

Spor Yapan ve Yapmayan Üniversite Öğrencilerinin Benlik Saygısı ve Atılganlık Düzeylerinin İncelenmesi

Yrd. Doç. Dr. Hacalet Mollaogulları
Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi
Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu
E-posta: mhacalet@mu.edu.tr

Esen Cemil Alptuğ
Muğla Özel Yönelit Koleji
Beden Eğitimi Öğretmeni
E-posta: c_alptug@hotmail.com

Özet

Bu araştırma Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi'nde öğrenim gören spor yapan ve yapmayan üniversite öğrencilerinin benlik saygısı ve atılganlık düzeylerinin incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Bu araştırmanın evrenini Türkiye'deki üniversitelerde öğrenim gören spor yapan ve yapmayan öğrenciler oluştururken, örneklemi ise Muğla Üniversitesinin (Fen Fakültesi, Edebiyat Fakültesi ve Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu) çeşitli bölümlerinde öğrenim gören 330 kadın ve 339 erkek olmak üzere toplam 669 öğrenci oluşturmuştur. Araştırmada Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, Rathus Atılganlık Ölçeği ve Sosyo-Demografik özellikleri içeren bir bilgi formu kullanılmıştır. Elde edilen veriler SPSS paket programında değerlendirilmiştir. Frekans ve yüzde analizi, t testi, anova ve korelasyon testleri yapılmıştır. Araştırma sonucunda spor yapan ve yapmayan üniversite öğrencilerinin benlik saygısı ve atılganlık düzeyleri arasında farklılık ve ilişki bulunmamıştır. Ancak benlik saygısı ve atılganlık düzeyi arasında pozitif (anamlı) bir ilişki görülmektedir ($p<0,05$). Bireylerin benlik saygısı düzeyleri artış gösterdikçe atılganlık davranış düzeyleri de doğrusal bir artış göstermektedir. Bireylerin gelir düzeyi miktarı benlik saygısı ve atılganlık düzeylerinde anlamlı olarak değişim göstermektedir. Harcanan para miktarı arttıkça benlik saygısı ve atılganlık düzeylerinin de artışında anlamlı farklılık bulunmuştur ($p<0,05$).

Anahtar Kelimeler: Benlik Saygısı, Atılganlık, Spor

Analyzing the Self-Esteem and Assertiveness Levels of University Students Who Are Doing Sports and Who Do Not

Abstract

This research was conducted at Mugla Sıtkı Koçman University on the students who are both doing exercises and who do not in order to explore their self-esteem and assertiveness levels. This study's population consists of students who are studying at universities in Turkey where its sample consists of 669 students (330 women and 339 men) in total who are studying in various departments (Faculty of Science, Faculty of Letters, and Physical Education and Sports School) of Mugla University. In the research context, the Rosenberg Self-Esteem Scale, the Rathus Assertiveness Scale, and an information form containing the socio-demographic characteristics were applied in order

obtain data were evaluated using SPSS 18 package program. In order to assess socio-demographic data, the percentage and frequency analysis were used. In addition to that, for the reliability study of the scale, Cronbach Alfa coefficient was calculated. Content validity and construct validity were examined for the validity study of the survey. Frequency analysis, t-test, Anova test and correlation tests were used. As a result of the research no relationship and difference were found between self-esteem and assertiveness levels of the university students who are involved in sports and who are not. However, a positive correlation between the level of self-esteem and assertiveness (significant) relationship is observed ($p < 0.05$). Increase with individuals' levels of self-esteem, assertiveness behavior shows a linear increase in levels. The level of income by individuals in self-esteem and assertiveness levels vary significantly. As the amount of money spent increased, a significant difference was observed in the levels of self-esteem and assertiveness ($p < 0.05$).

Keywords: Self-esteem, assertiveness, sport.

