SPOR YAPAN VE YAPMAYAN ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN SALDIRGAN VE KENDİNİ GELİŞTİRİCİ MİZAH DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ¹

INVESTIGATION OF AGGRESSIVE AND SELF-IMPROVING HUMOR LEVELS OF UNIVERSITY STUDENTS DOING AND NOT DOING SPORTS

Mehibe AKANDERE¹, Erkan YARIMKAYA², Erdi TEKİN³

¹ Selçuk Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Konya / Türkiye

² Hacı Sabancı Ortaokulu Ankara / Türkiye

³ Selçuk Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Yük. Lis. Öğr. Konya / Türkiye

Öz: Bu araştırma, spor yapan ve yapmayan üniversite öğrencilerinin saldırgan ve kendini geliştirici mizah düzeylerini araştırmak amacıyla yürütülmüştür. Araştırmanın evrenini Konya ilinde öğrenim gören üniversite öğrencileri, örneklem grubunu ise Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu'nda öğrenim gören ve spor yapan 50 bayan, 50 erkek öğrenci ile Necmettin Erbakan Üniversitesi'nde öğrenim gören ve spor yapmayan 50 bayan, 51 erkek öğrenci oluşturmuştur. Bayan ve erkek öğrencilerden oluşan araştırma grubundaki toplam 201 öğrenci tesadüfi yöntemle tespit edilmiştir. Araştırmada veri toplama aracı olarak "Mizah Tarzları Ölçeği" kullanılmıştır (Martin ve Puhlik-Doris, 2003). Verilerin değerlendirilmesinde ve hesaplanmış değerlerin bulunmasında SPSS 15.0 istatistik paket programı kullanılmıştır. Veriler yüzde ve frekans tabloları verilerek özetlenmiştir. Bu çalışmada hata düzeyi 0.05 ve 0.01 olarak alınmıştır. 19-26 yaş aralığındaki üniversite öğrencileri üzerinde yapılan bu çalışmada; araştırmaya katılan spor yapan ve yapmayan öğrencilerin saldırgan ve kendini geliştirici mizah puanlarının grup değerlerine ilişkin karşılaştırmasında, istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir ($p<0.01$). Fiziksel aktivitenin bu sonucun elde edilmesinde önemli bir değişken olduğu ortaya konmuştur. Bu bağlamda, sporun üniversite öğrencilerinin saldırgan ve kendini geliştirici mizah düzeylerini olumlu yönde etkilediği söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Spor, Mizah, Öğrenci, Üniversite

Abstract: This research was carried out in order to investigate aggressive and self-improving humor levels of university students who are doing and not doing sports. The population of the research was consisted of university students and the sample group was consisted of 50 female and 50 male students getting education in Selçuk University School of Physical Education & Sports and doing sports as well as 50 female and 51 male students getting education in Necmettin Erbakan University and not doing sports. Totally 201 students consisting of female and male students in research group were determined randomly. "Humor Style Scale" was used as a data collecting tool in the research (Martin and Puhlik-Doris, 2003). For the assessment of the data and finding the calculated values, SPSS 15.0 statistical package software was used. The data were summarized as percentage and frequency tables. In this study, the error level was accepted as 0.05 and 0.01. In this research which was performed on university students between 19-26 years old, aggressive and self-improving humor points of students who are doing and not doing sports were compared and a significant difference in terms of statistics was determined ($p<0.01$). It was revealed that physical activity is an important variable in obtaining this result. By this means, it was concluded that sports affect aggressive and self-improving levels of university students positively.

Key Words: Sports, Humor, Students, University

Doi: 10.17363/SSTB.2015159749

- (1) **Sorumlu Yazar:** Erkan YARIMKAYA, Hacı Sabancı Ortaokulu Ankara / Türkiye kuzzgun@mynet.com **Geliş Tarihi** / **Received:** 03.11.2014 **Kabul Tarihi/ Accepted:** 07.02.2015 **Makalenin Türü:** Type of article (Araştırma – Uygulama / Research – Application) **Çıkar Çatışması / Conflict of Interest:** Yok / None **" Etik Kurul Raporu Yok - None of Ethics Committee" (Araştırmada Kurum İzni Var / Yok) "YOK" "The Research Council Permit Yes / No" "NO"**

SSTB

www.sstbdergisi.com

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık Ve Tıp Bilimleri Dergisi
Nisan / Mayıs / Haziran – İlkbahar Yaz Dönemi Cilt: 5 Sayı: 15 Yıl:2015
International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences
April / May / June - Spring Summer Volume: 5 Issue: 15 Year: 2015

JEL CODE: I0- -I14-I23-I24 ID:218 K:242

PRINT ISSN NO: 2146-8508 ONLINE ISSN NO: 2147-1711

(ISO 9001-2008 Belge No / Document No: 12879 & ISO 14001-2004 Belge No / Document No: 12880)

