	,849
	Lisanssız	35	40,38	20,452		
Boyun eğici yaklaşım	Lisanslı	78	33,80	18,985	-,825 ^t	,411
	Lisanssız	35	37,10	20,940		
İyimser yaklaşım	Lisanslı	78	69,41	21,300	-,317 ^z	,751
	Lisanssız	35	69,06	19,950		
Sosyal desteğe başvurma	Lisanslı	78	63,22	22,036	-,146 ^z	,884
	Lisanssız	35	62,14	22,327		

t=Independent t test, z=Mann Whitney U testi

Ferdi sporlarla uğraşan katılımcılar ile takım sporuyla uğraşan katılımcıların stresle başa çıkma puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamaktadır (p>0,05).

Tablo 8. Katılımcıların Kişilik Ölçeğinden Elde Ettikleri Ortalama Puanlar

Faktörler	N	En düşük	En yüksek	X	Ss
Nörotiklik	266	1	5	2,68	,595
Dışadönüklük faktörü	266	1	5	3,54	,679
Gelişime açıklık	266	1	5	3,72	,597
Uyumluluk	266	2	5	3,68	,485
Öz disiplin	266	2	5	3,75	,510

Tablo incelendiğinde katılımcıların nörotiklik faktöründen orta düzeyde, diğer faktörlerden ise orta düzeyin üzerinde puanlar aldıkları görülmektedir. Buna göre araştırmaya katılan öğrencilerde birçok kişilik özelliğinin görüldüğü söylenebilir.

Tablo 9. Katılımcıların eğitim gördükleri bölümlere göre Kişilik Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

Faktörler	Bölümler	N	X	Ss	t/z	p
Nörotiklik	BEÖ	127	2,66	,624	-,385 ^t	,701
	SY	139	2,70	,569		
Dışadönüklük faktörü	BEÖ	127	3,65	,633	-1,032 ^t	,303
	SY	139	3,44	,706		
Gelişime açıklık	BEÖ	127	3,72	,566	-1,285 ^t	,200
	SY	139	3,72	,627		
Uyumluluk	BEÖ	127	3,67	,485	-,292 ^t	,770
	SY	139	3,69	,487		
Öz disiplin	BEÖ	127	3,78	,522	-,982 ^z	,326
	SY	139	3,73	,500		

t=Independent t test, z=Mann Whitney U testi, BEÖ= Beden Eğitimi Öğretmenliği, SY=Spor Yönetimi

Beden eğitimi öğretmenliği bölümünde öğrenim gören öğrenciler ile spor yönetimi bölümünde öğrenim gören öğrencilerin kişilik ölçeğinden elde ettikleri puanlar arasında ştatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamaktadır (p>0,05).

Tablo 10. Katılımcıların cinsiyetlerine göre Kişilik Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

Faktörler	Cinsiyet	N	X	Ss	t/z	p
Nörotiklik	Kadın	79	2,72	,640	,672 ^t	,502
	Erkek	187	2,67	,576		
Dışadönüklük faktörü	Kadın	79	3,56	,663	,337 ^t	,737
	Erkek	187	3,53	,687		
Gelişime açıklık	Kadın	79	3,80	,471	1,471 ^t	,142
	Erkek	187	3,69	,641		
Uyumluluk	Kadın	79	3,74	,502	1,332 ^t	,184
	Erkek	187	3,65	,477		
Öz disiplin	Kadın	79	3,82	,492	-1,638 ^z	,101
	Erkek	187	3,72	,516		

t=Independent t test, z=Mann Whitney U testi

Tablo incelendiğinde kadın ve erkek katılımcıların kişilik ölçeğinden elde ettikleri puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir ($p>0,05$).