1.Giriş

Benlik durumunun benlik saygısı için bir ön koşul olduğunu söyleyebiliriz. Bireylerin çevreleriyle etkileşim halinde oldukları, kişiliklerini geliştirici davranışların sergilendiği ortamlarda olumlu benlik durumlarının ortaya çıkmasıyla benlik saygısının da yükseldiğini görülebilir. Çeşitli araştırmalarda da ben kavramının benlik saygısının bir alt katmanı olduğunu, birbirleriyle sürekli bir etkileşim halinde olduklarını, benlik saygısının oluşmasında benlik durumunun etkisinin olduğu bilinmektedir. Benlik kavramı, bireyin kendine ilişkin bilinçli algılarından oluşmaktadır (Pescitelli, 1996). Bireyin kendine ilişkin algıları "ben zekiyim", "ben çekiciyim" gibi kişisel; "insanlar benim iyi biri olduğumu düşünüyor" gibi sosyal ve "çok başarılı olmak istiyorum" gibi ideallere ilişkin olabilir. Benlik kavramımız, diğer insanlarla etkileşimde bulunduğumuzda bize ait olan ile bizim dışımızda kalanı ayırt eden bir alan gibidir. "Ben çok çalışkanım", "ben iyi bir insanım", "ben işimi seviyorum", "ben gürültüden hoşlanmam" dediğimizde kendimizi, içinde bulunduğumuz toplumun veya grubun içinde konumlandırmış oluruz. Benlik kavramı ile kendimizi bizim dışımızda kalan bireylerden ayırır, kendimize özel ve farklı bir alan yaratmış oluruz. Oluşturduğumuz alanı korumak, geliştirmek ve sosyal etkileşim içerisinde konumlandırmak için de çok büyük çaba gösteririz. Bu çaba "ben olma savaşı" biçiminde nitelendirilmektedir (Cüceloğlu, 1992).

Benlik kavramının oluşumunda, başkalarının kişiye yansıttığı özellikler, kişinin kendisi hakkındaki gözlemlerinden elde ettiği bilgiler gibi etkili olur. Kişi kendisi hakkında sıklıkla söylenen şeyleri benliğinin parçaları olarak görür ve ifade eder. Çoğu zaman da benlik kavramına uygun davranmaya çalışır (Cüceloğlu, 1997). Bireylerin sağlam, doğru ve olumlu bir ben kavramı

Spor Yapan ve Yapmayan Üniversite Öğrencilerinin Benlik Saygısı ve Atılganlık Düzeylerinin İncelenmesi

oluşturabilmeleri zaman alabilmektedir. Aile yapısı, arkadaş çevresi, çevreden edinilen bilgiler, çevreye uyum ve okul durumları vb. durumlar “ben” kavramını olumlu ya da olumsuz etkileyebilmektedir. Ben duygusuna paralel olarak benlik saygısının geliştiğini görmekteyiz. Benlik kavramı, kişinin sahip olduğu ve kendisi hakkında doğru olduğunu düşündüğü inançlar ve imgeler dizisidir (Yıldız, 2006).

Benlik saygısı ise bireylerin kendilerini çeşitli faktörler yardımıyla değerlendirmelerinden sonra ortaya çıkardıkları durumu beğenme derecesidir. Bireyler kendilerini düzgün bir şekilde değerlendirebiliyor, davranışlarının tutarlılığını test edebiliyor ve bunun sonucunda da kendilerinde sağlam bir güven duygusu oluşturabiliyorlarsa doğru bir benlik saygısı düzeyinden bahsedilebilmektedir. Bireyi kendisi yapan, onu zeki kılan, çevresinde saygın bir kişilik olarak lanse edilmesini sağlayan yine bireyin kendi öz benliğinden ortaya çıkan beğenilme durumudur. Yani kendi öz saygısıdır. Benlik saygısı, kişinin kendini değerlendirmesi sonunda ulaştığı benlik kavramının onaylanmasından doğan beğeni durumudur (Çam ve ark., 2000).

Özcan’a göre (2006) atılganlık, bireyin; benliğine, onuruna, haklarına sahip çıkması, görüş duygu ve düşüncelerini pasif kalmadan, saldırganlık olmadan, kendi inanç gereksinmelerine saygı duyduğu kadar, başkalarının inanç ve gereksinmelerine de saygı duyarak dürüstçe ve doğrudan ifade etmesi demektir. Davranışlarında girişken özellikler gösteren bireyler, duygularını ve isteklerini ortaya koyarken başkalarını tehdit etmezler.

