

Altyapı Futbolcularının Ahlaki Olgunluğu ve Öz-Şefkatinin Zorbalık Tutumlarına Yansımaları

Enes İnaler^{1*}, Zeynep Akyürek², Serhat Turan³

¹Balıkesir Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Balıkesir, Türkiye, enes.inaler@balikesir.edu.tr, ORCID: <https://orcid.org/0009-0005-8378-3227>

²Balıkesir Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Balıkesir, Türkiye, zzeynepakyurek@gmail.com, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4637-1638>

³Balıkesir Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Balıkesir, Türkiye, serhat.turan@balikesir.edu.tr, ORCID: <https://orcid.org/0009-0005-8378-3227>

Özet

Bu araştırma, altyapı futbolcularının ahlaki olgunluk ve öz-şefkat düzeylerinin zorbalığa yönelik tutumları üzerindeki etkilerini bütüncül, ilişkisel ve kuramsal bir model çerçevesinde derinlemesine incelemeyi amaçlamaktadır. Nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeline dayanan çalışmanın çalışma grubunu ve örneklemini; 2025 yılı içerisinde Balıkesir ilinde yer alan futbol altyapı takımlarında aktif olarak spor faaliyetlerine devam eden, 56'sı (%25,2) kadın ve 167'si (%74,8) erkek olmak üzere kolayda örnekleme yöntemi aracılığıyla seçilmiş toplam 223 genç sporcu oluşturmaktadır. Çalışmada veri toplama araçları olarak araştırmacı tarafından hazırlanan ve katılımcıların kişisel niteliklerini belirleyen Demografik Bilgi Formu, 13 maddeden oluşan Çocuklar İçin Ahlaki Olgunluk Ölçeği, 12 maddeden oluşan Çocuklar İçin Öz-Şefkat Ölçeği ve 15 maddeden oluşan Çocuklar İçin Zorbalığa Yönelik Tutum Ölçeği kullanılmıştır. Toplanan verilerin istatistiksel analizinde betimsel parametrelerin yanı sıra değişkenler arasındaki ilişkilerin yönünü ve şiddetini belirlemek amacıyla Pearson Korelasyon analizi, değişkenlerin zorbalık tutumları üzerindeki etkisini ve yordayıcılık düzeyini tespit etmek amacıyla ise Çoklu Doğrusal Regresyon analizi tekniklerinden yararlanılmıştır. Korelasyon analizi sonucunda elde edilen bulgular doğrultusunda, altyapı futbolcularının ahlaki olgunluk düzeyleri ile öz-şefkat düzeyleri arasında pozitif yönlü ve orta düzeyde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Buna karşın, ahlaki olgunluk düzeyleri ile zorbalığa yönelik tutumlar arasında negatif yönlü ve orta düzeyde; öz-şefkat düzeyleri ile zorbalığa yönelik tutumlar arasında ise negatif yönlü ve düşük düzeyde istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler saptanmıştır. Yapılan çoklu regresyon analizi bulgularına göre, oluşturulan kestirim modelinin bütüncül olarak anlamlı olduğu ve yordayıcı değişkenler olan ahlaki olgunluk ile öz-şefkatin, sporcuların zorbalığa yönelik tutumlarındaki toplam varyansın %14'ünü açıklayarak zorbalık tutumlarını anlamlı biçimde yordadığı belirlenmiştir. Standardize edilmiş regresyon katsayılarına (β) göre, zorbalık tutumlarını azaltmada görece önem sırasıyla ilk olarak ahlaki olgunluk, ardından öz-şefkat gelmektedir. Dolayısıyla altyapı futbolcularının ahlaki olgunluk ve öz-şefkat seviyeleri yükseldikçe zorbalığa yönelik olumsuz tutumlarında ve olası saldırgan davranış eğilimlerinde belirgin bir azalma görüldüğü açıkça ortaya konulmuştur. Sonuç olarak, ahlaki olgunluk ve öz-şefkat becerilerinin altyapı futbolcularında zorbalık davranışlarının önlenmesi, kontrol altına alınması ve azaltılmasında son derece önemli koruyucu, düzenleyici ve yordayıcı bir role sahip olduğu anlaşılmaktadır. Spor ortamlarında yalnızca teknik, taktik ve fiziksel performansa odaklanmak yerine, sporcuların psikososyal, ahlaki ve duygusal gelişimlerini bütüncül bir anlayışla destekleyecek müdahale ve önleme stratejilerine ihtiyaç duyulmaktadır. Bu doğrultuda, spor kulüplerinin ve akademilerinin altyapı eğitim müfredatlarına ahlaki gelişimi, fair-play bilincini, empati duygusunu ve evrensel etik değerleri güçlendiren psiko-eğitsel modüller ile öz-şefkati, duygu düzenlemeyi, özdenetimi, stres yönetimini, öz-saygıyı, zihinsel dayanıklılığı ve farkındalığı artırmaya yönelik uygulamaların entegre edilmesi, olumlu akran ilişkilerinin kurulmasında ve zorbalıkla etkili bir şekilde mücadele edilmesinde son derece önemlidir ve kritik bir katkı sağlayabilir.

Anahtar Kelimeler: Ahlaki Olgunluk, Altyapı, Futbol, Öz-Şefkat, Zorbalığa Yönelik Tutum

* İletişim: Enes İnaler, enes.inaler@balikesir.edu.tr, Spor Bilimleri Fakültesi, Balıkesir Üniversitesi, Bigadiç Yerleşkesi, Balıkesir, Türkiye

The Impact Of Moral Maturity And Self-Compassion On Bullying Behaviors Among Youth Soccer Players

