



**T.C.  
GAZİ ÜNİVERSİTESİ  
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

**YÜKSEK  
LİSANS  
TEZİ**

**RAFTİNG SPORCULARININ BENLİK SAYGISI  
İLE GELECEK BEKLENTİSİ ARASINDAKİ  
İLİŞKİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ**

**RIDVAN ÇELİK**

**SPOR YÖNETİCİLİĞİ ANABİLİM DALI  
SPOR YÖNETİM BİLİMLERİ PROGRAMI**

**AĞUSTOS 2022**



**RAFTING SPORCULARININ BENLİK SAYGISI İLE GELECEK  
BEKLENTİSİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ**

**Rıdvan ÇELİK**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ  
SPOR YÖNETİCİLİĞİ ANABİLİM DALI  
SPOR YÖNETİM BİLİMLERİ PROGRAMI**

**GAZİ ÜNİVERSİTESİ  
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

**AĞUSTOS 2022**

Rıdvan ÇELİK tarafından hazırlanan “Rafting Sporcularının Benlik Saygısı ile Gelecek Beklentisi Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi” adlı tez çalışması aşağıdaki jüri tarafından OY BİRLİĞİ ile Gazi Üniversitesi Spor Yöneticiliği Ana Bilim Dalında YÜKSEK LİSANS olarak kabul edilmiştir.

**Danışman:** Prof. Dr. Tekin ÇOLAKOĞLU

Spor Yöneticiliği Ana Bilim Dalı Gazi Üniversitesi

Bu tezin, kapsam ve kalite olarak Yüksek Lisans Tezi olduğunu onaylıyorum/onaylamıyorum.

**Üye:** Doç. Dr. Halil SAROL

Spor Yöneticiliği Ana Bilim Dalı Kırıkkale Üniversitesi

Bu tezin, kapsam ve kalite olarak Yüksek Lisans Tezi olduğunu onaylıyorum/onaylamıyorum.

**Üye:** Doç. Dr. Serkan KURTİPEK

Spor Yöneticiliği Ana Bilim Dalı Gazi Üniversitesi

Bu tezin, kapsam ve kalite olarak Yüksek Lisans Tezi olduğunu onaylıyorum/onaylamıyorum.

Tez Savunma Tarihi: 16/08/2022

Jüri tarafından kabul edilen bu çalışmanın Yüksek Lisans Tezi olması için gerekli şartları yerine getirdiğini onaylıyorum.

Prof. Dr. Adviye Gülçin SAĞDIÇOĞLU CELEP

Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürü

## ETİK BEYAN

Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Tez Yazım Kurallarına uygun olarak hazırladığım bu tez çalışmada;

- Tez içinde sunduğum verileri, bilgileri ve dokümanları akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi,
- Tüm bilgi, belge, değerlendirme ve sonuçları bilimsel etik ve ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu,
- Tez çalışmada yararlandığım eserlerin tümüne uygun atıfta bulunarak kaynak gösterdiğimi,
- Kullanılan verilerde herhangi bir değişiklik yapmadığımı,
- Bu tezde sunduğum çalışmanın özgün olduğunu,

bildirir, aksi bir durumda aleyhime doğabilecek tüm hak kayıplarını kabullendiğimi beyan ederim.

Rıdvan ÇELİK

16/08/2022

# RAFTING SPORCULARININ BENLİK SAYGISI İLE GELECEK BEKLENTİSİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ

(Yüksek Lisans Tezi)

Rıdvan ÇELİK

GAZİ ÜNİVERSİTESİ

SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

Ağustos 2022

## ÖZET

Araştırma, ülkemizde rafting sporu ile ilgilenen sporcuların benlik saygısı ile geleceğe yönelik beklentileri arasındaki ilişkinin bilimsel araştırma teknikleri ile belirlenip çıkan sonuçların bilimsel bulgular ışığında irdelenerek değerlendirilmesi amaçlanmıştır. Araştırma basit tesadüfi yöntemle Türkiye Rafting Federasyonu bünyesinde gönüllü katılan 194 (65 kadın, 129 erkek) rafting sporcusundan oluşmaktadır. Betimsel ve ilişkisel tarama modele dayanan araştırmada veri toplam aracı olarak, araştırmacı tarafından geliştirilen Kişisel Bilgi Formu, Morris Rosenberg (1965) tarafından geliştirilen, Çuhadaroğlu (1985) tarafından Türkçeye uyarlanan Benlik Saygısı Ölçeği ve McWhirter (2008) tarafından geliştirilen, Tuncer (2011) tarafından Türkçeye uyarlanan Gelecek Beklentisi Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmadan elde edilen verilerin normallik varsayımını sağlayıp sağlamadığı Skewness ve Kurtosis değerleri incelenerek belirlenmiş, veri setinin normal dağılıma sahip olduğu görülmüştür. Bu nedenle araştırma kapsamında parametrik testler kullanılmıştır. Çalışmada tanımlayıcı istatistikler ile birlikte Pearson korelasyon analizi, regresyon analizi, tek yönlü varyans analizi (Anova), Post-Hoc (Tukey HSD), t testi gibi istatistiksel yöntemler uygulanmıştır. Yapılan çalışma bulgularına göre rafting sporcularında benlik saygısı ile gelecek beklentisi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Milli sporcu olan bireylerin yüksek benlik saygısı ve gelecek beklentisinde anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Ulaşılan bir diğer sonuç ise, rafting sporcularının spor yapma zamanı uzun süre diliminde olunca bireylerde hem benlik saygısının hem de gelecek beklentisinde olumlu etkiye sahip olduğu belirlenmiştir. Ayrıca katılım sağlayan rafting sporcularının, eğitim değişkeni ile benlik saygısı arasında anlamlı bir fark bulunmazken gelecek beklentisi ile anlamlı bir ilişki gösterdiği gözlenmiştir. Rafting sporcularında benlik saygısının gelecek beklentileri üzerinde önemli etkiye sahip olduğu görülmüştür.

