TEKVANDOCULARIN VE DANSÇILARIN ÖZGÜVEN DÜZEYLERİNİN
KARŞILAŞTIRILMASI ⁽¹⁾COMPARISON OF SELF-CONFIDENCE LEVELS OF TAEKWONDO
ATHLETES AND DANCERS

Seydi Ahmet AĞAOĞLU¹, Şaban ÜNVER², İzzet İSLAMOĞLU³, Emre KARADUMAN⁴,
Seyyid Ahmet TÖRE⁵

¹⁻²⁻³⁻⁴⁻⁵ Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, Samsun / Türkiye

ORCID ID: 0000-0001-8578-3355¹, 0000-0001-7378-596X², 0000-0001-5573-1423³,
0000-0002-7962-315X⁴, 0000-0002-4287-5628⁵

Öz: Amaç: Bu çalışmanın amacı, tekvandocuların ve dansçıların özgüven düzeylerini karşılaştırmaktır. **Yöntem:** Bu çalışmaya Samsun, İstanbul ve Muğla illerinde bulunan dans ve tekvando kulüplerinde lisanslı olarak bu sporları yapan tekvando (n=106) ve dansçı (n=125) toplam 231 sporcu gönüllü olarak katılmıştır. Veriler, anketlerin web üzerinden doldurulması yoluyla elde edilmiştir. Araştırmada veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından geliştirilen "Demografik Bilgi Formu" ve sporcuların özgüven düzeylerini tespit etmek için Akın (2007) tarafından geliştirilen "Öz-güven Ölçeği" kullanılmıştır. Verilerin analizi SPSS 21 paket programı ile yapılmıştır. **Bulgular:** Sporcuların özgüven düzeyi toplam puan ortalamaları branş, cinsiyet, meslek, gelir durumu değişkenlerine göre karşılaştırılmıştır. Hem tekvando hem de dans sporcularının yüksek düzeyde özgüvene sahip olduğu saptanmış ancak dansçıların özgüven düzeyi puan ortalamalarının tekvandocuların puanından anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir (p<0.05). Her iki branşta da cinsiyet değişkeninin özgüven düzeyi puanlarını farklılaştırmadığı tespit edilmiştir (p>0.05). Gelir durumunun dansçılarda özgüven düzeyi puanını farklılaştırdığı tespit edilmiştir (p<0.05). Spor yapma yılının sporcuların özgüven düzeylerini farklılaştırmadığı tespit edilmiştir (p>0.01). Her iki branş sporcularının Uluslararası yarışmalara katılma durumlarına göre incelendiğinde uluslararası yarışmalara katılan sporcuların özgüven düzeyi puan ortalamalarının yarışmalara katılmayan sporcuların puanından anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir (p<0.05). **Sonuç:** Çalışmamızda tekvandocuların ve dansçıların yüksek düzeyde öz-güvene sahip olduğu görülmüştür. Ayrıca dansçıların özgüvenlerinin tekvandocularardan daha yüksek olduğu görülmüştür. Cinsiyetin öz-güven düzeyini farklılaştırmadığı ve her iki branşta da uluslararası yarışmalara katılma durumunun sporcuların öz-güven düzeyini etkilediği sonucuna varılmıştır. Dansçıların sosyal çevre ile daha çok iletişim içinde olması ve dansın bedenini keşfetme olanağını sunması özgüvenlerinin yüksek olmasında etken olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Dans, Öz-güven, Spor, Tekvando

Abstract: Aim: The objective of this study is to compare self-confidence levels of taekwondo athletes and dancers. **Method:** A total of 231 licensed athletes-taekwondo athletes (n=106) and dancers (n=125) in dance and taekwondo clubs of Samsun, İstanbul and Muğla voluntarily participated in the study. The data were collected through questionnaires on the web. "Demographic Information Form" developed by the researchers and "Self-confidence Scale" developed by Akın (2007) were used as data collection tool. The data were analyzed with SPSS 21 program. **Results:** Total score averages of athletes' self-confidence levels were compared in terms of branch, gender, occupation and level of income. Although taekwondo athletes and dancers were found to have high levels of self-confidence, dancers' self-confidence score averages were higher than those of taekwondo athletes (p<0.05). In branches, gender variable was not found to cause difference between self-confidence scores (p>0.05). Level of income was found to cause difference in self-confidence level scores (p<0.05). Years in sports was not found to cause difference in athletes' level of self-confidence (p>0.01). When the athletes were compared in terms of participation in international competitions, self-confidence levels of those who did were significantly higher than those who did not (p<0.05). **Conclusion:** Taekwondo athletes and dancers were found to have high levels of self-confidence, with dancers having higher levels. It was concluded that gender did not cause difference in self-confidence level while participation in international competitions influenced self-confidence. It can be said that dancers' being more in communication with social environment is a factor in their high self-confidence levels.