Tablo 11. Katılımcıların yaş gruplarına göre Kişilik Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

Faktörler	Yaş grupları	N	X	Ss	F/X2	p
Nörotiklik	18-19 yaş	97	2,68	,587	,946 ^F	,419
	20-21 yaş	102	2,74	,629		
	22-23 yaş	48	2,62	,575		
	24+ yaş	19	2,53	,480		
Dışadönüklük faktörü	18-19 yaş	97	3,42	,684	1,935 ^F	,124
	20-21 yaş	102	3,64	,693		
	22-23 yaş	48	3,53	,607		
	24+ yaş	19	3,61	,700		
Gelişime açıklık	18-19 yaş	97	3,72	,706	,696 ^F	,555
	20-21 yaş	102	3,73	,506		
	22-23 yaş	48	3,65	,576		
	24+ yaş	19	3,88	,498		
Uyumluluk	18-19 yaş	97	3,69	,510	,092 ^F	,964
	20-21 yaş	102	3,68	,495		
	22-23 yaş	48	3,65	,406		
	24+ yaş	19	3,68	,524		
Öz disiplin	18-19 yaş	97	3,80	,524	1,900 ^{X2}	,593
	20-21 yaş	102	3,72	,512		
	22-23 yaş	48	3,71	,496		
	24+ yaş	19	3,75	,484		

F=One Way Anova, X2=Kruskal Wallis H

Katılımcıların yaş gruplarına göre kişilik ölçeğinden elde ettikleri puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamaktadır ($p>0,05$).

Tablo 12. Katılımcıların lisanslı sporcu olup olmama durumlarına göre Kişilik Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

Faktörler	Lisans durumu	N	X	Ss	t/z	p
Nörotiklik	Lisanslı	117	2,64	,597	-1,142 ^t	,254
	Lisanssız	149	2,72	,592		
Dışadönüklük faktörü	Lisanslı	117	3,63	,664	1,965 ^t	,050
	Lisanssız	149	3,47	,684		
Gelişime açıklık	Lisanslı	117	3,82	,672	2,343 ^t	,020
	Lisanssız	149	3,65	,521		
Uyumluluk	Lisanslı	117	3,71	,471	,977 ^t	,329
	Lisanssız	149	3,65	,496		
Öz disiplin	Lisanslı	117	3,78	,526	-,737 ^z	,461
	Lisanssız	149	3,73	,498		

t=Independent t test, z=Mann Whitney U testi

Tablo incelendiğinde lisanslı spor yapan ve lisansı olmayan katılımcıların gelişime açıklık puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu görülmektedir ($p < 0,05$). Lisanslı sporcuların gelişime açıklık puanları daha yüksek düzeydedir. Buna ek olarak lisanslı sporcu olan ve olmayan katılımcıların diğer faktörlere ait puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmamaktadır ($p > 0,05$).

Tablo 13. Katılımcıların yaptıkları spor türüne göre Kişilik Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

Faktörler	Spor türü	N	X	Ss	t/z	p
Nörotiklik	Takım	78	2,64	,604	,221 ^t	,825
	Ferdi	35	2,62	,544		
Dışadönüklük faktörü	Takım	78	3,63	,660	,204 ^t	,839
	Ferdi	35	3,60	,693		
Gelişime açıklık	Takım	78	3,82	,701	,088 ^t	,930
	Ferdi	35	3,81	,646		
Uyumluluk	Takım	78	3,71	,483	-,204 ^t	,838
	Ferdi	35	3,73	,449		
Öz disiplin	Takım	78	3,75	,530	-,844 ^z	,399
	Ferdi	35	3,85	,518		

t=Independent t test, z=Mann Whitney U testi

Tablo incelendiğinde katılımcıların kişilik ölçeğinden elde ettikleri puanların yaptıkları spor türüne göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmektedir ($p > 0,05$).

4. TARTIŞMA SONUÇ

Araştırmaya katılan öğrencilerin kişilik özellikleri değerlendirildiği zaman, öğrencilerin en az sahip oldukları kişilik özelliğinin nörotiklik kişilik olduğu, dışa dönük kişilik, gelişime açık kişilik, uyumlu kişilik ve öz disiplin sahibi kişilik tarzlarının tamamının öğrencilerde benzer oranlarda ve orta düzeyin üzerinde görüldüğü tespit edilmiştir. Elde edilen bu bulgulara göre spor bölümlerinde öğrenim gören üniversite öğrencilerinde birçok kişilik özelliğinin benzer düzeylerde görüldüğü söylenebilir.