Abstract

This study aimed to comprehensively examine the effects of moral maturity and self-compassion levels on attitudes toward bullying among youth football players within a relational and theoretically grounded framework. Employing a correlational survey design within the scope of quantitative research methods, the study sample consisted of 223 young athletes who were actively participating in youth football teams in Balıkesir, Türkiye, during 2025. Participants were selected using convenience sampling and included 56 females (25.2%) and 167 males (74.8%). Data were collected using a Demographic Information Form developed by the researchers to identify participants' personal characteristics, the 13-item Moral Maturity Scale for Children, the 12-item Self-Compassion Scale for Children, and the 15-item Attitudes Toward Bullying Scale for Children. Descriptive statistics were calculated, while Pearson correlation analysis was employed to determine the direction and strength of the relationships among the variables. Multiple linear regression analysis was conducted to examine the predictive effects of moral maturity and self-compassion on attitudes toward bullying. The correlation analyses revealed a positive, moderate, and statistically significant relationship between moral maturity and self-compassion among youth football players. In contrast, moral maturity was negatively and moderately associated with attitudes toward bullying, whereas self-compassion demonstrated a negative but weak statistically significant relationship with attitudes toward bullying. The results of the multiple regression analysis indicated that the overall predictive model was statistically significant and that moral maturity and self-compassion jointly accounted for 14% of the variance in athletes' attitudes toward bullying. Based on the standardized regression coefficients (β), moral maturity emerged as the relatively stronger predictor of attitudes toward bullying, followed by self-compassion. Accordingly, higher levels of moral maturity and self-compassion were associated with less favorable attitudes toward bullying and lower tendencies toward aggressive behavior. Overall, the findings suggest that moral maturity and self-compassion may serve as important protective and predictive factors in understanding and reducing bullying-related attitudes among youth football players. Rather than focusing exclusively on technical, tactical, and physical performance in sporting environments, there is a need for prevention and intervention strategies that support athletes' psychosocial, moral, and emotional development from a holistic perspective. In this regard, integrating psychoeducational modules designed to promote moral development, fair play, empathy, and universal ethical values into youth training curricula, alongside practices aimed at enhancing self-compassion, emotion regulation, self-control, stress management, self-esteem, psychological resilience, and mindfulness, may contribute substantially to fostering positive peer relationships and addressing bullying more effectively in youth sport settings.

Keywords: Moral Maturity, Infrastructure, Soccer, Self-Compassion, Attitudes Toward Bullying

Giriş

Tarih boyunca pek çok spor türü geniş kitlelerin ilgisini çekmiş olsa da hiçbirisi futbolun sahip olduğu popülerlik seviyesine erişememiştir (Ongan ve Demiröz, 2010). Futbolun bu popüleritesi kulüplerin uzun vadeli sportif başarılarını güvence altına almak için altyapılarına stratejik olarak yatırım yapmalarını gerekli kılmıştır (Malkoç ve Esen, 2022). Altyapıda verilen spor eğitimi, sporcuların yalnızca teknik ve taktik yeterlilikleriyle sınırlı kalmayıp evrensel ahlaki değerleri benimseyerek bunları müsabakalarda da sergilemelerini sağlamaktadır (Tanrıverdi, 2012). Böylece altyapı, elit sporcu yetiştirme işlevi görürken bireylerin karakter ve kişilik gelişiminde de önemli bir rol üstlenmektedir. Bu süreç, futbolun popülerliğinin getirdiği baskı ve rekabet koşulları altında bile bireylerin sağlıklı bir spor kimliği, fair-play anlayışıyla yetişmelerini ve ahlaki olarak olgunlaşmalarını desteklemektedir (Singh ve Jaggi, 2024; Zavalniuk, 2024).

Ahlaki olgunluk, bireylerin toplumsal normlara uyum sağlama, değer yargılarını içselleştirme ve doğru ile yanlış ayırt etme becerilerini şekillendiren önemli bir psikososyal gelişim göstergesidir (Kohlberg ve Hersh, 1977; Tekin, 2017). Özellikle altyapı futbolcuları açısından ahlaki olgunluk, spor ortamında fair-play anlayışını benimsemeleri, takım içi ilişkilerde sorumluluk bilinci geliştirmeleri ve rekabet koşullarında etik kararlar alabilmeleri açısından kritik bir rol oynamaktadır (Gençay ve Gençay, 2024; Zavalniuk, 2024). Ancak futbolun doğası gereği yüksek performans baskısı, yoğun rekabet ortamı ve akranlar arası güç dengeleri, sporcuların sosyal ve duygusal davranışlarını doğrudan etkileyebilmektedir (Çağlar ve Çamiçi, 2024). Bu bağlamda, ahlaki olgunluğun yanı sıra öz-şefkat düzeyi de alt yapı sporcularının zorlayıcı durumlarla baş etme süreçlerinde belirleyici bir unsur olduğu düşünülmektedir.

Öz-şefkat, bireyin hata, başarısızlık ve stres anlarında kendisine anlayış, nezaket ve kabul göstermesini sağlayan önemli bir psikolojik beceridir (Germer, 2009; Neff, 2003). Öz-şefkati yüksek olan sporcuların, kendi hatalarını daha kolay tolere edebildikleri ve akran ilişkilerinde daha empatik, destekleyici davranışlar sergiledikleri görülmektedir (Kuchar ve ark., 2023; Neff ve Germer, 2013; Reyes, 2012). Buna karşın, öz-şefkat düzeyi düşük olan sporcuların stresli ortamlarda zorbalığa eğilimli davranışlar sergileme riskinin arttığı bilinmektedir (Guan ve Zhan, 2024; Husain, 2024). Dolayısıyla, ahlaki olgunluk ve öz-şefkat arasındaki ilişkinin, altyapı futbolcularının zorbalık tutumlarını anlamada önemli bir rol üstlendiği söylenebilir. Bu bağlamda Planlı Davranış Teorisi kuramsal bir temel sunmaktadır.

Planlı Davranış Teorisi, bireylerin belirli bir davranış sergilemelerinin temelinde o davranışa yönelik tutumlar, öznel normlar ve algılanan davranışsal kontrolün yer aldığını, bu üç bileşenin ise davranışsal niyeti şekillendirdiğini ileri sürmektedir (Ajzen, 1991). Bu araştırma bağlamında ahlaki olgunluk,

sporcuların doğru–yanlış ayrımı yapabilme, adil davranma ve etik değerlere uygun hareket etme eğilimlerini güçlendirerek zorbalığa yönelik olumsuz tutumların gelişmesini desteklemektedir. Öz-şefkat ise sporcuların hata ve başarısızlık durumlarında kendilerini suçlamak yerine anlayışla yaklaşımlarını sağlayarak stres ve öfke tepkilerini düzenlemekte, böylece zorbalık davranışlarını kontrol edebilme algısını artırmaktadır. Bu iki değişken, Planlı Davranış Kuramı çerçevesinde zorbalığa yönelik tutumların ve algılanan davranışsal kontrolün önemli belirleyicileri olarak değerlendirilebilir. Dolayısıyla Planlı Davranış Kuramı, altyapı futbolcularının ahlaki olgunluk ve öz-şefkat düzeylerinin zorbalığa yönelik tutumlarını nasıl şekillendirdiğini açıkladığı, bireysel değerler ile psikolojik düzenleme süreçlerinin sportif davranışlar üzerindeki etkisini bütüncül biçimde ele alma imkanı sunduğu düşünülmektedir.