Key Words: Dance, Self-confidence, Sport, Taekwondo

Doi: 10.17363/SSTB.2018.28.6

- (1) **Sorumlu Yazar:** Şaban ÜNVER, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, Samsun / Türkiye, saban.unver@omu.edu.tr, **Geliş Tarihi / Received:** 21.06.2018, **Kabul Tarihi / Accepted:** 25.09.2018, **Makalenin Türü:** Type of article (Araştırma – Uygulama / Research -Application) **Çıkar Çatışması / Conflict of Interest:** Yok / None **Etik Kurul Raporu/ Ethics Committee:** Yok / None

SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

July - August - September Issue: 28 Summer Term Year: 2018

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Temmuz – Ağustos – Eylül Sayı: 28 Yaz Dönemi Yıl: 2018

ID:395 K:994

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

GİRİŞ

Spor, günümüz insanların hayat akışı içerisinde en temel bedensel etkinliklerin başında yer almaktadır. Dünyanın çoğu yerinde insanların düzenli olarak spor etkinliklerine katıldıkları bilinmektedir. İnsan çok eski dönemlerden beri sporla iç içe bir yaşam tarzına sahip olmuştur. Dolayısıyla günümüzde sporun önemli bir toplumsal olay olmasının beklenen bir sonuç olduğu söylenebilir. Ayrıca toplumsal bir olgu haline gelmiş olan sporun günlük yaşamdan soyutlanmasının mümkün olmadığı görülmektedir (Dever, 2010:15). Sporun çeşitli özellik ve fonksiyonlarına bağlı olarak insan yaşamı açısından bazı amaçları bulunmaktadır. Sporun amaçlarının başında “aile fertlerinin spor yapmalarını sağlayarak mutlu, çalışkan, sağlıklı, moral düzeyi yüksek, çağdaş ve dinamik bir toplum yaratmak, toplumsal görev ve sorumluluklarını iyi bilen, fiziksel ve ruhsal sağlığı yerinde, ahlaklı, yaratıcı, üretken, yapıcı, erdemli, faziletli nesiller yetiştirmek” gibi amaçlar gelmektedir (Yetim, 2005:50). İnsanlar, vücutlarının formda kalmasını sağlamak, fiziki yapılarının kaslı ve daha iyi bir görünümde olması için çeşitli yollara başvurmaktadırlar. Sportif etkinliklerin beden algısını olumlu olarak etkilediği bilinmektedir. Fiziksel görünüş, günümüzde her yaşta bireyin özellikle gençlerin üzerinde durdukları önemli konulardan biridir. Bireyin fiziksel görünümü, davranışının ve başarısı-

nın önüne geçebilmektedir. Kadınların ince görünümü erkeklerin ise kaslı görüntüsü toplumda kabul görmüş sosyal değerler arasında yer almaktadır (Cusumano ve Thompson, 1997:701-721).

Bireyleri bedensel bozukluklardan ve rahatsızlıklardan koruyabilmenin en iyi yollarından birinin fiziksel aktivite ve egzersizin olduğunu, düzenli yapılan egzersizlerin birçok hastalık riskini azaltarak psikolojik olarak rahatlamayı ve bedenlerini daha iyi hissetmelerini sağlayacağını belirtilmektedir (Şanlı 2008:73-78). Başarının temel unsurlarından biri olan özgüven kavramı, sosyal psikoloji ve psikolojinin de üzerinde durduğu konulardan biridir. Tarhan (2004:12-192)’a göre özgüven, kişinin kendini olduğundan üstün ya da aşağı değil, olduğu gibi kabul etmesi demektir. Özgüven “yüreklilik, cesaret” olarak tanımlanır; ancak özgüven kavramı aynı zamanda kişinin kendi yeteneklerine kesin inancını da kapsar. Bir zihin durumu olduğu gibi fiziksel yanı da olan bir kavramdır (Hambly, 2001:63).

Özgüven (self-confidence), kişinin kendisini değerlendirmesi ve kendisinden memnun olup olmaması sonucu ortaya çıkan öznel bir olgudur. Olumlu ya da olumsuz, yüksek veya düşük olabilir, yani koşullara, konuma, gelişmelere ve içinde bulunulan duruma göre değişkenlik gösterebilir. Kişinin yüksek ya da düşük özgüvene sahip olması olaylar karşısındaki duygularını ve davranışlarını farklı

SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

July - August - September Issue: 28 Summer Term Year: 2018

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Temmuz – Ağustos – Eylül Sayı: 28 Yaz Dönemi Yıl: 2018