(MARKA PATENT NO: TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

GİRİŞ

Mizah, geçmiş insanların bir arada yaşamaya başladığı zamana kadar uzanan bir kavramdır. Sosyal bir varlık olan insanın kişiler arası ilişkilerinde mizahın önemli bir yeri vardır. İnsan yapısı gereği sürekli aynı ruh halini koruyamaz, yaşam mücadelesinin verdiği yorgunluk ve sıkıntılar sonucu strese girebilir. İnsanlar bu yorgunluk ve sıkıntılı anlarda kendilerini mutlu edici bir takım eylemlere yönelirler. İşte bu eylemlerin en önemli merkezini mizah oluşturmaktadır (Shammi ve Stuss, 1999; Aydın, 1999; Aydın, 2006).

Mizah, en genel bir yaklaşımla, olaylar ve durumların neşeli yanını görebilmektir. Bir başka deyişle mizah duygusu, komik olan durumları görebilme, algılayabilme ya da anlatma yeteneğidir (İlhan, 2005). Platon’a göre mizah, “şaka kılıfı altında gerçeği söylemedir (Akt: Aslan, 2006). Bilişsel, duygusal, fizyolojik ve davranışsal boyutlara sahip olan mizah, bilişsel olarak yapılan gülünç bir durumu anlamak olarak tanımlanabilir (Solomon, 1996).

Mizah uyarılma, sorun çözme ve sonuç olmak üzere üç aşamadan oluşmaktadır. Uyarılma evresinde, izleyici mizaha dair bir işaret alır. Mizahi olan işitsel ya da görsel bir işaret alındığında ise, bilgileri anlama süreci ise sorun çözme evresini olarak adlandırılır. Sorun çözme ardından uyuşmazlıklar giderilir ve çözüm ile beraber gülümseme ve gülme eylemi ortaya çıkmaktadır (Yardımcı, 2010).

Mizah, kişinin kendisini ifade yöntemi olarak sosyal ortamlarda, kişiden veya çevresinden kaynaklanabilir ve bu durum yıkıcı, olumlu veya olumsuz olabilir (Martin ve ark., 2003). Literatür incelendiğinde karşımıza dört tarzda mizah alt boyutu çıkmaktadır. Bunlar; kendini geliştirici mizah, katılımcı mizah, saldırgan mizah ve kendini yıkıcı mizah tarzıdır (Tümekaya, 2007; Chen ve Martin, 2007; Çeçen, 2007). Kendini geliştirici ve katılımcı mizah uyumlu kategoride iken, saldırgan ve kendini yıkıcı mizah uyumsuz kategoride yer almaktadır.

Mizah bireylerin, olumlu benlik edinmelerinde (Martin ve Edwards, 2010; Katy ve Lui, 2011: 21); ve nevrotik sorunlardan uzak (Galloway, 2010); kalmalarında oldukça etkilidir. Ayrıca mizahın bireyler üzerindeki etkileri arasında, bireylerin kaygı (Szabo, 2003); depresyon (Yerlikaya, 2009: 118); ve stres (Abel, 2008: 365; Özdemir ve ark, 2011), düzeylerini olumlu yönde azaltması da gösterilebilir

Mizahın bireyler üzerine etkileri incelendiğinde, bu etkilerin spor ile benzerlik gösterdiği görülecektir. Spor da mizah gibi bireylerin, olumlu benlik gelişimini (İkizler, 2002); desteklerken, bireylerin daha iddialı ve dışa dönük olmalarını (Tepeköylü ve ark., 2009), sağlar. Tüm bunların yanında yapılan çalışmalar, sportif faaliyetlerin, bireylerin nevrotik sorunlarını (İlhan ve Gencer, 2010); stres (Çelikkol, 2007: 102); ve depresyon düzeylerini (Tekin ve ark., 2009; Kuruç ve Bayar, 2004), azaltmada rol oynadığını göstermiştir

SSTB

www.sstbdergisi.com

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık Ve Tıp Bilimleri Dergisi

Nisan / Mayıs / Haziran – İlkbahar Yaz Dönemi Cilt: 5 Sayı: 15 Yıl:2015

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

April / May / June - Spring Summer Volume: 5 Issue: 15 Year: 2015

JEL CODE: I0- -I14-I23-I24 ID:218 K:242

PRINT ISSN NO: 2146-8508 ONLINE ISSN NO: 2147-1711

(ISO 9001-2008 Belge No / Document No: 12879 & ISO 14001-2004 Belge No / Document No: 12880)

(MARKA PATENT NO: TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

Bu bağlamda, mizah ve sporun birey üzerindeki ortak etkileri ve Türkçe literatürdeki spor-mizah ilişkisini konu alan çalışmaların yetersizliği bu araştırmanın amacının belirlenmesine katkı sağlamıştır. Dolayısıyla bu çalışmada amaç; spor yapan ve yapmayan üniversite öğrencilerinin saldırgan ve kendini geliştirici mizah düzeylerinin incelenmesidir

Araştırma Problemi

Spor yapan ve yapmayan üniversite öğrencilerinin saldırgan ve kendini geliştirici mizah düzeyleri arasında farklılık var mıdır?