Sporcuların, ahlaki olgunluğu, öz-şefkat düzeyleri ve zorbalık tutumları arasındaki ilişkiler bireysel gelişimin ve spor kültürünün şekillenmesi açısından önemli bir araştırma alanı olarak dikkat çekmektedir (Belz ve ark., 2024; Hogan, 2020; Orhan ve Salman, 2021). Futbol, son dönemlerde bir spor dalının yanı sıra değerler, normlar ve sosyal kimliklerin inşa edildiği bir sosyalizasyon alanı olarak görülmüş (Giulianotti, 2015; Ongan ve Demiröz, 2010), genç sporcuların teknik-taktik becerilerinin yanında ahlaki değerler, özdenetim, empati ve iş birliği gibi sosyal-duygusal beceriler geliştirmelerine katkı sağlamıştır (Elik, 2017). Ancak rekabetçi spor kültürünün etkisiyle zorbalık, dışlanma ve saldırganlık gibi olumsuz davranış biçimleri de bu ortamlara yansımalarının (Hünerli, 2011; Tiryaki, 2000), özellikle ergenlik dönemindeki sporcuların sosyal ilişkileri üzerinde derin etkiler oluşturabileceği söylenebilir. Son yıllarda literatürde önem kazanan öz-şefkat, bireylerin kendilerine karşı anlayışlı, destekleyici ve affedici bir tutum geliştirmesini sağlayarak zorbalık eğilimlerini azaltabileceğini ortaya koyarken (Guan ve ark., 2024; Wang ve ark., 2024), ahlaki olgunluk ise etik karar verme süreçlerini, sosyal sorumluluk duygusunu ve empatik yaklaşımları güçlendiren temel bir unsur olarak değerlendirilmektedir (Carroll, 2011; Njiofor, 2024; Ohreen, 2012). Mevcut literatür, sporcularda ahlaki gelişim, öz-şefkat ve zorbalık davranışları üzerine çeşitli bulgular sunmakla birlikte (Kuchar ve ark., 2023; McEwan ve Zhang, 2023; Xu ve ark., 2024; Zhang ve ark., 2024), altyapı futbolcuları özelinde bu üç kavramı aynı model içerisinde bütüncül olarak ele alan çalışmaya rastlanmamıştır. Dolayısıyla altyapı futbolcularının ahlaki olgunluk ve öz-şefkat düzeylerinin zorbalık tutumları üzerindeki etkilerini incelemek, bu süreçlerin psikolojik gelişimleri üzerindeki etkilerini anlamak ve alan yazındaki boşlukları gidermek açısından önemlidir.

Bu araştırma, altyapı futbolcularının ahlaki olgunluk ve öz-şefkat düzeylerinin zorbalık tutumları üzerindeki etkilerini bütüncül bir model çerçevesinde ele alarak hem akademik hem de pratik yönelik önemli katkılar sunmayı amaçlamaktadır. Akademik açıdan bu ilişkilerin anlaşılması, literatürdeki eksikliğin giderilmesine yardımcı olacak ve gelecekte yapılacak çalışmalara yön verecek önemli

kuramsal çıkarımlar sunacaktır. Pratik açıdan ise altyapı futbolcularının sosyal-duygusal gelişimlerini destekleyecek eğitim programlarının ve önleyici müdahale stratejilerinin geliştirilmesine rehberlik edebilir. Böylece spor ortamlarında daha sağlıklı ilişkilerin kurulmasına, fair-play anlayışının güçlenmesine ve zorbalık davranışlarının azaltılmasına katkı sağlayacaktır. Bu doğrultuda araştırmanın temel hipotezleri aşağıdaki şekildedir.

H1: Ahlaki olgunluk, altyapı futbolcularının zorbalığa yönelik tutumlarını anlamlı biçimde yordar.

H2: Öz-şefkat, altyapı futbolcularının zorbalığa yönelik tutumlarını anlamlı biçimde yordar

Bu hipotezler doğrultusunda araştırmanın amacı, altyapı futbolcularının ahlaki olgunluk ve öz-şefkat düzeylerinin zorbalığa yönelik tutumları üzerindeki etkilerinin belirlenmesidir.

Gereç ve Yöntem

Araştırmanın Modeli

Bu çalışmada, nicel araştırma yöntemlerinden biri olan ilişkisel tarama modeli tercih edilmiştir. İlgili model, değişkenler arasındaki ilişki düzeylerini ortaya koymayı amaçlayan bir yaklaşımdır (Karasar, 2007). Araştırma kapsamında altyapı futbolcularının ahlaki olgunluk ve öz-şefkat düzeylerinin zorbalığa yönelik tutumları üzerindeki etkileri incelenmiştir.

Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu, 2025 yılında Balıkesir ilinde futbol altyapı takımlarında aktif olarak spor yapan 56'sı (%25,2) kadın ve 167'si (%74,8) erkek olmak üzere toplam 223 katılımcı oluşturmaktadır. Katılımcıların belirlenmesinde erişim kolaylığı esas alınmış ve bu doğrultuda kolayda örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Nicel araştırmalarda bu yöntem, veri toplama sürecinin pratik ve ekonomik biçimde yürütülmesine olanak sağlaması nedeniyle yaygın olarak kullanılmaktadır (Karagöz, 2021). Araştırmada kullanılan iki yordayıcılı regresyon modelinin örneklem yeterliliğini değerlendirmek amacıyla, katılımcı sayısı üzerinden duyarlılık analizi gerçekleştirilmiştir. $\alpha = .05$ anlamlılık düzeyi, %80 istatistiksel güç ve iki yordayıcı değişken esas alınarak yapılan analiz sonucunda, 223 kişilik örneklemin yaklaşık $f^2 = .044$ düzeyindeki bir etki büyüklüğünü tespit edebilecek yeterli duyarlılığa sahip olduğu belirlenmiştir. Bu değer, Cohen'in (2013) regresyon analizleri için önerdiği küçük etki büyüklüğü sınırına ($f^2 = .02$) yakın olup, mevcut örneklem büyüklüğünün araştırmada test edilen iki yordayıcılı regresyon modeli açısından yeterli düzeyde duyarlı olduğunu göstermektedir. Katılımcıların demografik özelliklerine ilişkin veriler Tablo 1'de sunulmaktadır.