Bilim Kodu :1301  
Anahtar Kelimeler :Rafting, Benlik Saygısı, Gelecek Beklentisi, Rafting Spor  
Sayfa Adedi :76  
Danışman :Prof. Dr. Tekin ÇOLAKOĞLU

# EVALUATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN RAFTING ATHLETES' SELF-RESPECT AND FUTURE EXPECTATIONS

(M. Sc. Thesis)

Rıdvan ÇELİK

GAZİ UNIVERSITY

GRADUATE SCHOOL OF HEALTH SCIENCES

August 2022

## ABSTRACT

The aim of the study is to determine the relationship between the self-esteem of the athletes who are interested in rafting in our country and their future expectations by using scientific research techniques and to evaluate the results in the light of scientific findings. The research consists of 194 (65 female, 129 male) rafting athletes who voluntarily participated in the Turkish Rafting Federation with a simple random method. Personal Information Form developed by the researcher, developed by Morris Rosenberg (1965) and adapted to Turkish by Çuhadaroğlu (1985) and developed by McWhirter (2008) were developed by Tuncer (2011) as data collection tool in the research based on descriptive and relational scanning model. The Future Expectation Scale adapted into Turkish was used. Whether the data obtained from the research provided the assumption of normality was determined by examining the Skewness and Kurtosis values, and it was seen that the data set had a normal distribution. For this reason, parametric tests were used within the scope of the research. In the study, statistical methods such as Pearson correlation analysis, regression analysis, one-way analysis of variance (Anova), Post-Hoc (Tukey HSD), t-test were applied together with descriptive statistics. According to the findings of the study, a positive and significant relationship was found between self-esteem and future expectation in rafting athletes. A significant relationship was found in the self-esteem and future expectation of individuals who are national athletes. Another result reached is that rafting athletes have a positive effect on both their self-esteem and future expectations when the time to do sports is in a long period of time. In addition, while there was no significant difference between the education variable and self-esteem of the rafting athletes participating, it was observed that there was a significant relationship with the future expectation. It has been observed that the self-esteem of rafting athletes has a significant effect on their future expectations.

Science Code :1301

Key words :Rafting, Self-Esteem, Future Expectation, Rafting Sport

Page Number :76

Supervisor :Prof. Dr. Tekin ÇOLAKOĞLU

## TEŞEKKÜR

Araştırma, yüksek lisans tezi çalışması kapsamında rafting sporcularının benlik saygısı ile gelecek beklentisi arasındaki ilişkisini değerlendirmek amacıyla gerçekleştirilmiştir. Gerçekleştirilen çalışmanın sonucunda, sportif alanlarda gerçekleştirilen faaliyet, program ve eğitimlere önemli katkılar sunacağı düşünülmektedir.

Rafting sporcularının benlik saygısı ile gelecek beklentilerini ele alan bu araştırma, kişisel bir çalışmanın ürünü olmasının yanında çok değerli insanların da katkısı ve desteğiyle gerçekleştirilmiştir.

Tez çalışmam süresince göstermiş olduğu anlayış ve hoşgörü ile birlikte bilgi ve tecrübelerinden istifade ettiğim tez danışmanım Prof. Dr. Tekin ÇOLAKOĞLU'na, değerli jüri üyesi hocalarım Doç. Dr. Halil SAROL ve Doç. Dr. Serkan KURTİPEK'e, desteklerinden ötürü değerli arkadaşım ve kardeşim Yusuf ARAZ ve Murat YILMAZ'a, araştırmanın veri toplama sürecinde desteklerini esirgemeyen tüm rafting sporcu ve antrenöre, sadece bu süreçte değil her zaman sonsuz ilgi, sevgi ve destekleriyle yanımda olan sevgili ailem, değerli eşim ve kızıma en içten teşekkürlerimi sunarım.