Araştırma Hipotezi

Spor yapan üniversite öğrencilerinin saldırgan mizah düzeyleri spor yapmayan üniversite öğrencilerine oranla daha az olurken spor yapan üniversite öğrencilerinin kendini geliştirici mizah düzeyleri spor yapmayan üniversite öğrencilerine oranla daha fazla olur

Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Araştırmanın evrenini, Konya ilinde öğrenim gören üniversite öğrencileri, örneklem grubunu ise Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu'nda öğrenim gören ve spor yapan 50 bayan, 50 erkek öğrenci ile Necmettin Erbakan Üniversitesi'nde öğrenim gören ve spor yapmayan 50 bayan 51 erkek öğrenci oluşturmuştur. Bayan ve erkek öğrencilerden oluşan araştırma grubundaki toplam 201 öğrenci tesadüfi yöntemle tespit edilmiştir

MATERYAL VE METOD

Spor yapan ve yapmayan üniversite öğrencilerinin saldırgan ve kendini geliştirici mizah düzeylerini araştırmak amacıyla yapılan çalışmaya, Konya Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu'nda öğrenim gören ve spor yapan 50 bayan, 50 erkek öğrenci ile Necmettin Erbakan Üniversitesi'nde öğrenim gören ve spor yapmayan 50 bayan, 51 erkek öğrenci katılmıştır. Araştırma grubunu oluşturan toplam 201 bayan ve erkek öğrenci tesadüfi yöntemle tespit edilmiştir. Her iki gruba da Mizah Tarzları Ölçeği uygulanmıştır (Martin ve ark., 1999)

Mizah Tarzları Ölçeği

Mizah Tarzları Ölçeği (Humor Styles Questionnaire) Martin ve Puhlik-Doris (1999) tarafından dört farklı mizah tarzını ölçmek amacıyla 60 madde olarak geliştirilmiş daha sonra Martin, Puhlik-Doris, Larsen, Gray ve Weir (2003) tarafından revize edilerek madde sayısı 32'ye düşürülmüş bir kendini değerlendirme ölçeğidir. Mizah Tarzları Ölçeği'nin ikisi olumlu, ikisi olumsuz mizah kullanımını ölçmek üzere tasarlanmış dört alt boyutu vardır. Bunlar; Kendini Geliştirici Mizah, Katılımcı Mizah, Kendini Yıkıcı Mizah ve Saldırgan Mizahtır. Bu dört boyut da uyumlu olumlu mizah (Kendini Geliştirici ve Katılımcı Mizah) ve uyumsuz-olumsuz mizah (Kendini Yıkıcı ve Saldırgan Mizah) olarak gruplanır. Humor Style Questionnaire (HSQ) ise Mizah Tarzları Ölçeği (MTÖ) adıyla Yerlikaya (2003)

SSTB

www.sstbdergisi.com

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık Ve Tıp Bilimleri Dergisi
Nisan / Mayıs / Haziran – İlkbahar Yaz Dönemi Cilt: 5 Sayı: 15 Yıl:2015
International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences
April / May / June - Spring Summer Volume: 5 Issue: 15 Year: 2015

JEL CODE: I0- -I14-I23-I24 ID:218 K:242

PRINT ISSN NO: 2146-8508 ONLINE ISSN NO: 2147-1711

(ISO 9001-2008 Belge No / Document No: 12879 & ISO 14001-2004 Belge No / Document No: 12880)

(MARKA PATENT NO: TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

tarafından Türkçeye çevrilmiş, geçerlik-güvenirlilik çalışmaları üniversite öğrencileri üzerinde yapılmıştır. Toplam 32 sorudan oluşan, yedili likert tipi kendini değerlendirme aracıdır. 1-7-9-15-16-17-22-23-25-29-31 maddeler ters yönde puanlanmaktadır (Martin, Puhlik-Doris, Larsen ve ark., 2003; Yerlikaya, 2003)