Tablo 1. Katılımcılara Ait Demografik Bilgiler

		N	%
Cinsiyet	Erkek	167	74,8
	Kadın	56	25,2
Yaş	11	67	30,1
	12	34	15,2
	13	75	33,6
	14	47	21,1
Toplam		223	100

Veri Toplama Araçları

Çocuklar İçin Ahlaki Olgunluk Ölçeği: Kök ve Çakıcı (2017) tarafından geliştirilen Çocuklar İçin Ahlaki Olgunluk Ölçeği, beşli likert tipi (1=Evet, Her Zaman; 5=Hayır, Hiçbir Zaman) derecelendirme ile yapılandırılmış 13 maddelik bir ölçeğe sahiptir. Ölçeğin güvenirliği, iç tutarlılık analizi ve iki yarım test yöntemiyle değerlendirilmiştir. Üç alt boyuttan oluşan ölçek, “iyi çocuk olma ve kurallara uyma eğilimi”, “çıkarcılık eğilimi” ve “bağımlı ahlak eğilimi” başlıklarında toplanmaktadır. Maddelerin sekizi olumlu, beşi ise olumsuz (5-6-7-8-9. Maddeler) niteliktedir. Ölçekten alınabilecek puan aralığı 13 ile 65 arasında değişmekte olup, puan yükseldikçe çocukların ahlaki olgunluk düzeyinin de arttığı kabul edilmektedir. Bu çalışmada toplam puan üzerinden değerlendirme yapılmış ve ölçeğin Cronbach alfa katsayısı .81 olarak tespit edilmiştir.

Çocuklar İçin Öz-Şefkat Ölçeği: Sutton ve arkadaşları (2017) tarafından geliştirilen ve Çakmak ve arkadaşları (2018) tarafından Türkçeye uyarlanan Çocuklar İçin Öz-Şefkat Ölçeği, 5’li likert tipi (1=Hiçbir Zaman; 5=Her Zaman) derecelendirme ile yapılandırılmış 12 maddeden oluşmaktadır. Ölçek, çocukların kendileriyle ilgili olumlu ve olumsuz özellikleri değerlendirmeleri yoluyla öz-şefkat düzeylerini belirlemeye yönelik geliştirilmiştir. Orijinal çalışmada ölçeğin Cronbach alfa katsayısı .81 olarak bildirilmiştir. Alt boyutlar incelendiğinde, olumlu (pozitif) öz-şefkat için .83, olumsuz (negatif) öz-şefkat için ise .71 olarak hesaplanmıştır. Bu çalışmada olumsuz ifadeler ters kodlanmış, toplam puan üzerinden değerlendirme yapılmış ve Cronbach alfa katsayısı .71 olarak bulunmuştur.

Çocuklar İçin Zorbalığa Yönelik Tutum Ölçeği: Fakirullahoğlu ve Köseoğlu (2021) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek, üçlü likert tipi (1=Katılmıyorum; 3=Katılıyorum) derecelendirme ile yapılandırılmış 15 maddeden oluşmakta ve “çekimser tutum”, “onaylayıcı tutum” ve “reddedici tutum” olmak üzere üç alt boyutu içermektedir. Ölçekteki maddelere ilişkin faktör yükleri .52 ile .81 arasında değişmektedir. Ölçekten elde edilebilecek puanlar 15 ile 45 arasında olup, yüksek puanlar zorbalığa yönelik olumsuz tutumların varlığına işaret etmektedir. Ölçeğin özgün çalışmadaki Cronbach alfa katsayısı .77 olarak raporlanmış; bu çalışmada ise .72 olarak hesaplanmıştır.

Ölçekler için bulunan normallik değerleri, güvenirlik katsayıları ve ortalama puanlar tablo 2’de sunulmuştur.

Tablo 2. Ölçek Puanlarının Dağılımı

Ölçekler	X	S.S.	Çarpıklık	Basıklık	Cronbach’s Alpha
Ahlaki Olgunluk	4,32	.534	-.1,05	.542	.81
Öz-Şefkat	3,16	.514	.281	.748	.71
Zorbalığa Yönelik Tutum	1.81	.282	. 1,32	.978	.72

Verilerin Analizi

Veriler çevrimiçi ortamda toplanmış ve SPSS programına aktarılarak normallik testleri uygulanmıştır. Yapılan normallik analizine göre verilerin çarpıklık ve basıklık değerlerinin -1 +1 aralığında olduğu belirlenmiştir. Elde edilen bu değerler normal dağılım (George ve Mallery, 2010) değerleri arasındadır. Çalışmanın istatistiksel analizinde betimsel istatistikler, Pearson korelasyon ve Regresyon analizi tekniğinden yararlanılmıştır.

Verilerin Toplanması

Araştırmanın verileri, gerekli etik kurul ve kurum izinlerinin alınmasının ardından katılımcılardan gönüllülük esasına dayalı olarak toplanmıştır. Veri toplama sürecinde katılımcılara araştırmanın amacı hakkında bilgi verilmiş, elde edilen verilerin yalnızca bilimsel amaçlarla kullanılacağı ve kişisel bilgilerinin gizli tutulacağı açıklanmıştır. Katılımcılara araştırmaya katılımın tamamen gönüllülük esasına dayandığı ve istedikleri aşamada herhangi bir gerekçe göstermeksizin araştırmadan ayrılacakları bildirilmiştir. Bilgilendirilmiş onamları alınan katılımcılar, kişisel bilgi formu ve araştırmada kullanılan ölçme araçlarını içeren veri toplama formunu doldurmuştur. Veri toplama sürecinde eksik veya hatalı doldurulan formlar değerlendirme dışı bırakılmış ve analizler geçerli veri seti üzerinden gerçekleştirilmiştir.

