



INESJOURNAL

ULUSLARARASI EĞİTİM BİLİMLERİ DERGİSİ
THE JOURNAL OF INTERNATIONAL EDUCATION SCIENCE

Yıl: 4, Sayı: 11, Haziran 2017, s. 314-322

Hakan Salim ÇAĞLAYAN¹, Mehibe AKANDERE², Özgür GÜL³

FİZİKSEL AKTİVİTELERİN ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN AFFEDİCİLİK DÜZEYLERİNE ETKİSİ⁴

Özet

Bu çalışmanın amacı, sporun üniversite öğrencilerinin affedicilik düzeylerine etkisinin incelenmesidir.

Tarama (survey) modeline uygun olarak gerçekleştirilen çalışmanın araştırma grubunu, 2016-2017 eğitim-öğretim yılı güz döneminde üniversitede öğrenim gören ve spor yapan 99 (n_{erkek}=50, n_{kadın}=49) ve spor yapmayan 101 (n_{erkek}=51, n_{kadın}=50) olmak üzere toplam 200 öğrenci oluşturmaktadır. Spor yapan grubu; aktif olarak farklı spor branşlarına devam eden öğrenciler oluştururken, spor yapmayan grubu ise aynı okulun farklı sınıflarında okuyan ve bir branşta aktif olarak faaliyet göstermeyen öğrenciler oluşturmuştur.

Araştırmada, öğrencilerin affetme eğilimlerini ölçmek amacıyla Thompson ve ark (2005) tarafından geliştirilen Heartland Affetme Ölçeği kullanılmıştır. Veriler normal dağılım gösterdiğinden dolayı ikili küme karşılaştırmaları için bağımsız grup t testi kullanılmıştır. Araştırmada anlamlılık düzeyi 0.05 alınmıştır.

Araştırma sonucunda; üniversite öğrencilerinin spor yapma durumlarına göre affedicilik puan ortalamalarının spor yapanlar lehine anlamlı düzeyde farklılaştığı; spor yapan kadın öğrencilerin spor yapmayan kadın öğrencilere göre affedicilik puan ortalamalarının anlamlı düzeyde yüksek olduğu ve spor yapan erkek öğrencilerin spor yapmayan erkek öğrencilere göre affedicilik puan ortalamalarının anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar kelimeler: Spor, öğrenci, affedicilik.

¹ Doç. Dr., Selçuk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, Konya/Türkiye, hcaglayan@selcuk.edu.tr

² Doç. Dr., Selçuk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, Konya/Türkiye, makandere@selcuk.edu.tr

³ Yrd. Doç. Dr., Selçuk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, Konya/Türkiye, ozgur2003@gmail.com

⁴ Bu araştırma, 21-23 Mayıs 2017 tarihinde Bursa'da düzenlenen 4st The International Balkan Conference in Sports Sciences'te sözlü bildiri olarak sunulmuştur.

EFFECTS OF PHYSICAL ACTIVITIES OF UNIVERSITY STUDENTS'S FORGIVENESS LEVELS

Abstract

The aim of this study is to examine the effect of physical activities of university students' on forgiveness levels.

The study group of the study conducted in accordance with the survey model, consists of totally 200 students sportsman 99 ($n_{male}=50$, $n_{female}=49$) and non-sports 101 ($n_{male}=51$, $n_{female}=50$) university-educated in the fall semester of 2016-2017 academic year. While the sporting group actively creates students who continue to different sports branches, the non-sports group formed students who read in different classes of the same school and did not actively work in a branch.

In the study, the Heartland Forgiveness Scale developed by Thompson et al (2005) was used to measure students' tendency to forgive. Independent group t test was used for binary cluster comparisons since the data showed normal distribution. The level of significance has been taken as 0.05 in the study.

As a result of the research; University students' average scores of forgiveness according to their sporting status differ significantly at favor of sportsmen, it was found that the average scores of forgiveness were significantly higher in female students who did sports than female students who did not do sports and it was found that the average scores of forgiveness were significantly higher in male students who did sports than male students who did not do sports.

Key words: Sports, student, forgiveness.