Atılganlık, bireylerin gerekli bir empati ortamının da oluşturularak, karşısındaki kişilerin kim olursa olsun haklarını gasp etmeden, davranışlarını yadırgamadan, hiçe saymadan kendi davranışlarını da ortaya koyarak, gerektiğinde “hayır” diyerek kendisini ifade edebilmektedir. Sosyal-kültürel ve psikolojik doğasıyla çok yönlü araştırmalara konu olan atılganlık kavramı girişkenlik olarak da isimlendirilmiş; kişilerarası ilişkilerin nitelik ve niceliğinin iyileştirmesinde temel uyum ögesi olarak değerlendirmiş ve sosyal beceri bağlamında önem kazanmıştır (Tan, 2006). İnsan, ilişkileri içinde sürekli yeniden tanımlanan bir varlıktır; diğer insanlarla hiç ilişkisi olmayan bir insan düşünülemez (Cüceloğlu, 2000). Bu çerçeveden baktığımızda atılganlığın ve benlik saygısının çok çeşitli değişkenlere bağlı olarak değişebileceği, azalabileceği ya da artabileceği görülmektedir. Atılganlık ve benlik saygısı arasındaki ilişki de kuşkusuz çok önemlidir (Kahriman, 2005).

İnsanın fizyolojik ve psikolojik olarak yaşamını sürdürebilmesi için canlı ve cansız varlıklarla süreç ilişkisi içinde olduğu gözlenmektedir. İnsanlar arası süreçler sosyal iletişim ve psikolojik iletişim şeklinde açıklanmaktadır (Dökmen, 2002). Bireylerin birbirleriyle olan iletişimlerini sağlıklı bir şekilde gerçekleştirebilmeleri ve olumlu bir iletişim süreci yaratabilmeleri çok önemlidir. İnsan hayatında geniş bir yere sahip olan iletişim, “iki kişi arasında

anlam alışverişi”dir şeklinde tanımlanmaktadır (Cüceloğlu 2002). Kişilerarası iletişimle yürütülen ilişki kurma ve tutmanın, insanın doğumuyla birlikte yaygın olarak bağlanma arayışı ve aynı zamanda bilinç yönetiminden geçerek bağlanma durumunu yaratmada oldukça önemli bir rol oynadığı ve bağlanma kuramının insanların doğumundan ölüme kadar olan kalıcı ilişki kalıplarını betimlemeye çalıştığı belirtilmektedir (Erdoğan, 2002).

Spor yapan bireylerin benlik saygısı ve atılganlık düzeyleri ile spor yapmayan bireylerin benlik saygısı ve atılganlık düzeyleri arasında farklılık oluşabilmektedir. Bu bağlamda bir de buna üniversite de öğrenim gören öğrencilerin çeşitli faktörlere bağlı olarak bazı etkenler eklenince benlik saygılarında ve atılganlık düzeylerinde de farklılaşmalar olduğu görülmektedir. Bu bağlamda, bu araştırma Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi’nde öğrenim gören spor yapan ve yapmayan üniversite öğrencilerinin benlik saygısı ve atılganlık düzeylerinin incelenmesi amacı ile gerçekleştirilmiştir.

2. Materyal ve Metot

Araştırmada anket, tarama ve ilişkiyel tarama modeli kullanılmıştır. Bu araştırmanın evrenini Türkiye’deki üniversitelerde spor yapan ve yapmayan öğrenciler oluştururken, örneklemini ise Muğla üniversitesinde (Fen Fakültesi, Edebiyat Fakültesi ve Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu) çeşitli bölümlerde öğrenim gören 330 kadın ve 339 erkek olmak üzere toplam 669 öğrenci oluşturmuştur. Araştırmada 10 maddeden oluşan RBSÖ ile 30 maddeden oluşan RAE kullanılmıştır. Araştırmaya katılan deneklerin kişisel bilgilerini belirlemek amacıyla 13 sorudan oluşan bilgi formu hazırlanmıştır. Rosenberg Benlik Saygısı ve Rathus Atılganlık anketi ölçekleri aracılığıyla toplanan veriler istatistiksel paket programı (SPSS) 17.0 aracılığıyla analiz edilip sonuçlar yorumlanmıştır. Öncelikle demografik bilgiler ve diğer grup sorulara ait fikir edinilmesini sağlamak amacıyla aritmetik ortalama, standart sapma, frekans ve yüzde dağılımları içeren tanımlayıcı istatistikler sunulmuştur. Spor yapan ve yapmayan üniversite öğrencilerinin benlik saygısı ve atılganlık düzeyinin bazı demografik değişkenlerle ilişkisi incelenmiştir. Elde edilen verilerin frekans analizi, yüzde analizi, t testi analizi, anova testi analizi ve korelasyon analizi yapılmıştır.