Verilerin Analizi

Verilerin değerlendirilmesinde ve hesaplanmış değerlerin bulunmasında SPSS 15.0 istatistik paket

program kullanılmıştır. Veriler yüzde ve frekans tabloları verilerek özetlenmiştir. Verilerin normal dağılım gösterip göstermediği One-Sample Kolmogorov-Smirnov testi ile test edilmiş ve verilerin normal dağılım gösterdiği tespit edilmiştir. Veriler normal dağılım gösterdiği için gruplar arasındaki farklılığın tespiti için Independent-Samples t ve One-Way Anova testleri kullanılmıştır. Bu çalışmada hata düzeyi 0.05 ve 0.01 olarak alınmıştır

BULGULAR

Tablo 1. Araştırmaya Katılanların Spor Yapma ve Yapmama Durumları İle Saldırgan Mizah Puanları Arasındaki İlişkinin İncelendiği Tablo

Bağımsız Değişken	Grup	N	X	S	Sd	t	p
Saldırgan Mizah Puanı	Spor yapan	100	23,13	6,650	199	3,572	0,000*
	Spor yapmayan	101	26,82	7,939			

*(p<0,01)

Tablo 1 incelendiğinde, araştırmaya katılan spor yapan ve yapmayan öğrencilerin (201) saldırgan mizah puanları arasında p<0.01 düzeyinde anlamlı bir farklılık olduğu (t= 3,572, p=0,000)

saptanmıştır. Ortalama saldırgan mizah puanlarına baktığımızda; spor yapan öğrencilerin mizah puanları (X=23,13) iken spor yapmayan öğrencilerin mizah puanları (X=26,82) olarak bulunmuştur

SSTB

www.sstbdergisi.com

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık Ve Tıp Bilimleri Dergisi

Nisan / Mayıs / Haziran – İlkbahar Yaz Dönemi Cilt: 5 Sayı: 15 Yıl:2015

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

April / May / June - Spring Summer Volume: 5 Issue: 15 Year: 2015

JEL CODE: I0- -I14-I23-I24 ID:218 K:242

PRINT ISSN NO: 2146-8508 ONLINE ISSN NO: 2147-1711

(ISO 9001-2008 Belge No / Document No: 12879 & ISO 14001-2004 Belge No / Document No: 12880)

(MARKA PATENT NO: TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

Tablo 2. Araştırmaya Katılanların Cinsiyetleri İle Saldırgan Mizah Puanları Arasındaki İlişkinin İncelendiği Tablo

Bağımsız Değişken	Cinsiyet	N	X	S	Sd	t	p
Saldırgan Mizah Puanı	Bayan	100	29,55	5,905	199	10,691	0,000*
	Erkek	101	20,46	6,137			

*(p<0,01)

Tablo 2 incelendiğinde, araştırmaya katılan kız ve erkek öğrencilerin (100 kız, 101 Erkek) saldırgan mizah puanları arasında p<0.01 düzeyinde anlamlı bir farklılık olduğu (t=10,691, p=0,000)

saptanmıştır. Ortalama saldırgan mizah puanlarına baktığımızda; kız öğrencilerin mizah puanları (X=29,55) iken erkek öğrencilerin mizah puanları (X=20,46) olarak bulunmuştur.

Tablo 3. Araştırmaya Katılanların Yaş Grupları İle Saldırgan Mizah Puanları Arasındaki İlişkinin İncelendiği Tablo

Yaş	N	X	S	Minimum	Maximum
19-20	70	25,40	7,382	11,00	38,00
21-22	84	24,47	6,996	11,00	39,00
23-24	34	24,88	9,482	8,00	41,00
25-26	11	25,90	7,119	15,00	36,00
26 ve üstü	2	28,50	0,707	28,00	29,00
Toplam	201	24,98	7,538	8,00	41,00
Varyasyon Kaynağı	Karelerin toplamı	Serbestlik Derecesi	Karelerin ortalaması	F	p
Gruplar arası	68,264	4	17,066	0,296	0,880
Gruplar içi	11298,691	196	57,646		
Toplam	11366,955	200			

Tablo 3 incelendiğinde, araştırmaya katılan öğrencilerin (201) yaş gruplarına yönelik yapılan istatistiksel değerlendirmede saldırgan mizah

puanları arasında anlamlı bir farklılık saptanmamıştır (p>0,05)

SSTB

www.sstbdergisi.com

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık Ve Tıp Bilimleri Dergisi

Nisan / Mayıs / Haziran – İlkbahar Yaz Dönemi Cilt: 5 Sayı: 15 Yıl:2015

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

April / May / June - Spring Summer Volume: 5 Issue: 15 Year: 2015

JEL CODE: I0- -I14-I23-I24 ID:218 K:242

PRINT ISSN NO: 2146-8508 ONLINE ISSN NO: 2147-1711

(ISO 9001-2008 Belge No / Document No: 12879 & ISO 14001-2004 Belge No / Document No: 12880)