GİRİŞ

Kendini, başkalarını ve durumları affetme boyutları olan affetme; kişinin inciten kişiye, incitici olaya ve incitici olayın sonuçlarına ilişkin tepkilerinin olumsuzdan nötre ya da olumluya doğru değişmesi olarak tanımlanmaktadır (Thompson ve ark 2005). North'a (1987) göre affetme, incinen birey, kendi haklarından gönüllü olarak vazgeçtiğinde ve inciten bireye şefkat, yardımseverlik, sevgi gibi olumlu duygularla yaklaşabildiğinde gerçekleşmektedir.

McCullough ve ark (1997) ise affetmeyi, "inciten kişiden intikam alma güdüsünün azalması, inciten kişiden uzak durma güdüsünün azalması ve inciten kişinin yaptığı incitici eylemlere rağmen, inciten kişiyle barışma ve inciten kişiye iyi niyet gösterme güdüsünün artması" olarak tanımlamıştır.

Enright ve ark (1996) affetmeyi, inciten kişiye merhamet, iyilik ve sevgiyle yaklaşarak olumsuz duyguları ve yargıları aşmak olarak tanımlarken; Mc Cullough ve ark (2000) affetmeyi, kişilerarası bağlamda yer alan, inciten kişiye karşı içsel, olumlu sosyal değişim olarak tanımlamaktadır. Burada sözü edilen olumlu sosyal değişim duygu, güdü ya da davranışlardaki olumlu değişimdir (Frommer 2005). Yapılan tanımlara bakıldığında bazılarının, davranışı affetmenin bir parçası olarak ifade ettiği; bazılarının, affetmenin biçimlendirdiği duygusal değişikliklere ve/veya önemli güdülere dikkat çektiği; bazılarının ise affetme kararlarında devreye giren bilişsel akıl yürütme sürecine yoğunlaştığı görülmektedir (Denham ve ark 2005). Tanımlara göre affetme bilişsel karar, duygusal değişiklik ve değişmeye güdülenme olmak üzere üç bileşenden oluşmaktadır. Bu bileşenler birbiriyle ilişkili ancak ayrı yapılar olarak görülmektedir (Leon 2008).

Affetme ile ilgili araştırmaların bulguları çoğunlukla olumlu psikolojik özelliklerle birlikte anılsa da, affetmenin olumsuz sonuçları da olabileceğini söyleyen araştırmacılar bulunmaktadır. Worthington'a (1998b) göre affetme her zaman uygun olmayabilir. Yalnızca

affetme ve affetmeme değil, aynı zamanda affetmenin olası olumsuz sonuçlarına da dikkat çekilmelidir. Zira Lewis (1980) ve Lauritzen (1987) affetmenin inciten kişinin aynı davranışı yeniden gerçekleştirmesine ve adaletsizliğe neden olabileceğini belirtirken, Nietzsche (1887) güçsüz insanların affedici olacağını söylemiştir (Akt. Enright ve Coyle 1998).

Affetme Piramit Modelinde, affetmenin üç önemli bileşeni olduğu belirtilir. Bu üç bileşen empati, alçakgönüllülük (humility) ve affettiğinin sözel olarak ifade edilmesidir (Gordon ve ark 2005). Affetme, empati ve alçak gönüllülüğe verilen doğal bir tepki olarak görülmektedir (Worthington 1998b). (Worthington (1998a) affetmenin çeşitli faktörlerle ilişkili olabileceğini belirtmiştir. Modelde bireyin affedip affetmemesinin bireyin kişiliğine, ilişkinin incitici yaşantıdan önceki özelliklerine, acı veren yaşantı sürecinde ve sonrasındaki özelliklere (itiraf, özür dileme, sevgi), empati ve alçakgönüllülükle ilgili olabilecek psikolojik süreçlere göre değişebileceğini belirtmiştir.

Araştırmalar affetmenin fiziksel sağlık, genel sağlık, kısa süreli ve uzun süreli mutluluk gibi farklı değişkenlerle olumlu yönde ilişkili olduğunu göstermiştir (Maltby ve ark 2001; Wilson ve ark 2008). Affetme özellikle kişilerarası çatışmaların çözümünde bir başa çıkma yolu olarak görülmektedir. Green ve ark (2012) affetmeyi başa çıkma mekanizması olarak kullanan kişilerin, kullanmayanlara göre günlük yaşamlarında daha az stres yaşadıklarını belirtmektedirler.