ID:395 K:994

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

yönlerde etkiler (Sivribaşkara, 2003:36-39). Toplum yaşamına çok değişik yollarla girmeyi başaran spor, insanları doğrudan ya da dolaylı olarak kendisine bağımlı kılmış, insanların her dönem ilgisini çekerek farklı branşlara yönlendirmiş, bunun yanında her zaman canlı kalmayı başarmış bir olgudur (Küçük ve Koç, 2004:131-141). Dans insanın kendi duygu ve düşüncelerini anlatabilmesi ve toplumla bir iletişim kurabilmesi için anlam içeren hareketler topluluğunun, meydana getirdiği estetik ve ritmik özelliğe sahip bir yaratıcılığın sonucu olan fiziksel ve duygusal davranıştır (Aktaş, 1999:18-21). Uzakdoğu savunma sporları son yıllarda hızla artış göstererek kendini savunma ve disipline etme, sağlıklı yaşam, sosyal paylaşım gibi nedenlerle milyonlarca insanın uğraştığı önemli bir spor haline gelmiştir. Tekvando dünya çapında popülaritesi yüksek bir spor olup, kişinin kendini savunma metotlarının yanı sıra fiziksel performansta mükemmellik sağlayan Kore kökenli uzak doğu sporudur (Oler ve dig., 1991:251-254). Bu bilgiler ışığında çalışmamız tekvando yapan ve dans eden sporcuların özgüven düzeylerinin branş, cinsiyet, meslek, gelir durumu gibi değişkenlerine göre karşılaştırmak ve alan yazına katkı sağlamak amacıyla yapılmıştır.

MATERYAL ve METOT

Bu çalışmaya yaş ortalaması (20,86±3,71) olan 73 kadın ve (24,52±6,60) olan 158 erkek

katılmıştır. Araştırma verileri Samsun, İstanbul ve Muğla illerinde bulunan dans ve tekvando kulüplerinden tamamı lisanslı 106 tekvandocu ve 125 dansçı olmak üzere toplam 231 sporcu gönüllü olarak katılmıştır. Anket sorularını sporcular internet ortamında online olarak cevaplamışlardır.

Veri Toplama Aracı

Araştırmada veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından geliştirilen “*Demografik Bilgi Formu*” ve sporcuların özgüven düzeylerini tespit etmek için Akın (2007:167-176) tarafından geliştirilen “*Öz-güven Ölçeği*” kullanılmıştır. Ölçek 5’li ikertipi ve 33 maddeden oluşmaktadır. Bu ölçekten alınabilecek en düşük puan 33 en yüksek puan ise 165’dir. Olumsuz madde bulunmayan ölçekten elde edilen yüksek puan, yüksek özgüveni göstermektedir. Ölçekte alınan toplam puan madde sayısına (33) bölünerek kişinin özgüven düzeyi hakkında bir sonuca varılabilir. Ölçekte, 2,5 puanın altı düşük, 2,5 ile 3,5 arası orta, 3,5 ve üzeri ise yüksek düzeyde öz-güveni göstermektedir. Özgüven ölçeğinin iç tutarlılık kat sayısı ölçeğin toplam puanı için .83, iç özgüven faktörü için .83 ve dış özgüven faktörü için .85 olarak bulunmuştur (Akın, 2007:167-176).

İstatistik

Verilerin analizinde SPSS 21 paket programı kullanılmıştır. Verilerin normal dağılım gös-

SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

July - August - September Issue: 28 Summer Term Year: 2018

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Temmuz - Ağustos - Eylül Sayı: 28 Yaz Dönemi Yıl: 2018

ID:395 K:994

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

terip göstermediği Kolmogorov-Smirnov testi ile bakılmış ve böylece verilerin normal dağılım göstermediği tespit edilmiştir ($p<0,05$). İstatistiksel analizlerde Mann Whitney U, Kruskal Wallis testi kullanılmıştır. Anlamlılık düzeyi olarak dört grup karşılaştırmasında $0.05/4=0.0125$, beş grup karşılaştırılmasında

$0.05/5=0.01$ ve iki grup karşılaştırılmasında 0.05 ve 0.01 değerleri alınmıştır. Çalışmamızın toplam puanlarına ilişkin hesaplanan Cronbach alfa iç tutarlılık kat sayısı değeri $.93$ olarak görülmüştür.

BULGULAR

Tablo 1. Katılımcılara ait Tanımlayıcı Bilgiler

Branş	Cinsiyet	Ortalama± SS	Eğitim Durumu
Dansçılar (n=125)	Kadın (n=34)	Yaş (Yıl) 24,59±6,69	Lise (n=49)
	Erkek (n=91)		Üniversite (n=68)
			Lisans Üstü (n=8)
Taekwondo (n=106)	Kadın (n=39)	Yaş (Yıl) 21,92±4,93	Lise (n=56)
	Erkek (n=67)		Üniversite (n=47)
			Lisans Üstü (n=3)

Tablo 2. Tekvandocuların ve Dansçıların Özgüven Düzeyi Puanlarının Karşılaştırması

Özgüven	Branş	N	Ortalama	SS	Median	Min	Max	p
Toplam Puan	Dans	125	4,33	0,461	4,39	2,55	5,00	0,010*
	Tekvando	106	4,15	0,530	4,30	2,67	5,00	

* $p<0.05$

Tablo 2’de branş değişkenine göre sporcuların özgüven ölçeği toplam puanı karşılaştırılmıştır. Katılımcıların toplam puan ortalamaları incelendiğinde her iki grubunda yüksek

düzeyde özgüvene sahip olduğu saptanmış ve branşlar arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<0,05$). Yani dansçıların özgüven düzeyi toplam puan ortalamaları tekvandocuların ortalama puanından anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir.

SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

July - August - September Issue: 28 Summer Term Year: 2018

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Temmuz – Ağustos – Eylül Sayı: 28 Yaz Dönemi Yıl: 2018

ID:395 K:994

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

Tablo 3. Tekvandocuların ve Dansçıların Cinsiyete Göre Özgüven Düzeyi Puanlarının Karşılaştırması

Branş	Özgüven	Cinsiyet	N	Ortalama	SS	Median	Min	Max	p
Dans	Toplam Puan	Kadın	34	4,43	0,385	4,50	3,03	5,00	0,122
		Erkek	91	4,30	0,482	4,36	2,55	5,00	
Tekvando		Kadın	39	4,21	0,518	4,33	2,67	5,00	0,562
		Erkek	67	4,12	0,537	4,27	2,73	5,00	

Tablo 3’te katılımcıların özgüven düzeyi puanları branş ayrımı gözetilerek cinsiyet değişkenine göre karşılaştırılmıştır. Branş ayrımı

gözetilerek cinsiyete göre yapılan karşılaştırmada cinsiyet değişkeninin özgüven düzeyini farklılaştırmadığı tespit edilmiştir ($p>0,05$).

Tablo 4. Tekvandocuların ve Dansçıların Gelirlerine Göre Özgüven Düzeyi Puanlarının Karşılaştırması

Özgüven	Branş	Gelir Durumu	N	Ortalama	SS	Median	Min	Max	p
Toplam Puan	Dans	0-1000 tl	40	4,20	0,434	4,26	2,79	4,94	0,005* 2>1 3>4
		1001-2000 tl	21	4,25	0,590	4,51	2,55	4,91	
		2001-3000 tl	38	4,53	0,380	4,59	3,48	5,00	
		3001 ve üzeri	26	4,32	0,419	4,32	3,52	4,94	
	Tekvando	0-1000 tl	66	4,10	0,549	4,21	2,73	5,00	0,312
		1001-2000 tl	17	4,10	0,509	4,27	2,67	4,67	
		2001-3000 tl	9	4,39	0,356	4,39	4,00	4,94	
		3001 ve üzeri	14	4,33	0,519	4,48	3,00	5,00	

* $p<0.05/4=0.0125$

Tablo 4’te katılımcıların özgüven düzeyi puanları branş ayrımı gözetilerek gelir durumuna göre karşılaştırılmıştır. Branş ayrımı gözetilerek gelir durumuna göre yapılan karşılaştırmada dansçılarda gelir durumu onların özgüven düzeyini farklılaştırdığı tespit edil-

miştir ($p<0,05$). Bu farkında dansçılarda aylık geliri 1001-2000 tl olanlar ile 0-1000 tl olanlar arasında ve yine aylık geliri 2001-3000 tl olanlar ile de 3001tl ve üzeriolanlar arasında olduğu tespit edilmiştir. Ancak tekvandocular da gelir durumu onların özgüven düzeyini farklılaştırmadığı tespit edilmiştir ($p>0,05$).

SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

July - August - September Issue: 28 Summer Term Year: 2018

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Temmuz – Ağustos – Eylül Sayı: 28 Yaz Dönemi Yıl: 2018

ID:395 K:994

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

Tablo 5. Tüm Katılımcıların Bu Branşı Kaç Yıldır Yapıyorsunuz? Sorusuna Göre Karşılaştırması

Özgüven	Bu branşı kaç yıldır yapıyorsunuz?	N	Ortalama	SS	Median	Min	Max	p
Toplam Puan	0-4 yıl	54	4,18	0,516	4,24	2,79	5,00	0,020
	5-6 yıl	27	4,27	0,469	4,30	3,21	5,00	
	7-8 yıl	38	4,24	0,474	4,33	2,97	5,00	
	8-9 yıl	34	4,05	0,605	4,20	2,67	5,00	
	10 ve üstü yıl	78	4,38	0,430	4,47	2,55	5,00	

0.05/5=0.01 p>0.01

Tablo 5’te tüm katılımcıların özgüven düzeyi puanları bu branşı kaç yıldır yapıyorsunuz

sorusuna göre karşılaştırılmıştır. Tüm katılımcılar incelendiğinde spor yapma yılı onların özgüven düzeylerini farklılaştırmadığı tespit edilmiştir (p>0,01).

Tablo 6. Tekvandocuların ve Dansçıların Uluslararası Yarışmalara Katılma Durumuna Göre Özgüven Düzeyi Puanlarının Karşılaştırması

Özgüven	Branş	Uluslararası Yarışmalara Katılma Durumu	N	Ortalama	SS	Median	Min	Max	p
Toplam Puan	Dans	Evet	11	4,64	0,312	4,70	3,97	5,00	0,010*
		Hayır	114	4,30	0,463	4,39	2,55	5,00	
	Tekvando	Evet	15	4,48	0,499	4,57	3,00	5,00	0,003*
		Hayır	91	4,10	0,518	4,21	2,67	5,00	

*** p<0.05**

Tablo 6’da araştırma sonucuna göre her iki branşsporcularının uluslararası yarışmalara katılma durumları karşılaştırıldığında özgüven düzeyi puanlarının uluslararası yarışmalara katılanlar lehine anlamlı bir farklılığın olduğu tespit edilmiştir (p<0,05).