Nörotiklik kişilik özelliği genellikle sınırlı ve depresif bireylerde görülen, bununla birlikte kişilik ve duygusal durum bozukluğu olan kişileri tanımlamak için kullanılan bir kişilik kavramıdır (Ekinci ve Ekinci, 2013). Spora katılım veya sporun için de olmak ise insanların depresif tutumlar sergileme düzeylerini en aza indirmektedir (Dishman ve diğerleri, 2006; Dimeo ve diğerleri, 2001; De Moor ve diğerleri, 2006). Literatürde yer alan bilgiler değerlendirildiği zaman spor bölümlerinde öğrenim gören üniversite öğrencilerinde en az görülen kişilik tipinin nörotiklik kişilik olması beklenen bir sonuçtur. Benzer şekilde öğrencilerin dışa dönük, gelişime açık, uyumlu ve öz disiplin sahibi kişilik yapılarına sahip olmaları da literatür ile uyumlu bir sonuçtur. Nitekim yapılan araştırmalarda spora katılımın kişinin psikolojik ve sosyal yönlerini geliştirdiği, takım veya ferdi spor yapan bireylerin insanlarla iyi iletişim kurabilen, irade ve özgüven sahibi bireyler oldukları belirtilmektedir (Salar, Hekim ve Tokgöz, 2012).

Spora katılımın kişilik özellikleri üzerine etkilerinin araştırıldığı bir çalışmada, sedanter bireylere 3 ay boyunca düzenli spor aktiviteleri uygulanmıştır. Araştırmanın sonunda ön test değerleri ile kıyaslandığı zaman katılımcıların nörotiklik kişilik tarzlarında önemli bir azalma görüldüğü tespit edilmiştir. Aynı çalışmada spor etkinlikleri sonrasında dışa dönük ve sorumluluk sahibi kişilik özelliklerinde önemli bir artış meydana geldiği belirlenmiştir (Tazegül, 2014). Bu araştırma bulgusu da sporla iç içe olan kişilerin olumlu kişilik özelliklerine sahip oldukları düşüncesini desteklemektedir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin kişilik özelliklerinin öğrenim gördükleri spor bölümlerine göre anlamlı farklılık göstermediği, benzer şekilde öğrencilerin yaş gruplarına ve cinsiyetlerine göre kişilik özellikleri arasında anlamlı farklılık olmadığı belirlenmiştir.

Araştırma bulgularımızı destekleyen benzer bir çalışmada, spor bölümlerinde öğrenim gören üniversite öğrencilerinin kişilik özelliklerinin cinsiyetlerine göre anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir (Kuru, 2003). Eğitimin temel amaç ve unsurlarının başında insanların sosyalleşme düzeylerini arttırmak ve topluma uyum seviyelerini yükseltmek geldiği için, özellikle üniversite öğrencilerinde kişilik gelişimini destekleyecek faaliyetlerin üniversitelerde uygulanması oldukça önemlidir (Otrar ve diğerleri, 2002). Bu kapsamda üniversite öğrencilerinde yaş ve cinsiyet özellikleri de dikkate alınarak kişilik gelişimlerini destekleyecek eğitim ve uygulamaya yer verilmesi oldukça önemlidir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin lisanslı olarak spor yapma durumlarına veya takım-ferdi spor dalları ile ilgilenme durumlarına göre kişilik özelliklerinin farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Bu sonucun ortaya çıkmasında araştırmaya katılan öğrencilerin genellikle sporun içinden gelen ve sürekli olarak sporla ilgilenen bireyler olmasının etkili olduğu düşünülebilir. Kuru (2003) tarafından yapılan