Bu bilgiler ışığında araştırma, fiziksel sağlığın devam ettirilmesinde, kişilerarası çatışmaların çözümünde ve stres kaynaklarının azaltılmasında insan hayatında önemli bir yer tutan sporun üniversite öğrencilerinin affedicilik düzeylerine etkisinin incelenmesi amacıyla gerçekleştirilmiştir.

YÖNTEM

Araştırmanın Modeli

Sporun üniversite öğrencilerinin affedicilik düzeylerine etkisinin incelendiği araştırmada, mevcut durumu ortaya çıkartmayı amaçlayan betimsel taramaya (survey) yönelik bir yöntem kullanılmıştır.

Evren ve Örneklem

Araştırma grubunu, 2016-2017 eğitim-öğretim yılı güz döneminde üniversitede öğrenim gören ve spor yapan 99 ($n_{\text{erkek}}=50$, $n_{\text{kadın}}=49$) ve spor yapmayan 101 ($n_{\text{erkek}}=51$, $n_{\text{kadın}}=50$) olmak üzere toplam 200 öğrenci oluşturmaktadır. Spor yapan grubu; aktif olarak farklı spor branşlarına devam eden öğrenciler oluştururken, spor yapmayan grubu ise aynı okulun farklı sınıflarında okuyan ve bir branşta aktif olarak faaliyet göstermeyen öğrenciler oluşturmuştur.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada, bireylerin affetme eğilimlerini ölçmek amacıyla Thompson ve ark (2005) tarafından geliştirilen, Bugay ve Demir (2010) tarafından Türkçe'ye çevrilen Heartland Affetme Ölçeği kullanılmıştır.

Heartland Affetme Ölçeği (HAÖ)

Heartland Affetme Ölçeği (HAÖ) Thompson ve ark (2005) tarafından bireylerin affetme eğilimlerini ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek 18 maddeden oluşan 7'li Likert tipi bir ölçektir. Ölçeğin özgün formunun kendini, başkalarını ve durumu affetmek olmak üzere üç alt

boyutu bulunmaktadır. Ölçeğin alt ölçeklerinden alınabilecek puan 6 ile 42 arasında, ölçeğin toplamından alınabilecek puan ise 18 ile 126 arasında değişmektedir. Ayrıca ölçeğin ölçüt bağlantılı geçerliliğini hesaplamak için kullanılan ölçeklerle arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Buna göre affetmenin ruminasyon, düşmanlık ve öç alma ile olumsuz olarak ilişkili olduğu bulunmuştur. Ölçeğin güvenilirliği için yapılan çalışmalar sonucunda, test tekrar test katsayısı kendini affetme alt ölçeği için .83, başkasını affetme için .72, durumu affetme alt boyutu için .73 ve toplam puan için .77 olarak hesaplanmıştır. Cronbach α katsayıları da sırasıyla .75, .78, .79 ve toplam puan için .86 olarak rapor edilmiştir (Akt. Bugay 2010).

Ölçeğin Türk kültürü için çeviri ve uyarlama çalışması Bugay ve Demir (2010) tarafından yapılmıştır. Doğrulayıcı faktör analizi sonucunda uyum iyiliği indeksi (GFI) .92; karşılaştırmalı uyum indeksi (CFI) .90; kök ortalama kare yaklaşım hatası (RMSEA)=.06 olarak bulunmuş, ölçeğin yapı geçerliliğinin yeterli düzeyde olduğu bulunmuştur. Ölçeğin geçerlilik çalışması kapsamında ölçüt bağımlı geçerliliği hesaplanmış, affetme ölçeğinin tüm boyutlarının yaşam doyumu ölçeği ile (kendini affetme boyutu için $r=.205$, $p=.00$, başkalarını affetme boyutu için $r=.145$, $p=.00$; durumları affetme boyutu için $r=.381$, $p=.00$ ve genel affetme için $r=.324$ $p=.00$) olumlu yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Affetmenin ruminasyon ölçeği ile (kendini affetme boyutu için $r=-.353$, $p=.00$; durumları affetme boyutu için $r=.351$, $p=.00$ ve toplam affetme için $r=-.333$ $p=.00$) olumsuz yönde ilişkili olduğu saptanmıştır. Başkalarını affetme boyutu ve Ruminasyon ölçeği arasında anlamlı bir ilişki olmadığı ($r=-.085$, $p=.102$) görülmüştür. Ölçeğin Türkçe formunun Cronbach α iç tutarlılık katsayısı kendini affetme alt ölçeği için .64, başkalarını affetme alt ölçeği için .79 ve durumu affetmek alt ölçeği için .76 olarak bulunmuştur. Ölçeğin tümü için Cronbach α değeri ise .81 olarak hesaplanmıştır.