3. Bulgular

Tablo 1’de araştırmaya katılan kadın öğrencilerin cinsiyet değişkenine göre benlik saygısı puan ortalaması 2,84, atılganlık ortalaması 4,04, erkek öğrencilerin benlik saygısı puan ortalaması 2,92, atılganlık puan ortalaması 4,11 olarak bulunmuştur. Cinsiyet değişkenine göre erkek öğrencilerin benlik saygısı düzeyi kadın öğrencilerin benlik saygısından yüksek bulunmuştur. Cinsiyet

Spor Yapan ve Yapmayan Üniversite Öğrencilerinin Benlik Saygısı ve Atılganlık Düzeylerinin İncelenmesi

değişkenine göre benlik saygısı durumunda anlamlı bir farklılık görülmektedir($p<0,05$). Atılganlık düzeyinde ise fark bulunmamıştır($p>0,05$).

Tablo 1. Katılımcıların benlik saygısı ve atılganlık düzeylerinin cinsiyet değişkenine göre karşılaştırılması

		n	Ort ±S.S.	t	p
Benlik saygısı	Kadın	330	2,84 ±,36	-2,98	0,00*
	Erkek	339	2,92 ±,35		
Atılganlık	Kadın	330	4,04 ±,47	-1,85	0,06
	Erkek	339	4,11 ±,54		

* $p < 0.05$

Tablo 2’de araştırmaya katılan Edebiyat Fakültesi öğrencilerinin bölüm değişkenine göre benlik saygısı puan ortalaması 2,78, atılganlık puan ortalaması 3,94, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencilerinin benlik saygısı puan ortalaması 2,89, atılganlık puan ortalaması 4,09 olarak bulunmuştur. Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin hem benlik saygısı puan ortalaması hem de atılganlık puan ortalaması Edebiyat fakültesi öğrencilerinin benlik saygısı ve atılganlık puan ortalamalarından yüksek bulunmuştur. Bölüm değişkenine göre benlik saygısı ve atılganlık düzeyinde anlamlı bir fark görülmektedir($p<0,05$).

Tablo 2. Katılımcıların benlik saygısı ve atılganlık düzeylerinin bölüm değişkenine göre karşılaştırılması

		n	Ort ±S.S.	t	p
Benlik saygısı	Edebiyat Fak.	239	2,78 ±,37	-3,26	,001*
	BESYO	324	2,89 ±,35		
Atılganlık	Edebiyat Fak.	239	3,94 ±,44	-3,49	,001*
	BESYO	324	4,09 ±,57		

* $p < 0.05$

Tablo 3’de araştırmaya katılan Fen Fakültesi öğrencilerinin bölüm değişkenine göre benlik saygısı puan ortalaması 3,09, atılganlık puan ortalaması 4,34, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencilerinin benlik saygısı puan ortalaması 2,89, atılganlık puan ortalaması 4,09 olarak bulunmuştur. Fen fakültesi öğrencilerinin benlik saygısı puan ortalamaları ile atılganlık puan ortalamaları, Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin hem benlik saygısı hem de atılganlık puan ortalamalarından daha yüksek bulunmuştur.

Bölüm değişkenine göre benlik saygısı ve atılganlık düzeyinde anlamlı bir fark görülmektedir($p < 0,05$).

Tablo 3. Katılımcıların benlik saygısı ve atılganlık düzeylerinin bölüm değişkenine göre karşılaştırılması

		n	Ort ±S.S.	t	p
Benlik saygısı	Fen Fak.	106	3,09 ±,27	5,52	,000*
	BESYO	324	2,89 ±,35		
Atılganlık	Fen Fak.	106	4,34 ±,24	4,29	,000*
	BESYO	324	4,09 ±,57		

* $p < 0.05$

Tablo 4’de araştırmaya katılan öğrencilerin gelir düzeyi değişkenine göre benlik saygısı puan ortalamaları 100–250 TL 2,85, 251–500 TL 2,82, 501–1000 TL 2,91, 1001–1500 TL 3,00, atılganlık puan ortalamaları 100–250 TL 4,06, 251–500 TL 4,02, 501–1000 TL 4,09, 1001-1500 TL 4,22 olarak bulunmuştur. Gelir düzeyi değişkenine göre benlik saygısı ve atılganlık düzeyi arasında anlamlı bir fark bulunmuştur($p < 0,05$).