TARTIŞMA

Bu çalışmanın amacı, dans eden ve tekvando yapan sporcuların özgüven düzeyi puanlarını çeşitli değişkenler açısından incelemektir. Çalışmamızda katılımcıların toplam puan ortalamaları incelendiğinde her iki grubunda yüksek düzeyde özgüvene sahip olduğu sap-

SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

July - August - September Issue: 28 Summer Term Year: 2018

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Temmuz – Ağustos – Eylül Sayı: 28 Yaz Dönemi Yıl: 2018

ID:395 K:994

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

tanmıştır. Düzenli olarak spor yapmak bireylerde öz saygıyı ve özgüveni geliştirmesinin yanı sıra birçok olumlu sonuçlara da meydana getirir (Zorba, 2012:87-88). Sportif etkinlikler, bireylerin kendi yetenekleri çerçevesinde düzenli çalışmayı, üstün tekniği, estetiği, yarışmayı gerektiren bir uygulama olduğundan, öğrencinin kişilik görüntüsünü ve uyumunu etkilemektedir (Akgül ve diğ., 2012:13-22). Araştırma sonuçlarına göre dansçıların özgüven puan ortalamaları tekvandocuların özgüven ortalamalarından yüksek olduğu görülmektedir. Bu farklılığın dansın sosyolojik açıdan evrensel bir spor olması ve kişilerdeki özgürlük ve özgünlük duygularını daha rahat ifade edebildiklerinden kaynaklandığı düşünülebilir. Bunun yanı sıra yarışmalardaki başarıya yaklaşma güdüsünden kaynaklandığı ve bunun nedeninin iki branşın farklı amaçlara sahip olmaları ile ilişkilendirilebilir. Tekvandonun doğasında mücadele, hız, gösteri odaklı estetiklik ve güç unsurları hakim iken, dansın doğasında ise mutluluk, bağlılık, evrensel barış, estetiklik ve vücut dili iletişimi unsurları yer almaktadır (Yazıcı, 1998:10-18). Bostancı ve diğ., (2016:212) çalışmalarında beden eğitimi ve spor yüksekokulunda okuyan öğrencilerin özgüven düzeyleri incelenmiş ve çalışmamız ile paralel bulgular bulunmuşlar ve öğrencilerin 3,5 puanlık ortalaması ile yüksek özgüven düzeyine sahip olduğunu tespit etmişlerdir. Özbek ve diğ., (2017:46-56), sporcu ve sedanter lise öğrencilerinin

özgüven düzeylerinin karşılaştırılması başlıklı çalışmasına göre takım ve bireysel sporlarla uğraşan sporcuların içsel-dışsal özgüven düzeyi puan ortalamaları yüksek olduğunu tespit etmişlerdir.

Çalışmamızda branş ayrımı gözetilerek cinsiyete göre yapılan karşılaştırmada cinsiyet değişkeninin özgüven düzeyini farklılaştırmadığı tespit edilmiştir. Ancak kadın sporcuların özgüven puan ortalamaları, erkek sporculara göre daha yüksek bulunmuştur. Cinsiyete bağlı rollerde ve bu rollere ilişkin beklentilerde belirgin farklılıkların yaşandığı kültürümüzde eğitim olanakları ve günümüz yaşam standartlarının ve toplumun artık cinsiyet farkı gözetmemesinin cinsiyete bağlı rollerdeki kutuplaşmayı azalttığı bu nedenle böyle bir sonucun çıkmasına yardımcı olabileceği düşünülmektedir. Alan yazın incelendiğinde ilgili diğer çalışmalarda da cinsiyet bakımından bulgularımıza benzer sonuçlar ortaya çıkmıştır (Umutlu, 2010:153-159; Türedi ve diğ., 2013:462-466; Çelik, 2014:38-51; Karademir 2015:53-77; Bostancı ve diğ., 2016:212; Patır, 2016:98-100; Süpçeler, 2016:68-72; Öztürk, 2017:9-22). Yine cinsiyete göre bulgularımızın aksini söyleyen çalışmalarında olduğu görülmüştür. Şar ve diğ. (2010:1205-1209)'nin çalışmasında lisans öğrencilerinin özgüven düzeylerini cinsiyet ve öğrenim görülen bölüm açısından incelediklerinde kızların erkeklere göre özgüven

SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

July - August - September Issue: 28 Summer Term Year: 2018

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Temmuz – Ağustos – Eylül Sayı: 28 Yaz Dönemi Yıl: 2018

ID:395 K:994

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

düzeyleri daha yüksek olduğunu belirtmişlerdir. Richards ve diğ., (1991:65-81), ergenler üzerinde yaptıkları araştırma sonucunda benlik gelişimi ve özgüven düzeyinin cinsiyete göre farklı olduğunu, kızların benlik gelişiminin, erkeklerin ise özgüven düzeylerinin daha yüksek olduğunu tespit etmişlerdir. Liping (2000), çalışmasında üniversite öğrencilerinin özgüven gelişimini cinsiyet ve okul türü açısından araştırdığı çalışmasında, genel özgüven, okul özgüveni ve fiziksel özgüvenin erkek öğrencilerde kız öğrencilere göre daha yüksek olduğunu bulmuştur (Akt: Karademir 2015:53-77).