Verilerin Analizi

Verilerin normal dağılım gösterip göstermediği Kolmogorov-Smirnov testi ve Shapiro-Wilk testi ile test edilmiş ve bu test sonucunda verilerin normal dağılım gösterdiği tespit edilmiştir. Bu nedenle araştırmanın amaçlarına uygun olarak ikili küme karşılaştırmaları için bağımsız grup t testi kullanılmıştır. Elde edilen veriler bilgisayarda SPSS (Statistical Package For Social Scientists for Windows Release 18.0) programında analiz edilmiş, manidarlığı 0.05 düzeyinde sınanmış ve sonuçlar araştırmanın amacına uygun olarak aşağıda tablolar halinde sunulmuştur.

BULGULAR

Tablo 1. Öğrencilerin Spor Yapma Durumuna Göre Affedicilik Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Bağımsız Grup t Testi Sonuçları

	Spor yapma durumu	n	\bar{x}	SS	Sd	t	P
Affedicilik	Spor yapan	99	67,03	9,44	198	10,400	0,000*
	Spor yapmayan	101	55,70	5,47			

***P<0.05**

Tablo 1'de üniversite öğrencilerinin spor yapma durumlarına göre affedicilik puan ortalamalarının farklılaşp farklılaşmadığı incelenmiştir. Bu inceleme sonucunda, öğrencilerin affedicilik puan ortalamalarının spor yapma değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı ve bu farklılığın spor yapanlar lehine olduğu tespit edilmiştir ($t_{(198)}= 10,400$; $P<0.05$).

Tablo 2. Spor Yapma Durumuna Göre Kadın Öğrencilerin Affedicilik Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Bağımsız Grup t Testi Sonuçları

	Spor yapma durumu	n	\bar{x}	SS	Sd	t	P
Affedicilik	Spor yapıyor	49	67,48	10,22	97	7,886	0,000*
	Spor yapmıyor	50	54,58	5,36			

*P<0.05

Tablo 2’de spor yapan ve yapmayan kadın üniversite öğrencilerinin affedicilik puan ortalamalarının farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir. Bu inceleme sonucunda spor yapan ve spor yapmayan kadın öğrencilerin affedicilik puan ortalamalarının anlamlı düzeyde farklılaştığı ve bu farklılığın spor yapan kadın öğrenciler lehine olduğu tespit edilmiştir ($t_{(97)}= 7,886$; $P<0.05$).

Tablo 3. Spor Yapma Durumuna Göre Erkek Öğrencilerin Affedicilik Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Bağımsız Grup t Testi Sonuçları

	Spor yapma durumu	n	\bar{x}	SS	Sd	t	P
Affedicilik	Spor yapıyor	50	66,58	8,69	99	6,801	0,000*
	Spor yapmıyor	51	56,80	5,40			

*P<0.05

Tablo 3’de spor yapan ve yapmayan erkek üniversite öğrencilerinin affedicilik puan ortalamalarının farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir. Bu inceleme sonucunda spor yapan ve spor yapmayan erkek öğrencilerin affedicilik puan ortalamalarının anlamlı düzeyde farklılaştığı ve bu farklılığın spor yapan erkek öğrenciler lehine olduğu tespit edilmiştir ($t_{(99)}= 6,801$; $P<0.05$).

TARTIŞMA VE SONUÇ

Sporun üniversite öğrencilerinin affedicilik düzeylerine etkisinin incelenmesi amacıyla gerçekleştirilen çalışmada şu sonuçlara ulaşılmıştır:

Üniversite öğrencilerinin spor yapma durumlarına göre affedicilik puan ortalamalarının spor yapanlar lehine anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir (Tablo 1). Bir başka ifadeyle spor yapan öğrencilerin affedicilik düzeylerinin yapmayanlara göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Affetme genellikle, olumsuz etkilerin, biliş ve davranışların yerini daha olumlu duyguların, empatinin, ruhsal dengenin, saygının, merhamet ve uzlaşmanın aldığı bir süreç olarak tanımlanabilmektedir (Enright ve Gassin 1992). Keyes ve ark (2002)’na göre bireyin benliğini olumlu algılaması, sınırlılıklarını kabul edip kendisiyle bütünleşmesi, diğer bireylerle etkili iletişim kurabilmesi, çevresini kişisel ihtiyaç ve isteklerine cevap verecek biçimde şekillendirmesi, bağımsız ve girişimci olması, yaşamın anlam ve amacına ilişkin farkındalık sağlaması, yetenek ve becerilerinin farkında olması ve kendini geliştirmesi gibi özellikleri yansıtmaktadır. Araştırma sonucunu göz önünde bulundurarak, sporun üniversite öğrencilerinin yukarıda affetme ile ilgili sayılan özelliklere yüksek düzeyde sahip olmalarında tartışmasız bir faktör olduğunu söylememiz mümkündür.

İlgili alan yazında araştırma amacımızla birebir örtüşen bir çalışmaya rastlanmamıştır. Fakat sporun ve fiziksel aktivitenin beden sağlığı üzerindeki olumlu etkilerinin yanı sıra ruh

sağlığı açısından da yararları bilinmektedir. Kaynaklar gözden geçirildiğinde bu alanda yapılan çalışmaların daha çok erişkinlik dönemine ait olduğu göze çarpmaktadır. Araştırma sonuçlarımızı destekler nitelikte olan ve spor yapmanın farklı psikolojik faktörlere etkisinin olduğunu tespit eden birçok çalışma bulunmaktadır. Bu çalışmalarda, Bayraktar (1999), spor yapan öğrencilerin yapmayanlara göre kişisel uyum puanlarının anlamlı düzeyde farklılaştığını; Özşaker (2008), spor yapan ve spor yapmayan öğrencilerin benlik saygısı düzeyleri arasında yapılanlar lehine istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğunu; Tekin (2008) ve Bayazıt ve ark (2004) sporun öğrencilerin yaratıcılık düzeylerini olumlu yönde etkilediğini tespit etmişlerdir. Sporun psikolojik faktörlere karşı olumlu etkisi göz önüne alındığında, bireylerin hem bedensel hem de ruhsal yönden sağlıklı olarak yetiştirilmelerinde alan yazında bu tarz çalışmaların arttırılmasının önemli olduğu düşünülmektedir.

Spor yapan kadın öğrencilerin spor yapmayan kadın öğrencilere göre ve spor yapan erkek öğrencilerin spor yapmayan erkek öğrencilere göre affedicilik puan ortalamalarının anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir (Tablo 2 ve Tablo 3). Araştırmanın amacı doğrultusunda cinsiyetler arası bir karşılaştırmaya gidilmemiş, kadın ve erkek öğrenci grupları kendi içerisinde spor yapıp yapmama durumlarına göre analize tabi tutulmuştur. Bu analiz sonucunda da sporun hem kadın öğrencilerin hem de erkek öğrencilerin affedicilik düzeylerine anlamlı düzeyde etkisi olduğu saptanmıştır.

İlgili alan yazında katılımcıların affedicilik düzeylerinin cinsiyetler arası etkisinin incelendiği ve farklı araştırma grupları üzerinde yapılan çalışmalarda ise şu sonuçlara ulaşılmıştır:

Şahin (2013) üniversite öğrencilerinin cinsiyete göre affedicilik puanlarının anlamlı düzeyde farklılaşmadığını; Taysi (2007), Ayten (2009) affetme eğiliminin cinsiyete göre bir farklılık oluşturmadığını tespit ederken yine bu araştırmaları destekler nitelikte Neto ve Mullet (2004)'te affetmede cinsiyetin rolünün çok az olduğunu bildirmiştir.