Tablo 4. Katılımcıların benlik saygısı ve atılganlık düzeylerinin gelir düzeyi değişkenine göre karşılaştırılması

	Gelir Düzeyi	n	Ortalama	Std. Sapma	F	p
Benlik saygısı	100-250 TL	60	2,85 ±,30		6,50	0,00
	251-500 TL	268	2,82 ±,39			
	501-1000 TL	263	2,91 ±,34			
	1001-1500TL	78	3,00 ±,27			
	Toplam	669	2,88 ±,36			
Atılganlık	100-250 TL	60	4,06 ±,55		3,18	0,02
	251-500 TL	268	4,02 ±,51			
	501-1000 TL	263	4,09 ±,48			
	11001-1500TL	78	4,22 ±,54			
	Toplam	669	4,07 ±,50			

* $p < 0.05$

Spor Yapan ve Yapmayan Üniversite Öğrencilerinin Benlik Saygısı ve Atılganlık Düzeylerinin İncelenmesi

Tablo 5. Katılımcıların benlik saygısı ve atılganlık davranışları arasındaki ilişki

	Benlik saygısı	
Atılganlık	<i>r</i>	0,38
	<i>p</i>	0,00*

* $p < 0.05$

Tablo 5’de spor yapma durumu ile benlik saygısı ve atılganlık düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır($p>0,05$). Benlik saygısı düzeyiyle atılganlık düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur($p<0,05$). Benlik saygısı düzeyi artış gösterdikçe bunun atılganlık davranışını pozitif(anlamlı) yönde etkilediği görülmektedir($r=,38$, $p<0.05$).

4.Tartışma ve Sonuç

Bu çalışma Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi’nde öğrenim gören spor yapan ve yapmayan üniversite öğrencilerinin benlik saygısı ve atılganlık düzeylerinin incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Spor yapan bireylerin benlik saygısı ve atılganlık düzeyleri ile spor yapmayan bireylerin benlik saygısı ve atılganlık düzeyleri arasında farklılık oluşabilmektedir. Bu bağlamda bir de buna üniversite de öğrenim gören öğrencilerin çeşitli faktörlere bağlı olarak bazı etkenler eklenince benlik saygılarında ve atılganlık düzeylerinde de farklılaşmalar olduğu görülmektedir. Spor yapma değişkeninin çalışmamızda anlamlı bir fark yaratmasını beklememiz ve çalışmalarımızı bu yönde yapmamız bizim her ne kadar anlamlı bir fark bulamamamıza neden olsa da sporun birçok araştırmada bireylerin benlik saygısı ve atılganlık düzeylerine olumlu bir etkisinin olduğunu göstermektedir. Benlik saygısı ve atılganlık arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Her iki değişken de birbirini pozitif yönde etkilemektedir. Benlik saygısı düzeyi arttıkça atılganlık düzeyinin de arttığı söylenebilir. Çeşitli araştırmalarda (Suveren, 1991; Kapıkıran, 1993) bireylerin spor etkinliklerine katılımının beden, ruh ve kişilik yapısını geliştirdiğini, iradeyi güçlü kılma, grup çalışmasını kolaylaştırma, karşılıklı dayanışma sağlama, özgüven geliştirme, kendini kontrol etme, başkalarına saygıyı öğrenmede önemli katkılar sağlandığını ve atılgan birey olmalarında rol oynadığını ortaya koymaktadır. Bu bağlamda, sportif etkinliklerin, bireylerin atılganlık düzeyine etkili olduğu düşünülebilir (Büyük Yazı, 2003). Spor yapanlar ve yapmayanlar arasında yapılan çalışmalarda spor yapanların spor yapmayanlara göre daha canlı, dışa dönük, daha çalışkan, daha sabırlı, toplumsal ilişki kurmaya daha hazır, yeni bir duruma uyum sağlamalarının daha kolay, duygusal yönden daha dengeli oldukları bulunmuştur (Tiryaki, 1991).