Çalışmamızda branş ayrımı gözetilerek gelir durumuna göre yapılan karşılaştırmada gelir durumunun dansçılarda özgüven düzeyi puanını farklılaştırdığı tespit edilmiştir. Dansçılarda aylık geliri 1001-2000 TL arası olanlar 0-1000 TL olanlardan daha yüksek özgüven düzeyine sahipken, aylık geliri 3001 TL ve üzeri olanlar 2001-3000 TL olanlardan daha düşük özgüven düzeyine sahiptir. Yine geliri 2001-3000 TL arasında olan dansçıların, geliri daha yüksek olan dansçılara göre özgüvenlerinin yüksek olma sebebi olarak yaptıkları dansın ülkemizde öne çıkmaması, popüler olmaması gösterilebilir. Acuner (2012:50-60), çalışmasında gelir seviyesi ile seçtikleri dans çeşidi arasındaki bulgularına bakıldığında gruplar arasında belirgin bir farkın olmadığı, dans seçiminin gelir seviyesini etkilenmedi-

ğini bildirmiştir. Kurtuldu (2007:87-92), çalışmasında okul yöneticilerinin kendileri için algıladıkları gelir grupları arasında özgüven özellikleri açısından anlamlı bir fark tespit edememiştir. Tekvandocularda gelir durumu onların özgüven düzeyini farklılaştırmadığı tespit edilmiştir. Gelirleri daha düşük olan dansçılara göre maddi kaygı ve endişelerinin giderilmiş olabileceği bununla birlikte kendilerini yapmış oldukları branşa daha fazla odakladıkları ve daha olumlu tutumda oldukları söylenebilir.

Katılımcıların spor yaşları ile özgüvenleri arasındaki bulgulara bakıldığında 10 ve üstü yıl spor yapanların puanlarının, daha az sporla uğraşan sporculardan göre daha yüksek özgüvene sahip olduğu görülmektedir. Çalışmamızdaki bulgulara bakıldığında 8-9 yıl spor yapanların özgüvenlerinin önceki yıllara göre daha düşük olduğu bununla sebebinin spordaki yeni öğrenilen hareketler ve sosyal ortamlardaki kendini ayrıcalıklı hissetme duygusuyla bağdaştırılabilir. Sonuç olarak katılımcıların spor yaşlarına göre özgüven düzeylerinin farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Kurtuldu (2007:87-92), çalışmasında okul yöneticilerinin öğretmen olarak hizmet yılı grupları arasında özgüven özellikleri açısından anlamlı bir fark olmadığını belirtmiştir.

Araştırma sonucuna göre her iki branş sporcularının uluslararası yarışmalara katılma durumları karşılaştırıldığında özgüven düzeyi

SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

July - August - September Issue: 28 Summer Term Year: 2018

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Temmuz – Ağustos – Eylül Sayı: 28 Yaz Dönemi Yıl: 2018

ID:395 K:994

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

puanlarının uluslararası yarışmalara katılanlar lehine anlamlı bir farklılığın olduğu tespit edilmiştir. Sporcuların uluslararası yarışmalara katılmaları ve bu yarışmalarda ülkemizi temsil etmelerinin onlara kattığı sorumluluk göz önüne alındığında, ülkelerinde saygınlığının artmış olabileceği bunda sporcuların moral yapısına olumlu etki edeceğinden milli olan sporcuların, milli olmayan sporculara göre daha özgüvenli olmaları olağan bir durum olarak düşünülmektedir.

SONUÇ

Sonuç olarak özgüveni yüksek bireyler başarı seviyeleri yüksek, sorumluluk alabilen ve kendiyle barışık insanlardır. Tekvando ve dans sporuyla ilgilenen sporcuların özgüven seviyelerinin oldukça yüksek olduğu, bununla birlikte bireysel değişkenlerinde sporcuların başarılarına etki ettiği düşünülmektedir. Dolayısıyla gençlerimizin ilgili branşları yapmaya teşvik edilmeleri daha nitelikli, kendine güvenen ve sağlıklı bir kişilik gelişimine sahip bireyler yetişmesinde önemli rol oynayacağı düşünülmektedir. Ayrıca çalışmamızın alanda yapılacak yeni çalışmalara fayda sağlayacağı da öngörülmektedir.