araştırma bulguları da bu düşüncüyü desteklemektedir. Söz konusu araştırmada sporculuk düzeyi milli veya amatör olan spor bölümü öğrencilerinin kişilik özellikleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmadığı belirlenmiştir. Aynı araştırmada takım veya ferdi spor dalı ile ilgilenmenin de spor bölümlerindeki üniversite öğrencilerinin kişilik özelliklerini farklılaştırmadığı tespit edilmiştir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin stresle başa çıkmada en fazla kullandıkları yöntemlerin başında kendine güvenli yaklaşım ve iyimser yaklaşımın geldiği, bunu sırasıyla sosyal desteğe başvurma, çaresiz yaklaşım ve boyun eğici yaklaşımın takip ettiği belirlenmiştir. Elde edilen bu bulgulara göre spor bölümü öğrencilerinin stresle baş etme konusunda kendilerine güvendikleri, stresle mücadeleden kaçınma düzeylerinin ise düşük olduğu söylenebilir.

Üniversite öğrencilerinin karşılaştıkları birçok sorun olduğu için (Deniz ve Yılmaz, 2006) stresle başa çıkma konusunda çok farklı stratejiler kullanmaları beklenen bir sonuçtur. Üniversite öğrencileri üzerinde yapılan benzer araştırmalarda da öğrencilerin stresle baş etmede en fazla kendine güvenli yaklaşımı tercih ettikleri, boyun eğici yaklaşımları tercih etme düzeylerinin ise düşük olduğu tespit edilmiştir (Temel, Bahar ve Çuhadar, 2007). Öğrencilerin stresle baş etme de en fazla kendine güvenli yaklaşımı, en az olarak da boyun eğici yaklaşımları kullanıyor olmaları stresle başa çıkma konusunda özgüven sahibi olduklarını, stresle baş etmede planlı bir yol izlediklerini, bunun yanında stresle baş ederken aktif, mantıklı ve bilinçli kararlar verdiklerini göstermektedir (Tekin, 2009). Ayrıca kendine güvenli yaklaşım ile stresle baş etmek öğrencilerin iyi bir ruh sağlığına sahip olduklarını da göstermektedir (Otrar ve diğerleri, 2002).

Öğrenim görülen bölüm ve yaş grubu değişkenleri açısından değerlendirildiği zaman öğrencilerin stresle başa çıkma stillerinin farklılık göstermediği bulunmuştur. Bu sonucun ortaya çıkmasında da öğrencilerin genellikle sporcu kişiliğe sahip olmalarının etkili olduğu düşünülebilir. Çünkü sporcu kişiliğe sahip olan bireylerin genel olarak huzurlu, sakin, kendine güvenen, kaygı düzeyleri düşük ve her şeyi kolayca sinirlenmeyen bireyler oldukları bilinmektedir (Salar, Hekim ve Tokgöz, 2012; Tazegül, 2014; Biddle ve Asare, 2011). Bu nedenle sporun sürekli içerisinde olan spor bölümü öğrencilerinin stresli durumlarla baş etme konusunda yaş ve bölüm düzeyine göre benzer tutumlar sergilemeleri beklenen bir sonuçtur. Bunun yanında araştırmaya katılan öğrencilerin genel olarak benzer yaş gruplarında bulunmalarının stresle baş etme konusunda yaş gruplarına göre anlamlı farklılık çıkmamasının temel nedeni olduğu düşünülebilir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyetlerine göre stresle başa çıkma stilleri değerlendirildiği zaman, erkek öğrencilerin kadın öğrencilere kıyasla stresle başa çıkma konusunda boyun eğici davranışları daha sık kullandıkları belirlenmiştir. Stresle başa çıkmaya ilişkin diğer alt boyutlarda ise cinsiyete özgü herhangi bir farklılık bulunmadığı belirlenmiştir. Literatürde yer alan çeşitli araştırmalarda da erkek ve kadınların stresle başa çıkma stilleri arasında anlamlı farklılık gözlenmediği bulunmuştur (Tekin, 2009). Buna karşılık stresle başa çıkma konusunda erkek öğrencilerin lehine anlamlı farklılıkların olduğunu tespit eden araştırma bulguları da mevcuttur. Otrar ve diğerleri (2002) tarafından yapılan araştırmada, stresle baş etmede kendine güvenli yaklaşım, boyun eğici yaklaşım ve iyimser yaklaşım stratejilerini erkek öğrencilerin bayan öğrencilerden daha fazla kullandıkları tespit edilmiştir. Bu