(MARKA PATENT NO: TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

Tablo 4. Araştırmaya Katılanların Spor Yapma ve Yapmama Durumları İle Kendini Geliştirici Mizah Puanları Arasındaki İlişkinin İncelendiği Tablo

Bağımsız Değişken	Grup	N	X	S	Sd	t	p
Kendini Geliştirici Mizah Puanı	Spor yapan	100	33,72	5,189	199	4,807	0,000*
	Spor yapmayan	101	30,10	5,455			

*(p<0,01)

Tablo 4 incelendiğinde, araştırmaya katılan 201 öğrenci arasından spor yapan ve yapmayan öğrencilerin kendini geliştirici mizah puanları arasında $p<0.01$ düzeyinde anlamlı bir farklılık olduğu ($t=4,807$, $p=0,000$) saptanmıştır. Ortalama kendini

geliştirici mizah puanlarına baktığımızda; spor yapan öğrencilerin mizah puanları ($X=33,72$) iken spor yapmayan öğrencilerin mizah puanları ($X=30,1089$) olarak bulunmuştur

Tablo 5. Araştırmaya Katılanların Cinsiyetleri İle Kendini Geliştirici Mizah Puanları Arasındaki İlişkinin İncelendiği Tablo

Bağımsız Değişken	Cinsiyet	N	X	S	Sd	t	p
Kendini Geliştirici Mizah Puanı	Bayan	100	32,07	5,912	199	0,413	0,680
	Erkek	101	31,74	5,321			

Tablo 5 incelendiğinde, araştırmaya katılan 201 öğrenci (100 kız, 101 Erkek) arasında kız ve erkek öğrencilerin kendini geliştirici mizah puanları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı ($t=0,413$, $p=0,068$, $p>0.05$) saptanmıştır. Ortalama

kendini geliştirici mizah puanlarına baktığımızda; kız öğrencilerin mizah puanları ($X=32,07$) iken erkek öğrencilerin mizah puanları ($X=31,74$) olarak bulunmuştur

SSTB

www.sstbdergisi.com

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık Ve Tıp Bilimleri Dergisi

Nisan / Mayıs / Haziran – İlkbahar Yaz Dönemi Cilt: 5 Sayı: 15 Yıl:2015

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

April / May / June - Spring Summer Volume: 5 Issue: 15 Year: 2015

JEL CODE: I0- -I14-I23-I24 ID:218 K:242

PRINT ISSN NO: 2146-8508 ONLINE ISSN NO: 2147-1711

(ISO 9001-2008 Belge No / Document No: 12879 & ISO 14001-2004 Belge No / Document No: 12880)

(MARKA PATENT NO: TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

Tablo 6. Araştırmaya Katılanların Yaş Grupları İle Kendini Geliştirici Mizah Puanları Arasındaki İlişkinin İncelendiği Tablo

Yaş	N	X	S	Minimum	Maximum
19-20	70	32,18	5,217	20,00	46,00
21-22	84	32,11	5,756	19,00	46,00
23-24	34	32,23	5,924	19,00	44,00
25-26	11	28,72	5,217	21,00	36,00
26 ve üstü	2	25,00	4,242	22,00	28,00
Toplam	201	31,90	5,611	19,00	46,00
Varyasyon Kaynağı	Karelerin toplamı	Serbestlik Derecesi	Karelerin ortalaması	F	p
Gruplar arası	219,509	4	54,877		
Gruplar içi	6077,695	196	31,009	1,770	0,136
Toplam	6297,204	200			

Tablo 6 incelendiğinde, araştırmaya katılan öğrencilerin (201) yaş gruplarına yönelik yapılan istatistiksel değerlendirmede kendini geliştirici mizah puanları arasında anlamlı bir farklılık saptanmamıştır ($p>0,05$)

TARTIŞMA

Spor yapan ve yapmayan üniversite öğrencilerinin saldırgan ve kendini geliştirici mizah düzeylerini araştırmak amacıyla yapılan çalışmaya, 100 bayan 101 erkek olmak üzere toplamda 201 öğrenci katılmıştır

Tablo 1 incelendiğinde, araştırmaya katılan spor yapan ve yapmayan öğrencilerin (201) saldırgan mizah puanları arasında $p<0.01$ düzeyinde anlamlı bir farklılık olduğu ($t= 3,572$, $p=0,000$) saptanmıştır. Ortalama saldırgan mizah puanlarına

baktığımızda; spor yapan öğrencilerin mizah puanları ($X=23,13$) iken spor yapmayan öğrencilerin mizah puanları ($X=26,82$) olarak bulunmuştur

Fiziksel egzersiz ve mizah bireylerin streslerini azaltır ve rahatlatıcı etkiye sahiptir (Szabo, 2003). Mizah ve egzersiz bireylerin ruh hallerini iyileştirebilir (University of Maryland, 2009)