Araştırmanın Etiği

Araştırma süreci başlamadan önce Balıkesir Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurul’undan gerekli olan izin alınmış (22.10.2025 tarihli ve 2025/10-20 sayılı) ve araştırmaya katılım gönüllülük esasına dayandırılmıştır. Mevcut araştırma süresince “Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi” çerçevesinde hareket edilmiştir.

Bulgular

Tablo 3. Katılımcıların Ahlaki Olgunluk, Öz-Şefkat ve Zorbalığa Yönelik Tutumları Arasındaki İlişki Sonuçları

Değişken	Ahlaki Olgunluk	Öz-Şefkat
Öz-Şefkat	.324**	
Zorbalığa Yönelik Tutum	-.372**	-.215**

**p<.05

Tablo 3 dikkate alındığında katılımcıların ahlaki olgunluk düzeyleri ile öz-şefkat düzeyleri arasında pozitif yönlü ve orta düzeyde bir ilişki olduğu belirlenmiştir ($r=.324$ $p<.05$). Ahlaki olgunluk ile zorbalığa yönelik tutum düzeyleri arasında negatif yönlü orta düzeyde bir ilişki olduğu belirlenmiştir ($r=-.372$ $p<.05$). Öz-şefkat ile zorbalığa yönelik tutum düzeyleri arasında negatif yönde düşük düzeyli bir ilişki olduğu belirlenmiştir ($r=-.215$ $p<.05$).

Tablo 4. Ahlaki Olgunluk ve Öz-Şefkatin Zorbalığa Yönelik Tutuma Etkisi

Değişken	B	Std. Hata	β	t	p
Sabit	2.76	.158	---	17.53	.000*
Ahlaki Olgunluk	-.179	.035	-.337	-5.13	.000*
Öz-Şefkat	0.58	.036	-.105	-1.60	.000*
R=.385	$R^2_{adj}=.140$				
$F_{(2,220)}=19.105$	$p=<.001$				

Tablo 4 incelendiğinde, çoklu doğrusal regresyon analizi sonucunda regresyon modelinin istatistiksel açıdan Standardize edilmiş regresyon katsayısına (β) göre, yordayıcı değişkenlerin katılımcıların zorbalığa yönelik tutum düzeyi üzerindeki göreceli önem sırası ahlaki olgunluk ve öz-şefkattir. Katılımcıların regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t-testi sonuçları incelendiğinde ahlaki olgunluk ($\beta= .337$; $t=-5.13$; $p=.000$) ve öz-şefkatin ($\beta= -.105$; $t=-1.60$; $p=.000$) zorbalığa yönelik tutum düzeyi üzerinde anlamlı etkiye sahip olduğu tespit edilmiştir. Bu değişkenler katılımcıların zorbalığa yönelik tutum düzeyleri üzerindeki toplam varyansın %14'ünü açıklamaktadır.

Tartışma ve Sonuç, Öneriler

Bu araştırmada, altyapı futbolcularının ahlaki olgunluğu, öz-şefkatleri ve zorbalık tutumları arasındaki ilişki düzeyi ve ahlaki olgunluk ve öz-şefkatin, zorbalık tutumlarını ne ölçüde yordadığı incelenmiş ve bulgulardan elde edilen sonuçlar tartışılmıştır.

Araştırma sonucunda katılımcıların ahlaki olgunluk düzeyleri ile öz-şefkat düzeyleri arasında pozitif yönlü ve orta düzeyde bir ilişki olduğu, ahlaki olgunluk ile zorbalık tutumları arasında negatif yönlü orta düzeyde bir ilişki olduğu, öz-şefkat ile zorbalık tutumları arasında negatif yönde düşük düzeyli bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Alanyazın incelendiğinde, ahlaki olgunluk, öz-şefkat ve zorbalık değişkenleri arasındaki ilişkileri bütüncül bir çerçevede ele alan araştırmaların sınırlı sayıda. Öz-şefkat, bireyin hatalarla yüzleşirken benlik tehditlerini azaltan koruyucu bir bilişsel çerçeve sunar (Gilbert, 2014). Bu çerçeve, bireyin savunmacı tepkiler vermeden davranışlarını değerlendirmesine olanak tanır ve bu durum ahlaki olgunluğun temel bileşenlerinden biri olan sorumluluk bilincini güçlendirir. Ayrıca öz-şefkat, bilişsel esneklik ve duygusal düzenleme

becerilerini artırarak bireyin etik karar verme süreçlerinde daha sakin, tutarlı ve ilkesel davranmasını kolaylaştırır. Duygusal regülasyonu güçlü bireylerin ahlaki ikilemler karşısında daha az dürtüsel, daha fazla yansıtıcı kararlar verdiği bilinmektedir (Hofmann ve ark., 2014). Bu bulgu, öz-şefkat düzeyi yüksek bireylerde ahlaki olgunluğun neden daha yüksek olabileceğini desteklemektedir. Ahlaki olgunluk düzeyi yüksek olan bir bireyin oto-kontrol sahibi olduğu ve başkalarıyla sağlıklı bir şekilde iletişim kurabilen insanlar olduğu belirtilmektedir (Lickona, 1992; Mathieson, 2003). Ahlaki olgunluğun şiddet davranışlarını kontrol altına alma ve önleme konusunda etkili olduğu değerlendirilmektedir (Şengün, 2018). Ay (2021), yapmış olduğu çalışmada, ahlaki olgunluk ile saldırganlık arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu tespit etmiştir. Tüm bunlar ahlaki olgunluk ile zorbalık arasındaki negatif ilişkiyi açıklar niteliktedir. Öz-şefkat düzeyi yüksek olan bireyler başkalarını ve durumları affetme eğilimi gösterir (Asıcı, 2013; Karataş ve Uzun, 2021). Aynı zamanda düşmanca hisler ve olumsuz duyguları daha az deneyimler (Neff, 2022). Neff ve Pommier (2013) çalışmalarında öz-şefkat ile affetme arasında pozitif bir ilişki olduğunu tespit etmişlerdir. Yarnel ve Neff, (2013) yapmış oldukları bir çalışmada öz-şefkat düzeyinin yüksek olması ile başkaları ile uzlaşma olasılığının yüksek olmasının ilişkili olduğu sonucuna varmışlardır. Öz-şefkat, aynı zamanda başkalarına yönelik empatik yönelimi de artırmaktadır. Kendini insanlık ortaklığı içinde konumlandıran bireylerin sosyal yargılarında daha az cezalandırıcı ve daha prososyal eğilimler gösterdiği saptanmıştır (Jazaieri ve ark., 2014). Tüm bunlar öz-şefkat ile zorbalık arasındaki negatif yöndeki ilişkiyi açıklar niteliktedir.