araştırma sonucu bizim çalışma bulgularımız ile kısmen paralellik göstermektedir. Kadın öğrencilerin stresle başa çıkma konusunda boyun eğici davranışları erkeklerden daha az sergilemelerinin temel nedeninin ise yeni araştırmalarda incelenmesi gerekmektedir. Nitekim aynı bölümlerde öğrenim gören ve sporcu kişiliğe sahip olan bireylerde stresle başa çıkma konusunda cinsiyete özgü farklılıkların gözlenmesi düşündürücü bir sonuçtur.

Araştırmaya katılan öğrencilerin stresle başa çıkma stillerinin lisanslı olarak spor yapma durumlarına ve takım-ferdi spor dalları ile ilgilenme durumlarına göre anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir. Bu sonucun ortaya çıkmasında hem takım hem de ferdi sporlara katılımın, bunun yanında lisanslı olsun veya olmasın sürekli sporun içinde bulunmanın insanlara sağladığı bazı psikolojik faydaların etkili olduğu düşünülebilir. Çünkü spora katılım insanların psikolojik olarak kendilerini rahat hissetmelerine katkı sağlamakta ve psikolojik sağlamlığı desteklemektedir (Salar, Hekim ve Tokgöz, 2012). Bunun yanında stresle etkili bir biçimde başa çıkma da spora katılımın faydalı sonuçlar vereceğini belirten araştırmalarda mevcuttur (Aydın ve İmamoğlu, 2001). Bu kapsamda araştırmaya katılan öğrencilerin sporla ilgilenme biçimlerine göre stresle başatma stillerinin benzerlik göstermesinin beklenen bir sonuç olduğu söylenebilir.

Sonuç olarak, araştırmaya katılan öğrencilerin genellikle olumlu kişilik özelliklerine sahip oldukları, benzer şekilde stresle başa çıkma konusunda da kendine güvenen ve özgüveni yüksek bireyler oldukları tespit edilmiştir. Bu sonuçların ortaya çıkmasının temel nedenlerinin katılımcıların genellikle sporcu kişiliğe sahip olmaları ve sporun kişilik gelişimi ve psikolojik sağlamlığa destek olması gösterilmiştir. Bu düşünce literatürde yer alan araştırma bulguları ile desteklenmiştir. araştırmaya katılan öğrencilerin yaş, cinsiyet, öğrenim gördükleri bölüm ve spora katılma biçimlerine göre kişilik özelliklerinin ve stresle başa çıkma stillerinin farklılık göstermemesinin temelinde de katılımcıların genellikle sporcu kişiliğe sahip olmalarının yattığı düşünülmüştür.

5. ÖNERİLER

1.Spora katılımın kişilik özellikleri ve stresle başa çıkma stilleri üzerine etkilerinin daha iyi anlaşılması için spor yapan ve yapmayan bireyler üzerinde karşılaştırmalı analizlerin yapıldığı araştırmalar yapılabilir.

2.Spor bölümü öğrencileri ile diğer bölümlerde öğrenim gören üniversite öğrencilerinin kişilik özellikleri ve stresle başa çıkma stillerini karşılaştıran araştırmalar yapılabilir.

3.Üniversite öğrencilerinde kişilik özelliklerinin veya stresle başa çıkma stillerinin diğer psikolojik özellikler ile (beden algısı, benlik saygısı, kaygı veya stres düzeyi vb.) ilişkisini inceleyen bazı araştırmalar yapılabilir. Böylece üniversite öğrencilerinin kişilik özelliklerinin ve stresle başa çıkma stillerinin altında yatan bilişsel süreçlere ilişkin veriler elde edilebilir.

4.Üniversite öğrencilerinin sahip oldukları kişilik türlerine göre stresle başa çıkma stilleri arasındaki ilişkiyi ele alan araştırmalar yapılabilir.