Szabo, Ainsworth ve Danks (2005), sağlıklı bayanların kaygı düzeyleri üzerine yaptıkları çalışmada, mizahi müzik ve video izlemenin, spor gibi kaygı düzeyi üzerinde olumlu etkileri olduğunu tespit etmiştir

Tablo 2 incelendiğinde, araştırmaya katılan kız ve erkek öğrencilerin (100 kız, 101 Erkek) saldırgan mizah puanları arasında $p<0.01$ düzeyinde anlamlı bir farklılık olduğu ($t=10,691$, $p=0,000$)

SSTB

www.sstbdergisi.com

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık Ve Tıp Bilimleri Dergisi
Nisan / Mayıs / Haziran – İlkbahar Yaz Dönemi Cilt: 5 Sayı: 15 Yıl:2015
International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences
April / May / June - Spring Summer Volume: 5 Issue: 15 Year: 2015

JEL CODE: I0- -I14-I23-I24 ID:218 K:242

PRINT ISSN NO: 2146-8508 ONLINE ISSN NO: 2147-1711

(ISO 9001-2008 Belge No / Document No: 12879 & ISO 14001-2004 Belge No / Document No: 12880)

(MARKA PATENT NO: TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

saptanmıştır. Ortalama saldırgan mizah puanlarına baktığımızda; kız öğrencilerin mizah puanları ($X=29,55$) iken erkek öğrencilerin mizah puanları ($X=20,46$) olarak bulunmuştur

Yerlikaya (2007), çalışmasında erkek lise öğrencilerinin kız öğrencilerden daha yüksek saldırgan ve kendini yıkıcı mizah puanları aldığını saptamış ve kız öğrencilerin mizahı günlük yaşamlarında zararlı olmayan bir tarzda kullandıklarını aktarmıştır.

Akkaya (2006), yaptığı çalışmada, katılımcı mizah ve kendini geliştirici mizah tarzını erkek öğrencilerin daha fazla kullandığını tespit etmiştir

Güven (2013), ise çalışmasında bayan hemşirelerin erkek hemşirelere göre saldırgan mizah tarzını daha fazla kullandıklarını saptamıştır

Tablo 3 incelendiğinde, araştırmaya katılan öğrencilerin (201) yaş gruplarına yönelik yapılan istatistiksel değerlendirmede saldırgan mizah puanları arasında anlamlı bir farklılık saptanmamıştır ($p>0,05$)

Tablo 4 incelendiğinde, araştırmaya katılan spor yapan ve yapmayan öğrencilerin (201) kendini geliştirici mizah puanları arasında $p<0.01$ düzeyinde anlamlı bir farklılık olduğu ($t= 4,807$, $p=0,000$) saptanmıştır. Ortalama kendini geliştirici mizah puanlarına baktığımızda; spor yapan öğrencilerin mizah puanları ($X=33,72$) iken spor yapmayan öğrencilerin mizah puanları ($X=30,1089$) olarak gerçekleşmiştir

Szabo (2003), mizah ve sporun psikolojik etkileri üzerine yaptığı çalışmasında, mizahın spor egzersizlerine oranla kaygı ve moral üzerine daha pozitif etkileri olduğunu öne sürmüştür.

Tablo 5 incelendiğinde, araştırmaya katılan kız ve erkek öğrencilerin (100 kız, 101 Erkek) kendini geliştirici mizah puanları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı ($t=0,413$, $p=0,068$, $p>0.05$) saptanmıştır. Ortalama kendini geliştirici mizah puanlarına baktığımızda; kız öğrencilerin mizah puanları ($X=32,07$) iken erkek öğrencilerin mizah puanları ($X=31,74$) olarak bulunmuştur

Tümekaya (2006), Aslan (2006), Özdemir ve Recepoğlu'nun (2010), çalışmalarında cinsiyet ve mizah tarzları arasında herhangi bir ilişkinin bulunmadığını tespit etmişlerdir

Tablo 6 incelendiğinde, araştırmaya katılan öğrencilerin (201), yaş gruplarına yönelik yapılan istatistiksel değerlendirmede kendini geliştirici mizah puanları arasında anlamlı bir farklılık saptanmamıştır ($p>0,05$)

Özdemir ve Recepoğlu (2010), öğretmenler üzerinde yaptığı çalışmasında, yaş ve kıdem değişkenleri ile mizah tarzları arasında herhangi bir ilişki bulamamıştır

SONUÇ

Bu çalışmada elde edilen istatistikî bulgular neticesinde; spor yapan ve yapmayan üniversite öğrencilerinin saldırgan ve kendini geliştirici