KAYNAKLAR

ACUNER, A., (2012). Farklı dansları yapan bireylerin çeşitli değişkenlere göre özgüven ve öz-yeterliklerinin karşılaştırılması. Karadeniz Teknik Üniversitesi Eğitim

Bilimleri Enstitüsü. Yüksek Lisans Tezi, Trabzon, ss.50-60

AKGÜL, S., GÖRAL, M., DEMİREL, M., ÜSTÜN Ü. D., (2012). İlköğretim öğrencilerinin okul içi ve okullar arası sportif etkinliklere katılma nedenlerinin çeşitli değişkenler açısından araştırılması. Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 1(32): 13-22

AKIN, A., (2007). Öz-Güven ölçeğinin geliştirilmesi ve psikometrik özellikleri. Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 7(2): 167-176

AKTAŞ, G., (1999). Temel Dans Eğitimi. İzmir: Ege Üniversitesi Basımevi, ss.18-21

BOSTANCI, T.G., ÖZEN, G., YILDIZ, N.O., ÜZÜM, H., (2016). Studying Self-Confidence Perception of School of Education and Sports Students in Terms of Different Variables. The 10th International Conference In Physical Education, Sports and Physical Therapy, Firat University, Elazig, Turkey, 212

CUSUMANO, D.L., THOMPSON, J.K., (1997). Body image and body shape ideals in magazines: exposure, awareness, and internalization. Sex Roles, 37: 701–21

ÇELİK, Y., ONAY, İ., (2014). 6. sınıf öğrencilerinin bilimsel tutumları ve özgüvenleri arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenlere

SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

July - August - September Issue: 28 Summer Term Year: 2018

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Temmuz – Ağustos – Eylül Sayı: 28 Yaz Dönemi Yıl: 2018

ID:395 K:994

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

göre incelenmesi. Asya Öğretim Dergisi, 2(2): 38-51

DEVER, A., (2010). Spor Sosyolojisi. İstanbul: Başlık Yayınları, ss.15

HAMBLY, K., (2001). Özgüven. Çev.: Barış Bıçakçı. İstanbul: Rota Yayınları, ss.63

KARADEMİR, N., (2015). Fen edebiyat fakültesi coğrafya bölümü öğrencilerinin özgüven algıları. Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 12(2): 53-77

KURTULDU, P.S., (2007). İlköğretim okulu yöneticilerinin özgüven düzeyleri ile liderlik düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yeditepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul, ss.87-92

KÜÇÜK, V., KOÇ, H., (2004). Psiko-Sosyal gelişim süreci içerisinde insan ve spor ilişkisi. Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 10: 131-141

LIPING, C., (2000). A research on University Students' Development of Self-Confidence. Department of Psychology, East China Normal University, Shanghai

OLER, M., TOMSON, W., PEPE, H., YOON, D., BRANOFF, R., BRANCH, J., (1991). Morbidity and mortality in the

martial arts: A warning. Journal of Trauma, 31(2): 251-254

ÖZBEK, S., TAŞBİLEK, M. Y., ALINCAK, E., (2017). Sporcu ve sedanter lise öğrencilerinin özgüven düzeylerinin karşılaştırılması (Kırşehir ili örneği). Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi, 2(3): 46-56

ÖZTÜRK, N., (2017). Üniversite öğrencilerinin algıladıkları aile iklimi ve anne-babaya bağlanma biçimleri ile özgüven düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. The Journal of International Lingual Socialand Educational Sciences (JILSES), 3(1): 9-22

PATIR, N. E., (2016). Yatılı ve gündüzlü eğitim alan ortaöğretim öğrencilerinin şiddet eğilimleri ile özgüvenleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Yüksek Lisans Tezi, Ankara, ss.98-100

RICHARDS, M. H., GITELSON, I. B., PETERSON, A. C., HARTIG, A. L., (1991). Adolescent personality in girls and boys: the role of mothers and fathers. Psychology of Women Quarterly. 15: 65-81

SİVRİBAŞKARA, S., (2003). Özsaygının farklı değişkenler açısından incelenmesi. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler

SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

July - August - September Issue: 28 Summer Term Year: 2018

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Temmuz – Ağustos – Eylül Sayı: 28 Yaz Dönemi Yıl: 2018

ID:395 K:994

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

Enstitüsü. Yüksek Lisans Tezi, Ankara, ss. 36-39

SÜPÇELER, B., (2016). Ergenlik döneminde algılanan sosyal destek ile yaşam doyumu ve özgüven ilişkisi. Yakın Doğu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Yüksek Lisans Tezi, Lefkoşe, ss.68-72

ŞANLI, E., (2008). Öğretmenlerde fiziksel aktivite düzeyinin yaş, cinsiyet ve beden kitle indeksi ilişkisi. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Yüksek Lisans Tezi, Ankara, ss.73-78

ŞAR, A. H., AVCU, R., IŞIKLAR, A., (2010). Analyzing undergraduate students' self confidence levels in terms of some variables. Procedia Socialand Behavioral Sciences 5: 1205-1209

TARHAN, N., (2004). Çocuklarda Özgüven. Makul Çözüm, Timaş Yayınları ss.18-27

TÜREDİ, E., MİMAN, M., SARI, İ., BEKİROĞULLARI, Z., (2013). Assessment

of self-efficacy levels of toros university students. Journal of Human Sciences, 10(2): 462-466