Arı(1989) "Üniversite Öğrencilerinin Baskın Ben Durumları ile Bazı Özlük Niteliklerinin, Ben Durumlarına Atılganlık ve Uyum Düzeylerine Etkisi" konulu çalışmayı, Selçuk Üniversitesi’nin çeşitli bölümlerinde okuyan 426

öğrenci üzerinde gerçekleştirilmiştir. Bu çalışmada erkek öğrencilerin atılganlık puan ortalamaları kızlara oranla anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur (Kapıkıran, 1993). Çalışmamızla paralellik göstermektedir.

Tegin (1990), Hacettepe Üniversitesi'nin 4 ayrı fakültesinde okuyan 265 kız ve 346 erkek katılımcıdan elde edilmiş olan verilerle, üniversite öğrencilerinin atılganlık davranış ve eğilimlerinin cinsiyet ve fakülte değişkenleri açısından karşılaştırmasını yapmıştır. Fakülteler arasında Eğitim Fakültesi öğrencilerinin diğer fakültele oranla daha az atılgan olduklarını ortaya koymuştur. Tegin'in çalışması yapmış olduğumuz çalışmayı destekler niteliktedir.

Kaynaklar

- Büyükyaşı, G., Saraçoğlu, S., Karadeniz, G., Çamlıyer, H. (2003). *Sedanterler İle Veteran Atletlerin Çeşitli Değişkenlere Göre Atılganlık Düzeylerinin Karşılaştırılması*. Gazi Beden Eğitimi Spor Bilimleri Dergisi, 8;2: 13-24.
- Cüceloğlu, D. (1992): *Yeniden İnsan İnsana*, 3. Basım, Remzi Kitabevi, İstanbul
- Cüceloğlu, D. (1997): *İnsan ve Davranışı*. Psikolojinin Temel Kavramları. Yedinci basım. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Cüceloğlu, D. (2002). *İletişim Donanımları*, İstanbul, Remzi Kitabevi.
- Cüceloğlu, D. (2000). *İnsan İnsana*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Çam, O., Khorshid, L., Altuğ, Özsoy, S. (2000). “*Bir Hemşirelik Yüksekokulundaki Benlik Saygısı Düzeylerinin İncelenmesi*” *Hemşirelikte Araştırma Dergisi*, 1: 33-40.
- Dökmen, Ü. (2002). *İletişim Çatışmaları ve Empati* (18. Baskı). İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Erdoğan, İ. (2002). *İletişimi Anlamak*. Ankara: Erk Yayıncılık. Fakültesi Dergisi. *Beden Eğitimi Spor Özel Sayısı*; 7: 191-199.
- Kahrıman, Y. (2005) *Karadeniz Teknik Üniversitesi Trabzon Sağlık Yüksekokulu öğrencilerinin benlik saygıları ve atılganlık düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi*. C.Ü. Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi, 9(1): 24-32.
- Kapıkıran, Ş. (1993). *İçten ve Dıştan Denetimliliğe Sahip Ergenlerin Atılganlık Düzeyinin Saptanması*. Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Özcan A. (2006). *Hemşire-Hasta İlişkisi ve İletişim*. 2. Baskı, Ankara, : 229-256.
- Pescitelli, (2001). *Gale Encyclopedia of Psychology*.
- Suveren, S.(1991). *Sporu teşvik eden ekonomik ve sosyal faktörler*. Gazi Eğitim
- Tan, Ş. (2006). *Öğretimde planlama ve değerlendirme* (10. Baskı). Ankara: Pegem A Yayıncılık.

Spor Yapan ve Yapmayan Üniversite Öğrencilerinin Benlik Saygısı ve Atılganlık Düzeylerinin İncelenmesi

- Tegin, B. (1990). “*Üniversite Öğrencilerinin Atılganlık Davranış ve Eğilimlerinin Cinsiyet ve Fakülte Değişkenleri Açısından İncelenmesi*”. Psikoloji Dergisi, 25.
- Tiryaki, Ş, Erdil G, Acar M, Emlek Y. (1991). *Sporcu ve sporcu olmayan gençlerin kişilik özellikleri*. Spor Hekimliği Dergisi 19-23.
- Yıldız, M. (2006). “*Dinsel Yönelim Biçimleri ve Bazı Demografik Değişkenler Açısından Üniversite Öğrencilerinin Benlik Tasarımları Üzerine Bir Araştırma*”, Tabula Rasa Felsefe, Teoloji, 6(17): 81-102.