SSTB

www.sstbdergisi.com

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık Ve Tıp Bilimleri Dergisi
Nisan / Mayıs / Haziran – İlkbahar Yaz Dönemi Cilt: 5 Sayı: 15 Yıl:2015
International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences
April / May / June - Spring Summer Volume: 5 Issue: 15 Year: 2015

JEL CODE: I0- -I14-I23-I24 ID:218 K:242

PRINT ISSN NO: 2146-8508 ONLINE ISSN NO: 2147-1711

(ISO 9001-2008 Belge No / Document No: 12879 & ISO 14001-2004 Belge No / Document No: 12880)

(MARKA PATENT NO: TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

mizah düzeyleri arasında farklılıklar olduğu tespit edilmiştir

Spor yapan üniversite öğrencilerinin saldırgan mizah düzeyleri spor yapmayan üniversite öğrencilerinden düşük çıkarken, spor yapan üniversite öğrencilerinin kendini geliştirici mizah düzeyleri spor yapmayan üniversite öğrencilerinden yüksek çıkmıştır. Elde edilen veriler, sporun üniversite öğrencilerinin saldırgan ve kendini geliştirici mizah düzeyleri üzerinde etkili olduğunu göstermektedir.

Çalışma sonucu elde edilen bilgiler ile önceki yapılan çalışmaların aynı doğrultuda olduğu görülmüştür. Bu bağlamda, sporun üniversite öğrencilerinin saldırgan ve kendini geliştirici mizah düzeylerini olumlu yönde etkilediği söylenebilir

Özdemir ve Recepoğlu (2010), öğretmenler üzerinde yaptığı çalışmasında, yaş ve kıdem değişkenleri ile mizah tarzları arasında herhangi bir ilişki bulamamıştır

KAYNAKLAR

ABEL, M., (2008). Humor, Stress, And Coping Strategies, International Journal of Humor, 15(4), 200-365

AKKAYA, M., (2011). Sınıf öğretmenlerinin sınıf yönetme becerileri ile mizah tarzları arasındaki ilişkinin incelenmesi, Sempozyum: 20. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı, Pegem, İstanbul.

ASLAN, H., (2006). Ortaöğretim kurumlarında görev yapan öğretmenlerin öğrenilmiş

güçlülük düzeylerine ve cinsiyetlerine göre mizah tarzlarının incelenmesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana

AYDIN, G., (1999). Olumlu Kişilik Özelliklerinin Sağlık Sorunlarının Sıklığını Yordamadaki Rolü, 3P Dergisi, 1(4)

AYDIN, İ.S., (2006). Türkçe Derslerinde Mizah Kullanımının Öğrenci Tutum Ve Başarısına Etkisi, Yayınlanmamış doktora tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.

CHEN, G., MARTİN, R.A., (2007). A comparison of humor styles, coping humor and mental health between Chinese and Canadian university students. International Journal of Humor Research, 20(3); 215-234

ÇEÇEN, A.R., (2007). Humor styles in predicting loneliness among Turkish students. Social Behavior and Personality, 35(6); 835-844

ÇELİKKOL, A., (2007). Ruh Sağlığı için Egzersiz. (1. Basım). İstanbul: Pedam Yayınları

GALLOWAY, G., (2010). Individual Differences in Personal Humor Styles: Identification of Prominent Patterns and Their Associates”, Personality and Individual Differences, 48(5), s.563

SSTB

www.sstbdergisi.com

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık Ve Tıp Bilimleri Dergisi
Nisan / Mayıs / Haziran – İlkbahar Yaz Dönemi Cilt: 5 Sayı: 15 Yıl:2015
International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences
April / May / June - Spring Summer Volume: 5 Issue: 15 Year: 2015

JEL CODE: I0- -I14-I23-I24 ID:218 K:242

PRINT ISSN NO: 2146-8508 ONLINE ISSN NO: 2147-1711

(ISO 9001-2008 Belge No / Document No: 12879 & ISO 14001-2004 Belge No / Document No: 12880)

(MARKA PATENT NO: TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

GÜNGÖR, H.C., İLHAN, T., (2008). Evlilik Uyumu ve Mizah Tarzları Arasındaki İlişkiler, Aile ve Toplum, 13, 97-106

GÜVEN, S., (2013). Cerrahi kliniklerde çalışan hemşirelerin mizah tarzları ile tükenmişlik düzeyleri arasındaki ilişkinin saptanması, Yüksek Lisans Tezi, Başkent Üniversitesi, Hemşirelik ve Sağlık Hizmetleri Bölümü, Ankara

İLHAN, T., (2005). Öznel İyi Oluşa Dayalı Mizah Tarzları Modeli, Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara

İLHAN, E.L., GENCER, E., (2010). Çocuklarda Nevrotik Eğilimler ve Badminton Eğitimi İlişisine Yönelik bir Araştırma, Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi, 4(2), 137-145

İKİZLER, H.C., (2002). Spor, Sağlık ve Motivasyon. İstanbul: Alfa Basım Yayım Dağıtım

KATY, W., LUI, Y., (2012). Humor Styles, Self-Esteem and Subjective Happiness”, Discovery – SS Student EJournal, 1, s.21

KORUÇ, Z., BAYAR, P., (2004). Egzersizin Depresyon Tedavisindeki Yeri ve Etkileri, Spor Bilimleri Dergisi, 15(1), 50-61.