6. KAYNAKÇA

Akbulut, Ayhan (2010), *Duygusal Zeka Ve Kişiliğin Öğrenme Stillerine Etkisi: Üniversite Öğrencileri Üzerine Bir Araştırma*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Kara Harp Okulu Savunma Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Aydın, Betül-İmamoğlu, Seval (2001), ‘‘Stresle Başa Çıkma Becerisi Geliştirmeye Yönelik Grup Çalışması’’, *M.Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, Sayı.14, (41-52).

Aytaç, Serpil (2009), *İş Stresi Yönetimi El Kitabı İş Stresi: Oluşumu, Nedenleri, Başa Çıkma Yolları, Yönetimi*, Labour Ministry-CASGEM, Ankara.

Basım, H.ejat-Çetin, Fatih-Tabak, Akif (2009), ‘‘Beş Faktör Kişilik Özelliklerinin Kişilerarası Çatışma Çözme Yaklaşımlarıyla İlişkisi’’ *Türk Psikoloji Dergisi*, Cilt.24, Sayı.63, (20-34).

Benet-Martinez Veronica-John, Oliver P (1998), ‘‘Los Cinco Grades Across Cultures And Ethnic Groups: Multitrait-Multimethod Analyses Of The Big Fi Ve İn Spanish And English’’, *Journal of Personality and Social Psychology*, No.75, (729-750).

Biddle, Stuart J.H- Asare, Mavis (2011), ‘‘Physical Activity And Mental Health In Children And Adolescents: A Review Of Reviews’’, *British Journal Of Sports Medicine*, No.45, (886-895).

Campbell-Sills, Laura-Cohan, Sharon L-Stein, Murray B (2006), Relationship Of Resilience To Personality, Coping, And Psychiatric Symptoms İn Young Adults. *Behaviour Research And Therapy*, Vol.44, No.4, (585-599).

Canpolat, Özlem (2006), *Çalışanların Stres Düzeylerini Etkileyen Faktörler ve İş Sağlığı Hemşiresinin Stres İle Baş Etmede Etkinliği*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Kocaeli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kocaeli.

De Moor, M. H. M-Beem, A. L-Stubbe, J. H-Boomsma, D. I-De Geus, E. J. C. (2006), ‘‘Regular Exercise, Anxiety, Depression And Personality: A Population-Based Study’’, *Preventive Medicine*, No.42, (273-279).

Deniz, M. Engin- Yılmaz, Ercan (2006), ‘‘Üniversite Öğrencilerinin Duygusal Zekâ Ve Stresle Başa Çıkma Stilleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi’’ *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, Cilt.3, Sayı.25, (17-26).

Dimeo, F-Bauer, M-Varahram, I-Proest, G-Halter, U (2001), ‘‘Benefits From Aerobic Exercise İn Patients With Major Depression: A Pilot Study’’, *British Journal Of Sports Medicine*, No.35, (114-117).

Dishman, Rod K-Hales, Derek P-Pfeiffer, KarinA-Felton, Gwen-Saunders, Ruth-Ward, Dianne S-Dowda, Marsha-Pate, Russell R (2006), ‘‘Physical Self-Concept And Self-Esteem Mediate Cross-Sectional

Relations Of Physical Activity And Sport Participation With Depression Symptoms Among Adolescent Girls”, *Health Psychology*, Vol.25, No.3, (396-407).

Doğan, Tayfun (2013), “Beş Faktör Kişilik Özellikleri İle Öznel İyi Oluş” *Doğuş Üniversitesi Dergisi*, Cilt.14, Sayı.1, (56-64).

Durna, U. (2004), “Stres, A Tipi Ve B Tipi Kişilik Yapısı Ve Bunlar Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma”, *Celal Bayar Üniversitesi İ.İ.B.F. Yönetim ve Ekonomi Dergisi*, Cilt.11, Sayı.1, (191-206).

Ekinci, Okan-Ekinci, Aslı (2013), “Major Duygudurum Bozukluklarında Kişiliğin Üç Boyutlu Değerlendirilmesi ve Klinik Özelliklerle İlişkisi”, *Nöropsikiyatri Arşivi*, Sayı.50, (15-22).

