

BÖLÜM 3

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN BENLİK SAYGILARININ ÇEŞİTLİ DEĞİŞKENLERE GÖRE İNCELENMESİ

Deniz Özge YÜCELOĞLU KESKİN¹

GİRİŞ

Benlik, en yalın haliyle bireyin kendini algılaması olarak ifade edilir, aynı zamanda bireyin davranışlarının en önemli tanımlayıcısıdır. Benlik, bireyi kendini bilmeye başladığı andan itibaren çevresi ile iletişimi yoluyla meydana gelir, birey etrafını buna göre algılayıp kendine uygun olan yaşantıları benimser⁽¹⁾.

Bireyin, çocukluğundan başlayarak çevresiyle kurduğu iletişim, onun benlik saygısını oluşturmaktadır. Bireyin benlik yapısı şekillenirken toplumun, kendisine karşı olumlu tutumları, onu olduğu gibi kabul etmeleri, onunla empati kurmaları belirleyici bir rol oynar^(2,3).

Coopersmith (1967)'e göre benlik saygısı, bireyin kendiyile ilgili yeterlilik duygusu, kendini önemli, değerli ve başarılı görmesidir⁽⁴⁾.

Bireyin çalışma ve eğitim hayatındaki yetkinliği, stresle başa çıkma becerisi, sosyal ilişkilerinin gelişimi canlılık ve yaşamdan keyif alabilmesi benlik saygısı düzeyine bağlıdır⁽⁵⁾.

Coleman ve Hendry (1990) benlik saygısı yüksek olanlar bireyler mutlu, sağlıklı, daha çok üreten ve başarılı olabilmek için çaba harcadıklarını, zorlukların üstesinden gelmek için daha fazla gayret gösterdiklerini, daha rahat uyuduklarını, ülser olma ihtimallerinin daha az olduğunu, çevrenin daha kolay ettiğini ve yaşlılarının baskılarına daha az eğilim gösterdiklerini ifade etmişlerdir⁽⁶⁾. Bunun yanı sıra, düşük benlik saygısına sahip olan bireylerin kendilerinden hoşnutsuzluk duydukları kendilerini değerlendirirken olumsuz kanaat oluşturdukları için, toplumundaki bireylerinde kendilerini olumsuz olarak değerlendirileceklerini zannetmektedirler. Bireyin, başkaları tarafından olumsuz olarak değerlendirilme ihtimalide sosyal kaygı hissetmesi olasılığını arttırmaktadır⁽⁷⁾.

¹ Dr. Öğr. Üyesi Ondokuz Mayıs Üniversitesi Yaşar Doğu Spor Bilimleri ozge_yuceloglu@hotmail.com

KAYNAKÇA

1. Kuzgun Y.(1972). Ana-Baba tutumlarının bireyin kendini gerçekleştirme düzeyine etkisi. Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Eğitim Enstitüsü, Ankara.
2. Rogers, C. (1980). *A way of being*. Boston: Houghton Mifflin Company.
3. Rosenberg, M.(1990). The self concept social product and social force.593.624.
4. Coopersmith, S. (1967). *The antecedents of self-esteem*. San Fransisco: W.H. Freeman.
5. Ünsar,S., İşsever H.(2003).Trakya Üniversitesi Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksek Okulu öğrencilerinin benlik saygısını etkileyen faktörlerin incelenmesi. *Hemşirelik Forumu*, 6(1), 7-11.
6. Coleman, J., Hendry, L.(1990) .*The nature of adolescence*, Second Edition, London: Routledge.
7. Kocovski, N.L., Endler, N.S. (2000). Social anxiety, self-regulation, and fear of negative evaluation. *European Journal of Personality*, 14(4),347-358.
8. Erdoğan, S., Şanlı, H. S, Şimşek, B., H. (2005).Gazi Üniversitesi Eğitim Fakültesi öğrencilerinin üniversite yaşamına uyum durumları, *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 13(2),479-496.
9. Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. New Jersey: Princeton University Press
10. Çuhadaroğlu, F.(1986). *Adolesanlarda benlik saygısı*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı.
11. İnanç, N. (1997). Üniversite Öğrencilerinin Benlik Saygısı Düzeyleri ile Akademik Başarıları Arasındaki Başarının İncelenmesi, Gaziantep Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.
12. Yüksekaya, S. (1995). Üniversite öğrencilerinde benlik saygısının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi, Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.
13. Ottekin, N. (2009). Ailelerinden ayrı öğrenim görmekte olan üniversite öğrencilerinin benlik saygısı ve umutsuzluk düzeylerinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya
14. Sungur, P.,Yüksek, S. (2009). Beden eğitimi ve spor öğretmenlik bölümü son sınıf öğrencilerinin benlik tasarımı ve kendini gerçekleştirme. *Eğitim Bilimleri Dergisi*, 3(3)190-195.
15. Orr, E., Dinur, B. (1995). Social setting effects on gender differences in self-esteem: Kibutz and urban adolescent. *Journal of Youth and Adolescence*, 24(1), 3 – 25.
16. Çetinkaya, S., Arslan, S., Nur, N. (2006). Sivas ili merkezinde sosyo-ekonomik düzeyi farklı üç ilköğretim okulu öğrencilerin benlik saygısı düzeyi. *Klinik Psikiyatri*, 9(3), 116 – 122
17. Saygılı, G., Kesecioğlu, T.İ., Kırıktaş, H.(2015).Eğitim düzeyinin benlik saygısı üzerindeki etkisinin incelenmesi, *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 4(2),210-217.
18. Weinberg, R.S., Gould, D. (1995). *Foundations of sport psychology*. HumanKinetics..
19. Başer, M., Bayat, M., Taşçı, S. (1998). Öğrencilerin benlik saygılarının belirlenmesi. Hemşirelik- Ebelik Eğitim ve Uygulamalarında Kalite Sempozyumu Kitabı.
20. Özkan, İ., (1994). Benlik saygısını etkileyen etkenler. *Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 3(3), 4-9