MARTİN, R.A., PUHLİK-DORİS, P., LARSEN, W., GRAY, J., WEİR, K., (2003). Individual differences in uses of humor and their relation

to psychological well-being; development of the Humor Questionnaire, Journal of Research in Personality, 37, 48-75

MARTİN, R., EDWARDS, K.R., (2010). Humor Creation Ability and Mental Health: Are Funny People More Psychologically Healthy?, Europe’s Journal of Psychology, 6(3), 196-212

ÖZDEMİR, S., RECEPOĞLU, E., (2010). Örgütsel sağlık ve mizah, V. Ulusal Eğitim Yönetimi Kongresi, Antalya, 219-229

ÖZDEMİR, S., SEZGİN, F., KAYA, Z., RECEPOĞLU, E., (2011). İlköğretim Okulu Öğretmenlerinin Stresle Başa Çıkma Tarzları ile Kullandıkları Mizah Tarzları Arasındaki İlişki”, Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi, 17(3), 405-428

SHAMMİ, P., STUSS, D.T., (1999). Humour appreciation: a role of the right frontal lobe, Brain, 122, 657-666

SOLOMON, J., (1996). Humor and aging well, American Behavioral Scientist, 39(3), 249-272

SÜZEN, D., (1987). İlkokul 5. Sınıf Öğrencilerinde Yaratıcı Düşünme Yeteneği ile Benlik Kavramı Arasındaki İlişki, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

SZABO, A., (2003). The Acute Effect of Humour and Exercise on Mood and Anxiety”, Journal of Leisure Research, 35(2), 152

SSTB

www.sstbdergisi.com

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık Ve Tıp Bilimleri Dergisi
Nisan / Mayıs / Haziran – İlkbahar Yaz Dönemi Cilt: 5 Sayı: 15 Yıl:2015
International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences
April / May / June - Spring Summer Volume: 5 Issue: 15 Year: 2015

JEL CODE: I0- -I14-I23-I24 ID:218 K:242

PRINT ISSN NO: 2146-8508 ONLINE ISSN NO: 2147-1711

(ISO 9001-2008 Belge No / Document No: 12879 & ISO 14001-2004 Belge No / Document No: 12880)

(MARKA PATENT NO: TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

SZABO, A., AINSWORTH, S.E., DANKS,

P.K., (2005). Experimental comparison of psychological benefits of aerobic exercise, humor and music. *Humor*, 18(3), 235-246

TEKİN, G., AMMAN, M.T., TEKİN, A., (2009).

Serbest Zamanlarda Yapılan Fiziksel Egzersizin Üniversite Öğrencilerinin Depresyon ve Atılganlık Düzeylerine Etkisi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 6(2), 149-159

TEPEKÖYLÜ, Ö., SOYTÜRK, M., ÇAMLI-

YER, H., (2009). Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin İletişim Becerisi Algılarının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi, *Ankara Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3, 115-124

TÜMKAYA, S., (2006). Öğretim elemanlarının

mizah tarzları ve mizahı yordayıcı değişkenler, *Eğitim Araştırmaları*, 23, 200-208

TÜMKAYA, S., (2007). Burnout and Humor relationship

among university lecturers, *Humor: International Journal of Humor Research*, 20(1), 73-92

University of Maryland Medical News., (2005).

Laughter helps blood vessels function better
<http://www.umm.edu/news/releases/laughter2.htm>. Erişim Tarihi, 24.12.2014

YARDIMCI, İ., (2010). Mizah Kavramı ve

Sanattaki Yeri, *Uşak Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 2(3), 1-41.

YERLİKAYA, E., (2003). Mizah Tarzları Ölçeği'nin

(The Humor Styles Questionnaire) Uyarlama Çalışması, Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana

YERLİKAYA, N., (2007). Lise öğrencilerinin

mizah tarzları ile stresle başa çıkma tarzları arasındaki ilişkinin incelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim A.B.D, Adana

YERLİKAYA, E., (2009). Üniversite Öğrencilerinin

Mizah Tarzları İle Algılanan Stres, Kaygı ve Depresyon Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Çukurova Üniversitesi Eğitim Enstitüsü, s. 118