Altyapı futbolcularının zorbalık tutumlarında ahlaki olgunluk ve öz-şefkatin ne seviyede yordayıcı olduğunu belirlemek için çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Bulgular sonucunda regresyon modelinin anlamlı olduğu belirlenmiştir. Yordayıcı değişkenlerin zorbalık tutumları üzerindeki göreceli önem sırası ahlaki olgunluk ve öz-şefkattir. Ahlaki olgunluk ve öz-şefkatin altyapı futbolcularının zorbalık tutumlarını %14 oranında yordadığı tespit edilmiştir. Karşılaştırma yapılabilecek araştırmaya rastlanılmamıştır. Dolayısıyla kesin bir yargıya varılması zor olsa da ahlaki olgunluk ve öz-şefkatin zorbalık tutumları üzerinde etkili olduğu kanısına varılmıştır. Avcı (2010) yapmış olduğu çalışmada katılımcıların saldırganlık düzeyleri ile ahlaki tutum düzeyleri arasında negatif bir etkisi olduğunu tespit etmiştir. Dugan (2022) araştırmasında ahlaki olgunluğun şiddetin önemli bir engelleyicisi olduğunu belirtmiştir. Ahlaki olgunluk sahibi birey başkalarına karşı duyarlı ve empati sahibidir (Lickona, 1992). Bu kapsamda ahlaki olgunluğun, şiddet, zorbalık ve saldırganlık gibi olumsuz davranışların önüne geçmede etkili olacağı söylenebilir. Jordan (1989)'a göre öz-şefkat doğrudan başkalarına karşı empatiye dönüşmektedir ve bu durum affetme davranışlarını arttırmaktadır. Araştırmalar öz-şefkat düzeyi yüksek olan bireylerin başkalarını affetme (Asıcı ve Karaca, 2014; Neff ve Pommier, 2013; Mistler, 2010; Oral ve Arslan, 2017; Sarıçam ve Biçer, 2015)

ve durumları affetme (Ghorbani ve ark., 2017; Kılıç, 2019; Mistler, 2010) eğilimlerinin yüksek olduğunu tespit etmişlerdir. Yüksek öz-şefkat bireylere karşı daha az öfke ve saldırganlık gösterme ile ilişkilidir (Fresnics ve Borders, 2017). Ayrıca öz-şefkat ile öz-kontrol arasında pozitif yönde anlamlı bir etkisi vardır (Kurucu, 2023). Dolayısıyla ahlaki olgunluk ve öz-şefkatin, zorbalık tutumları üzerinde etkili olduğu düşünülmektedir.

Sonuç olarak, altyapı futbolcularında ahlaki olgunluk ve öz-şefkatin zorbalığa yönelik tutumların azaltılmasında koruyucu ve yordayıcı bir role sahip olduğu görülmektedir; bu nedenle, altyapı futbol eğitim programlarında ahlaki gelişimi ve öz-şefkati güçlendirmeye yönelik psiko-eğitsel ve değer temelli uygulamalara yer verilmesinin zorbalıkla mücadelede etkili olabileceği söylenebilir. Ayrıca, farklı yaş kategorileri ve farklı branşlarda benzer çalışmalar yürütülerek bulguların genellenebilirliği test edilmeli, nitel yöntemlerin kullanıldığı araştırmalarla sporcuların zorbalık deneyimleri derinlemesine incelenerek mevcut nicel bulgular desteklenmelidir.

Etik Kurul İzin Bilgileri

Etik değerlendirme kurulu: Balıkesir Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu

Etik değerlendirme belgesinin tarihi: 22.10.2025

Etik değerlendirme belgesinin sayı numarası: 2025/10-20

Araştırmacıların Katkı Oranları Beyanı

Araştırmacıların yazar katkı oranları eşittir.

Çatışma Beyanı

Yazarların arasında bu çalışma ile ilgili herhangi bir çatışma ya da çıkar bulunmamaktadır