Güçlü, Nezahat (2001), “Stres yönetimi”, *G.Ü. Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, Cilt.21, Sayı.1, (91-109).

Herken, Hasan-Bodur, Said-Kara, Fatih (2000), “Üniversite Öğrencisi Kızlarda Madde Kullanımı İle Kişilik Ve Ruhsal Belirti İlişkisi” *Klinik Psikiyatri*, Sayı.3, (40-45).

Keskin, H.Kağan-Yapıcı, Şenay (2008), “Başarılı Ve Başarısız Öğrencilerin Kişilik Özellikleri İle İlgili Öğretmen Ve Veli Görüşleri” *Kuramsal Eğitimbilim*, Cilt.1, Sayı.1, (20-32).

Kuru, Emin (2003), “Farklı Statüdeki Beden Eğitimi Bölümü Öğrencilerinin Kişilik Özellikleri”, *G.Ü. Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, Cilt.23, Sayı.1, (175-191).

Okutan, Mustafa-Tengilimoğlu, Dilaver (2002), “İş Ortamında Stres Ve Stresle Başa Çıkma Yöntemleri: Bir Alan Uygulaması”, *Gazi Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, Cilt.4, Sayı.3, (1-27).

Otrar, Mustafa-Ekşi, Halil-Dilmaç, Bülent-Şirin, Ahmet (2002), “Türkiye’de Öğrenim Gören Türk Ve Akraba Topluluk Öğrencilerinin Stres Kaynakları, Başa Çıkma Tarzları İle Ruh Sağlığı Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma”, *Kuram Ve Uygulamada Eğitim Bilimleri Dergisi*, Sayı.2, (477-499).

Özdemir, Osman-Özdemir, Pınar Güzel-Kadak, Muhammed Tayyip-Nasiroğlu, Serhat (2012), “Kişilik Gelişimi”, *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, Cilt.4, Sayı.4, (566-589).

Şahin, Nesrin H-Durak, Ayşegül (1995), “Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği: Üniversite Öğrencileri İçin Uyarlanması” *Türk Psikoloji Dergisi*, Cilt.10, Sayı.34, (56-73).

Tazegül, Ünsal (2014), “Sporun Kişilik Üzerindeki Etkisinin Araştırılması”, *The Journal of Academic Social Science Studies*, Say.25, (537-544).

Tekin, Özlem (2009), *İlköğretim Okul Müdürlerinin Stresle Başa Çıkma Stratejilerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi (İzmir İli Örneği)*, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.

Temel, Emine-Bahar, Aynur-Çuhadar, Döndü (2007), “Öğrenci Hemşirelerin Stresle Başetme Tarzları ve Depresyon Düzeylerinin Belirlenmesi”, *Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi*, Cilt.12, Sayı.5, (107-118).

Terzi, Şerife- Çankaya, Zeynep Cihangir (2009), ‘‘Bağlanma Stillerinin Öznel İyi Olmayı Ve Stresle Başa Çıkma Tutumlarını Yordama Gücü’’, *Türk Psikolojik Danışma Ve Rehberlik Dergisi*, Cilt.4, Sayı.31, (1-11).

Tokmak Cüneyt, Kaplan Çetin, Türkmen Fatih, (2011), ‘‘İş Koşullarının Sağlık Çalışanlarında Yol Açtığı Stres Üzerine Sivas’ta Bir Araştırma’’, *İşletme Araştırmaları Dergisi*, Cilt.3, Sayı.1, (49-68).

Wang, L-Wang, X-Wang, W-Chen, C-Ronnenberg, A. G-Guang, W-Huang, A- Fang, Z-Zang, T-Wang, L-Xu, X (2004), ‘‘Stress And Dysmenorrhoea: A Population Based Prospective Study’’, *Occupational And Environmental Medicine*, Vol.61, No.12, (1021-1026).

Yelboğa, Atilla (2006), ‘‘Kişilik Özellikleri Ve İş Performansı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.’’, ‘‘İş, Güç’’ *Endüstri İlişkileri ve İnsan Kaynakları Dergisi*, Cilt.8, Sayı.2, (196-211).