Orathinkal ve ark (2008) ise kadınların erkeklere göre daha affedici olduğunu saptamıştır. Yine bu araştırmayı destekler nitelikte Miller ve ark (2008) tarafından ilgili alan yazındaki affedicilik üzerine yapılan çalışmaların meta-analizinde cinsiyet ve affetme arasında ilişki olduğu ve kadınların erkeklerden daha affedici olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yine Roby (1997), başkalarını affetmede kadınların erkeklerden daha affedici olduğunu belirlemiştir. Görüldüğü üzere ilgili literatürde, cinsiyetin katılımcıların affedicilik düzeylerine etkisinin olduğunu ve olmadığını bulan birçok çalışma mevcuttur. Katılımcıların farklı gruplardan ve kültürlerden olmasının buna neden teşkil ettiği düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

- Ayten, A. (2009). Affedicilik ve Din: Affetme Eğilimi ve Dindarlıkla İlişkisi Üzerine Ampirik Bir Araştırma. Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi, 37(2), 111-128.
- Bayazıt, B. Yenigün, Ö. Yenigün, N. ve Bayazıt, B. (2004). Marmara Bölgesindeki Üniversitelerde Okuyan Erkek Voleybol Oyuncularının Yaratıcılık Düzeylerinin İncelenmesi. The 10th Ichper•Sd European Congress And The Tssa 8th International Sports Science Congress, Which Will Be Organized Jointly During 17th - 20th Of November 2004. At The Mirage Park Resort, Antalya, Turkey.

- Bayraktar Cengiz (1999) Spor Yapan Öğrenciler ile Spor Yapmayan Öğrencilerin Uyum ve Derslerdeki Başarı Düzeylerinin Karşılaştırılması. Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı Doktora Tezi, İstanbul.
- Bugay, A. (2010). Investigation of Social-Cognitive, Emotional and Behavioral Variables as Predictors of Self-Forgiveness (Doctoral Dissertation, Middle East Technical University).
- Bugay, A. ve Demir, A. (2010). A Turkish Version of Heartland Forgiveness Scale. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 5, 1927-1931.
- Denham, S.A., Neal, K., Wilson, B.J., Pickering, S. and Boyatzis, C.J. (2005). Emotional Development and Forgiveness in Children: Emerging Evidence. In E.L. Worthington Jr (Ed.), *Handbook of Forgiveness* (p.127-142). New York: Routledge.
- Enright, R.D. and The Human Development Study Group (1996). Counseling within the Forgiveness Triad: On Forgiving, Receiving Forgiveness, and Self-Forgiveness. *Counseling and Values*, 40, 107-126.
- Enright, R.D. and Coyle, C.T. (1998). Researching the Process Model of Forgiveness with Psychological Interventions. In E.L. Worthington Jr (Ed.), *Dimensions of Forgiveness: Psychological Research & Theological Perspectives* (p.139-161). Philadelphia, PA: Templeton Foundation Press
- Enright, R. D. ve Gassin, E. A. (1992). Forgiveness: A Developmental View. *Journal of Moral Education*, 21, 99-114.
- Frommer, M.S. (2005). Thinking Relationally About Forgiveness. *Psychoanalytic Dialogues*, 15 (1), 33-45.
- Green, M., Decourville, N. and Sadava, S. (2012). Positive Affect, Negative Affect, Stress, and Social Support as Mediators of the Forgiveness-Health Relationship. *The Journal of Social Psychology*, 152 (3), 288-307.
- Gordon, K.C., Baucom, D.H. and Snyder, D.K. (2005). Forgiveness in Couples: Divorce, Infidelity, And Couples Therapy. In E.L. Worthington Jr (Ed.), *Handbook of Forgiveness* (p.407-422). NY: Taylor & Francis Group.
- Keyes, C. L., Shmotkin, D. ve Ryff, C. (2002). Optimizing Well-Being: The Empirical Encounter of Two Traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 1007-1022.
- Leon, R.C. (2008). Factors Associated With Forgiveness in Intimate Relationships and the Impact of Hope-focused Marriage Therapy (Doctoral Dissertation, Regent University).
- Maltby, J., Macaskill, A. and Day, L. (2001). Failure to Forgive Self and Others: A Replication and Extension of the Relationship Between Forgiveness, Personality, Social Desirability and General Health. *Personality and Individual Differences*, 30, 881-885.
- McCullough, M.E., Worthington, E.L.Jr. and Rachal, K.C. (1997). Interpersonal Forgiving in Close Relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 321-336.
- McCullough, M.E. (2000). Forgiveness as Human Strength: Theory, Measurement, and Links to Well-Being. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 19, 43-55.