Kaynakça

- Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational behavior and human decision processes*, 50(2), 179-211. [https://doi.org/10.1016/0749-5978\(91\)90020-T](https://doi.org/10.1016/0749-5978(91)90020-T)
- Asıcı, E. (2013). *Öğretmen adaylarının affetme özelliklerinin öz-duyarlık ve benlik saygısı açısından incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Asıcı, E., & Karaca, R. (2014). Öğretmen adaylarında affetme özelliği ve özduyarlık. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 27, 489-505. <http://dx.doi.org/10.9761/JASSS2428>
- Avcı, A. (2010). *Eğitimde şiddet olgusu lise öğrencilerinde şiddet, saldırganlık ve ahlaki tutum ilişkisi Küçükçekmece ilçesi örneği*. Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Ay, M. F. (2021). Din Kültürü ve Ahlak Bilgisi Eğitimi, Dindarlık, Ahlaki Olgunluk ve Saldırganlık Arasındaki İlişkiler. *Milli Eğitim Dergisi*, 50(232), 313-334. <https://doi.org/10.37669/milliegitim.747847>
- Belz, J., Beckmann, J., Dierkes, W., & Kleinert, J. (2024). Exploring the relation between self-compassion and personality traits in adolescent elite athletes. In *European Congress of Sport & Exercise Psychology Performance under pressure in sports, military/police, performing arts, medicine, business and daily life* (p. 637). European Federation of Sport Psychology.
- Bryman, A., & Cramer, D. (2002). *Quantitative data analysis with SPSS release 10 for Windows: A guide for social scientists*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203471548>
- Carroll, M. (2011). Ethical maturity: making ethical decisions-part II. *Psychotherapy in Australia*, 17(4), 40-51.
- Cohen, J. (2013). *Statistical power analysis for the behavioral sciences*. routledge.
- Çağlar, E. Ç., & Çamiçi, F. (2024). Çocuk Gelişiminde Sporun Rolü ve Önemi: Fiziksel, Zihinsel ve Sosyal Etkiler Üzerine Bir İnceleme. Eken, Ö., Reyhan, S. (Eds.), *Spor Bilimlerinde Yenilikçi Çalışmalar-4*, (ss. 69-78). Duvar Yayınları, İzmir.
- Çakmak, A., Kanak, M. ve Özkubat, S. (2018). Çocuklar için öz şefkat ölçeği: Türkçe'ye uyarlama çalışması. *Electronic Turkish Studies*, 13(26), 295-305. <https://doi.org/10.7827/turkishstudies.14405>
- Dugan, M. (2022). Ahlaki Olgunluk Bağlamında Kadına Yönelik Şiddet: Nitel Bir Araştırma. *KADEM Kadın Araştırmaları Dergisi*, 8(2), 367-394. <https://doi.org/10.21798/kadem.2022.122>
- Elik, T. (2017). *Güneydoğu anadolu bölgesi futbol takımlarında amatör olarak futbol oynayan sporcuların sportmenlik yönelimleri ve empatik eğilim düzeyleri*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü İstanbul.
- Fakirullahoğlu, A. M., & Köseoğlu, A. (2021). Çocuklar için zorbalığa yönelik tutum ölçeği'nin geçerlilik ve güvenirlik çalışması. *Humanistic Perspective*, 3(3), 593-609. <https://doi.org/10.47793/hp.975578>
- Fresnics, A., & Borders, A. (2017). Angry rumination mediates the unique associations between self-compassion and anger and aggression. *Mindfulness*, 8(3), 554-564. <https://doi.org/10.1007/s12671-016-0629-2>
- Gençay, E., & Gençay, S. (2024). Young sports fans' approaches to violence and fair play in sports. *International Journal of Physical Education, Sports and Health*. 11(2), 220-223. <https://doi.org/10.22271/kheljournal.2024.v11.i2d.3287>
- George, D. & Mallery, M. (2010). *SPSS for Windows Step by Step: A Simple Guide and Reference, 17.0 update (10a ed.)* Boston: Pearson.
- Germer, C. (2009). *The mindful path to self-compassion: Freeing yourself from destructive thoughts and emotions*. New York: Guilford Press.
- Ghorbani, N., Watson, P. J., Kashanaki, H., & Chen, Z. J. (2017). Diversity and complexity of religion and spirituality in Iran: Relationships with self-compassion and self-forgiveness. *The International Journal for the Psychology of Religion*, 27(4), 157-171. <https://doi.org/10.1080/10508619.2017.1340100>
- Gilbert, P. (2014). The origins and nature of compassion focused therapy. *British journal of clinical psychology*, 53(1), 6-41. <https://doi.org/10.1111/bjc.12043>
- Giulianotti, R. (2015). *Sport: A critical sociology*. John Wiley & Sons.
- Guan, F., Zhan, C., Li, S., Tong, S., & Peng, K. (2024). Effects of self-compassion on aggression and its psychological mechanism through perceived stress. *BMC Psychology*, 12(1), 667. <https://doi.org/10.1186/s40359-024-02191-w>

- Hofmann, W., Luhmann, M., Fisher, R. R., Vohs, K. D., & Baumeister, R. F. (2014). Yes, but are they happy? Effects of trait self-control on affective well-being and life satisfaction. *Journal of personality*, 82(4), 265-277. <https://doi.org/10.1111/jopy.12050>
- Hogan, C. (2020). *An exploration of the perceived friendship, social support and understanding of empathy among the membership of four Gaelic Athletic Association juvenile clubs* (Doctoral dissertation, NUI Galway).
- Husain, A. S. K. (2024). *The role of self-compassion, self-esteem of bullying victims: A qualitative study*. In 1st AI Banjari Postgraduate International Conference: Multidisciplinary Perspective on Sustainable Development 2024 (ss. 524-536). Universitas Muhammadiyah Gresik. <https://doi.org/10.31602/piuk.v0i0.16099>
- Hünerli, S. (2011). Türkiye’de Futbol İktidarı ve Fanatizmin Karikatürlerde Yansıması. *Sanat Dergisi*, (19), 97-107.
- Jazaieri, H., McGonigal, K., Jinpa, T., Doty, J. R., Gross, J. J., & Goldin, P. R. (2014). A randomized controlled trial of compassion cultivation training: Effects on mindfulness, affect, and emotion regulation. *Motivation and emotion*, 38(1), 23-35. <https://doi.org/10.1007/s11031-013-9368-z>
- Jordan, J. (1989). *Relational development: Therapeutic implications of empathy and shame* (Work in Progress No. 39). Wellesley, MA: The Stone Center, Wellesley College.
- Karasar, N. (2007). *Bilimsel araştırma yöntemi: kavramlar, ilkeler, teknikler*. Nobel yayın dağıtım.
- Karataş, Z. & Uzun, K. (2021). Ergenlerin kendilerini, başkalarını ve durumları affetme eğilimlerinin yordanmasında mükemmeliyetçilik, yalnızlık ve özşefkatin etkisi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 58(1), 248-289. <https://doi.org/10.21764/maeuefd.877884>
- Kılıç, D. (2019). *Genç yetişkinlerde akılcı olmayan inanç ile öz-anlayış arasındaki ilişkide affetmenin aracı rolü* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Gaziantep Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Gaziantep.
- Kohlberg, L., & Hersh, R. H. (1977). Moral development: A review of the theory. *Theory into practice*, 16(2), 53-59. <https://doi.org/10.1080/00405847709542675>
- Kök, M., & Çakıcı, A. (2017). Çocuklar İçin Ahlaki Olgunluk Ölçeği: Geçerlik Ve Güvenirlilik Çalışması. *21. Yüzyılda Eğitim ve Toplum*, 6(18), 711-730.
- Kuchar, A. L., Neff, K. D., & Mosewich, A. D. (2023). Resilience and Enhancement in Sport, Exercise, & Training (RESET): A brief self-compassion intervention with NCAA student-athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 67, 102426. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2023.102426>
- Kurucu, G. (2023). *Genç yetişkinlerde otantiklik, öz-şefkat, öz-Kontrol ile psikolojik İyi oluş arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Lickona, T. E. (1992). *Educating for Character: How Our Schools can Teach Respect and Responsibility*. New York: Bantam Books.
- Malkoç, E., & Esen, S. (2022). Türk Futbolundaki Altyapı Sorununun Gelişim Ligi Futbolcularının Bakış Açısıyla Değerlendirilmesi. *Fenerbahçe Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 2(3), 19-30.
- Mathieson, K. (2003). Elements of moral maturity. *Journal of College and Character*, 4(5). <https://doi.org/10.2202/1940-1639.1356>
- McEwan, K., & Zhang, S. (2023). Longitudinal influence of self-compassion and fears of compassion on prosocial and antisocial behaviour in sport: A conditional latent growth curve modelling analysis. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 22, 1743 - 1758. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2023.2231942>
- Mistler, B. A. (2010). *Forgiveness, perfectionism, and the role of self-compassion* (Unpublished doctoral thesis). University of Florida, Gainesville, USA.
- Neff, K. (2022). *Öz Şefkat* (E. Güldemler, Çev.). İstanbul: Diyojen Kitap.
- Neff, K. D. & Germer, C. K. (2013). A pilot study and randomized controlled trial of the mindful self-compassion program. *Journal of Clinical Psychology*, 69(1), 28-44. <https://doi.org/10.1002/jclp.21923>
- Neff, K. D. (2003). Development and Validation of A Scale to Measure Self Compassion. *Self and Identity*, 2(3), 223-250. <https://doi.org/10.1080/15298860309027>
- Neff, K. D., & Pommier, E. (2013). The relationship between self-compassion and other-focused concern among college undergraduates, community adults, and practicing meditators. *Self and identity*, 12(2), 160-176. <https://doi.org/10.1080/15298868.2011.649546>
- Njiofor, J. C. (2024). Responsibility and Its Place in Ethical Judgement. *J Adv Educ Philos*, 8(12), 722-728. <https://doi.org/10.36348/jaep.2024.v08i12.004>.