UMUTLU, Ç., (2010). “Çocuk Dostu Okul” projesi kapsamında olan ve olmayan ilköğretim okulu öğrencilerinin özgüvenleri ile zorbalık eğilimlerinin incelenmesi. Yeditepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, ss.153-159

YAZICI, E., (1998). Performans sporlarında başarı ve başarısızlığı etkileyen psikolojik faktörler. Karadeniz Teknik Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Yüksek Lisans Tezi, Trabzon, ss.11-23

YETİM, A., (2005). Sosyoloji ve Spor. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları, ss.50

ZORBA, E., (2012). Herkes İçin Yaşam Boyu Spor. Ankara: 3. Basım, Neyir Yayınları, ss.87-88

SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

July - August - September Issue: 28 Summer Term Year: 2018

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Temmuz - Ağustos - Eylül Sayı: 28 Yaz Dönemi Yıl: 2018

ID:395 K:994

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

EXTENDED ABSTRACT

Introduction: Sports is one of the most basic bodily activities in the life course of today's people. It is known that in most parts of the world people regularly participate in sporting events. People have had a lifestyle that has been intertwined with sports since ancient times. Therefore, it can be said that sports today is an expected social phenomenon. Moreover, it seems that it is not possible to isolate the sport which has become a social phenomenon from everyday life (Dever, 2010:15). The main purpose of sport is, family members to do sports, happy, hard-working, healthy, high-morale, creating a modern and dynamic society, social duties and responsibilities well-known, physical and mental well-being, moral, creative, productive, constructive, virtuous, virtuous. (Yetim, 2005:50). **Objective:** Confidence and challenge skills are the most important skills that athletes must possess. No matter how talented an athlete is, he will have difficulty in demonstrating top-level performance, if self-confidence is low and there are doubts about the challenge. The objective of this study is to compare self-confidence levels of taekwondo athletes and dancers. **Method:** A total of 231 licensed athletes-taekwondo athletes (n=106) and dancers (n=125) in dance and taekwondo clubs of Samsun, İstanbul and Muğla voluntarily participated in the study. The data were collected through questionnaires on the web. “Demographic Information Form” developed by the researchers and “Self-confidence Scale” developed by Akın (2007:167-176) were used as data collection tool. The scale consists of 5 likert type items and 33 items. The lowest score that can be taken from this scale is 33 and the highest score is 165. The high score on the scale with no negative substances shows high self-confidence. The total score taken on the scale can be divided by the number of items (33), which can be a result of the self-esteem level of the person. On the scale, it shows a low of 2.5 points, a moderate between 2.5 and 3.5 a high of 3.5 and a high level of self-confidence. The data were analyzed with SPSS 21 program. Mann Whitney-U and Kruskal Vallis test were used for the statistical analysis of the data. The significance level was $0.05/4 = 0.0125$ for four groups, $0.05/5 = 0.01$ for five groups and 0.05 and 0.01 for two groups. The Cronbach Alpha internal consistency factor calculated for the total scores of our study was 0.93. **Results:** Total score averages of athletes' self-confidence levels were compared in terms of branch, gender, occupation and level of income. Taekwondo athletes and dancers were found to have high levels of self-confidence and dancers self-confidence score averages were higher than taekwondo athletes ($p<0.05$). The level of self-esteem scores of the athletes were compared according to the gender variable by considering the branch differentiation. In branches, gender variable

SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

July - August - September Issue: 28 Summer Term Year: 2018

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Temmuz – Ağustos – Eylül Sayı: 28 Yaz Dönemi Yıl: 2018

ID:395 K:994

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

was not found to cause difference between self-confidence scores ($p>0.05$). Self-confidence level scores of the athletes were compared according to their income level by taking branch differentiation into consideration. It was determined that the income status of the dancers differentiated their level of self-confidence ($p<0.05$). According to this difference, the monthly income of the dancers was between 1001-2000 TL and 0-1000 TL and the monthly income was between 2001-3000 TL it is determined that it is between 3001tl and above. However, it was determined that the income level in Taekwondo athletes did not differentiate their self-esteem level ($p>0.05$). All the athletes' self-esteem scores were compared according to how many years you have been doing this branch. When all participants were examined, it was determined that the year of sport did not differentiate their self-confidence levels ($p>0.01$). All the athletes' self-esteem scores were compared according to how many years you have been doing this branch. When the athletes were compared in terms of participation in international competitions, self-confidence levels of those who did were significantly higher than those who did not ($p<0.05$). **Conclusion:** Taekwondo athletes and dancers were found to have high levels of self-confidence, with dancers having higher levels. It was concluded that gender did not cause difference in self-confidence level while participation in international competitions influenced self-confidence. It can be said that dancers' being more in communication with social environment is a factor in their high self-confidence levels. As a result, highly self-reliant individuals are those who have high levels of success, can take responsibility and are at peace with themselves. It is thought that the self-confidence levels of the athletes who are interested in taekwondo and dance sports are very high, and that they affect the success of the athletes in their individual variables. Therefore, it is thought that encouraging our young people to do the related branches will play an important role in raising individuals who have a more qualified, confident and healthy personality development. It is also anticipated that our work will benefit new work to be done on the field.