- Miller, A.J., Worthington Jr, E.L. and McDaniel, M.A. (2008). Gender and Forgiveness: A Meta-Analytic Review and Research Agenda. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 27 (8), 843-876.
- Neto, F. and Mullet, E. (2004). Personality, Self-Esteem, and Self-Construal as Correlates of Forgivingness. *European Journal of Personality*, 18, 15-30
- North, J. (1987). Wrongdoing and Forgiveness. *Philosophy*, 62, 499–508.
- Orathinkal, J. Vanteenwegen, A. ve Buruggrave, R. (2008). Are Deographics Important for Forgiveness?. *The Family Journal*, 16(20), 20-27.
- Özşaker, M. (2008). 12-14 yaş çocukların motorsal performans ve benlik saygısı düzeylerinin incelenmesi / The examining of motor performance and self esteem levels in children at 12-14 years old. Ege Üniversitesi / Sağlık Bilimleri Enstitüsü / Sporda Psiko-Sosyal Alanlar Anabilim Dalı. Doktora Tezi, İzmir.
- Roby, D.C. (1997). Forgiveness, Parental Nurturance, and Self-Esteem (Adolescents, High School Students). *Dissertation Abstracts International*, 58, (3024), 8A
- Şahin, M. (2013). Affedicilik ile Psikolojik İyi Olma Arasındaki İlişkinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı. Eğitimde Psikolojik Hizmetler Bilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Sakarya.
- Taysi, E. (2007). İkili İlişkilerde Bağışlama: İlişki Kalitesi ve Yüklemelerin Rolü. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Tekin M. (2008). Orta Öğretimde Öğrenim Gören Öğrencilerden Spor Yapan ve Yapmayanlar Arasındaki Yaratıcılık ve Çoklu Zeka Alanlarının Araştırılması. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı. Doktora Tezi, Ankara.
- Thompson, L.Y., Snyder, C.R., Hoffman, L., Michael, S.T., Rasmussen, H.N., Billings, L. S., et al. (2005). Dispositional forgiveness of self, others, and situations. *Journal of Personality*, 73, 313–360.
- Wilson, T., Milosevic, A., Carroll, M., Hart, K. and Hibbard, S. (2008). Physical Health Status in Relation to Self-Forgiveness and Other-Forgiveness in Health College Students. *Journal of Health Psychology* 13, 798.
- Worthington Jr, E.L. (1998a). An Empathy-Humility-Commitment Model of Forgiveness Applied within Family Dyads. *Journal of Family Therapy*, 20 (1), 59-76.
- Worthington Jr, E.L. (1998b). Empirical Research in Forgiveness: Looking Backward, Looking Forward. In E.L. Worthington Jr (Ed.), *Dimensions of Forgiveness: Psychological Research and Theological Perspectives* (p. 321–339). Philadelphia: Templeton Foundation Press.

EXTENDED ABSTRACT

This research, continuing physical health and in the solution of interpersonal conflicts and who have an important place in human life in reducing stress sources examine the effect of physical activities of university students' on forgiveness levels.

In a study of the effect of sport on university students' forgiveness levels, a method for descriptive survey aimed at revealing the current situation was used.

The study group, consists of totally 200 students sportsman 99 ($n_{male}=50$, $n_{female}=49$) and non-sports 101 ($n_{male}=51$, $n_{female}=50$) university-educated in the fall semester of 2016-2017 academic year. While the sporting group actively creates students who continue to different sports branches, the non-sports group formed students who read in different classes of the same school and did not actively work in a branch.

In the study, the Heartland Forgiveness Scale developed by Thompson et al (2005) and translated into Turkish by Bugay and Demir (2010) was used to measure the tendency of individuals to forgive.

The Kolmogorov-Smirnov test and the Shapiro-Wilk test, in which the data showed normal distribution, were tested and it was found that the data showed a normal distribution. For this reason, independent group t test was used for binary cluster comparisons in accordance with the purpose of the study. The level of significance has been taken as 0.05 in the study.

As a result of the research; it was found that university students' mean scores of forgiveness according to their sporting situations differed significantly in favor of sportsmen (Table 1). In other words, the result is that the forgiveness levels of the sportsmen are higher than those who do not.

In addition, it was found that the average scores of forgiveness were significantly higher in female students who did sports than female students who did not do sports and it was found that the average scores of forgiveness were significantly higher in male students who did sports than male students who did not do sports.

Key words: Sports, student, forgiveness.