- Ohreen, D. (2012). Social responsibility: concepts and normative ethics. *International Journal of Management Concepts and Philosophy*, 6(4), 242-255. <https://doi.org/10.1504/IJMCP.2012.051452>
- Ongan, H. ve Demiröz, D. M. (2010) *Akademik Futbol Futbolda Rekabet Başarı İlişkisi*, İstanbul: Hiperlink Yayınları 14.
- Oral, T., & Arslan, C. (2017). The Investigation of University Students' Forgiveness Levels in Terms of Self-Compassion, Rumination and Personality Traits. *Universal Journal of Educational Research*, 5(9), 1447-1456. <https://doi.org/10.13189/ujer.2017.050902>
- Orhan, S., & Salman, M. N. (2021). Genç futbolcularda antrenör-sporcu ilişkisinin ahlaki karar alma tutumları ile prososyal ve antisosyal davranışlarla ilişkisi. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 8(3), 334-355. <https://doi.org/10.33468/sbsebd.239>
- Reyes, D. (2012). Self-compassion: A concept analysis. *Journal of holistic nursing*, 30(2), 81-89. <https://doi.org/10.1177/0898010111423421>
- Sarıçam, H., & Biçer, B. (2015). Affedicilik üzerinde ahlaki değer ve öz-anlayışın açıklayıcı rolü. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 35(1), 109-122.
- Singh, S., & Jaggi, D. (2024). Social Development Through Local Sports Communities (An Article). *ShodhKosh: Journal of Visual and Performing Arts*. <https://doi.org/10.29121/shodhkosh.v5.i1.2024.4323>.
- Sutton, E., Schonert-Reichl, K. A., Wu, A. D., & Lawlor, M. S. (2018). Evaluating the reliability and validity of the self-compassion scale short form adapted for children ages 8–12. *Child Indicators Research*, 11(4), 1217-1236. <https://doi.org/10.1007/s12187-017-9470-y>
- Şengün, M. (2018). *Ahlaki olgunluk ahlak eğitiminde teori ve uygulama*. Nobel Akademik Yayıncılık
- Tabachnick, B. G., ve Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics*. (6th edn). Boston. Ma: Pearson.
- Tanrıverdi, H. (2012). Spor ahlakı ve şiddet. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 5(8), 1071-1093. https://doi.org/10.9761/JASSS_361
- Tekin, İ. (2017). Ahlaki olgunluk kavramı üzerine kuramsal bir çözümleme. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 6(5), 2275-2298.
- Tilindienė, I., Rastauskienė, G. J., Gaižauskienė, A., & Stupuris, T. (2012). Relationship between 12–16-year-old athletes' self-esteem, self-confidence and bullying. *Baltic Journal of Sport and Health Sciences*, 2(85), 76-82. <https://doi.org/10.33607/BJSHS.V2I85.288>
- Tiryaki, Ş. (2000). *Spor psikolojisi: kavramlar, kuramlar ve uygulama*. Eylül kitabevi ve yayınevi.
- Wang, T., Xiao, Q., Wang, H., Hu, Y., & Xiang, J. (2024). Self-compassion defuses the aggression triggered by social exclusion. *PsyCh journal*, 13(6), 1014-1025. <https://doi.org/10.1002/pchj.774>
- Xu, X., Li, Y., Liu, S., & Wang, W. (2024). Longitudinal relationships between bullying victimization and dual social behaviors: the roles of self-compassion and trauma-related shame. *Psychology research and behavior management*, 1463-1475. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S450013>
- Yarnell, L. M., & Neff, K. D. (2013). Self-compassion, interpersonal conflict resolutions, and well-being. *Self and identity*, 12(2), 146-159. <https://doi.org/10.1080/15298868.2011.649545>
- Zavalniuk, O. V. (2024). The moral and ethical dimension as an axiological priority of sports activity. *Scientific Journal of Mykhailo Drahomanov Ukrainian State University. Series 15*, (3K (176)), 223-227. [https://doi.org/10.31392/udu-nc.series15.2024.3k\(176\).49](https://doi.org/10.31392/udu-nc.series15.2024.3k(176).49)
- Zhang, S., Roberts, R., Akehurst, S., & Woodman, T. (2024). Narcissism and antisocial behaviour in sport: The moderating role of self-compassion. *Psychology of sport and exercise*, 70, 102528. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2023.102528>