**İÇİNDEKİLER**

	<b>Sayfa</b>
ÖZET .....	iv
ABSTRACT.....	v
TEŞEKKÜR.....	vi
İÇİNDEKİLER .....	vii
ÇİZELGELERİN LİSTESİ.....	x
ŞEKİLLER LİSTESİ .....	xii
SİMGELER VE KISALTMALAR.....	xiii
1. GİRİŞ.....	1
2. KAVRAMSAL ÇERÇEVE.....	7
2.1. Rafting Sporu.....	7
2.1.1. Rafting kavramı.....	7
2.1.2. Raftingin dünyadaki gelişimi .....	9
2.1.3. Raftingin Türkiye'deki gelişimi .....	10
2.1.4. Rafting sporunun önemi .....	11
2.2. Benlik Saygısı .....	12
2.2.1. Benlik kavramı .....	12
2.2.2. Benlik saygısı .....	16
2.2.3. Benlik saygısı ile ilgili yapılan çalışmalar .....	19
2.3. Gelecek Beklentisi .....	21
2.3.1. Beklenti .....	21
2.3.2. Gelecek beklentisi .....	22
2.3.3. Gelecek beklentisi ile ilgili araştırmalar.....	24

3. YÖNTEM.....	27
3.1. Araştırmanın Modeli .....	27
3.2. Araştırmanın Evren ve Örneklemi .....	27
3.3. Verilerin Toplanması.....	28
3.3.1. Kişisel bilgi formu .....	28
3.3.2. Rosenberg benlik saygısı ölçeği (RBSÖ) .....	28
3.3.3. Gelecek beklentisi ölçeği.....	28
3.4. Verilerin Toplanması ve Analizi .....	29
4. BULGULAR .....	31
4.1. Demografik Bilgiler .....	31
4.2. Benlik Saygısına İlişkin Bulgular .....	34
4.3. Gelecek Beklentisine İlişkin Bulgular.....	39
4.4. Pearson Korelasyon Analizi .....	44
4.5. Basit Doğrusal Regresyon Analizi .....	45
5. TARTIŞMA .....	47
5.1. Rafting Sporcularının Benlik Saygısına İlişkin Tartışma .....	47
5.3. Benlik Saygısı ve Gelecek Beklentisine ilişkin Korelasyon ve Basit Regresyon Analizi .....	51
6. SONUÇ VE ÖNERİLER .....	55
KAYNAKLAR .....	59
EKLER.....	69
EK-1. Etik Kurul Onayı .....	70

**Sayfa**

EK-2. Gençlik ve Spor Bakanlığı İzin Yazısı .....	73
EK-3. Anket Formu .....	74
ÖZGEÇMİŞ .....	76

## ÇİZELGELERİN LİSTESİ

<b>Çizelge</b>	<b>Sayfa</b>
Çizelge 2.1. Müsabaka sınıflandırması .....	8
Çizelge 2.2. Yaş kategorisi .....	8
Çizelge 3.1. Ölçeklerin çarpıklık (Skewness) ve basıklık (Kurtosis) değerleri .....	30
Çizelge 4.1. Rafting sporcuların demografik durumlarına ilişkin betimsel analizler....	31
Çizelge 4.2. Rafting sporcuların eğitim, gelir ve mesleki durumların İlişkin betimsel analizler.....	32
Çizelge 4.3. Rafting sporcuların spor yapma ve milli sporcu olma durumlarına ilişkin betimsel analizler .....	33
Çizelge 4.4. Benlik saygısının cinsiyet değişkenine göre farklılaşma durumu .....	34
Çizelge 4.5. Benlik saygısının medeni durum değişkenine göre farklılaşma durumu....	34
Çizelge 4.6. Benlik saygısının yaş değişkenine göre farklılaşma durumu .....	35
Çizelge 4.7. Benlik saygısının eğitim durumu değişkenine göre farklılaşma durumu...	35
Çizelge 4.8. Benlik saygısının gelir durumu değişkenine göre farklılaşma durumu .....	36
Çizelge 4.9. Benlik saygısının meslek durumu değişkenine göre farklılaşma durumu...	36
Çizelge 4.10. Benlik saygısının rafting yapma süresine göre farklılaşma durumu .....	37
Çizelge 4.11. Benlik saygısının lisanslı rafting yapma süresine göre farklılaşma durumu.....	38
Çizelge 4.12. Benlik saygısının milli sporcu olmaya göre farklılaşma durumu .....	38
Çizelge 4.13. Gelecek beklentisinin cinsiyet değişkenine göre farklılaşma durumu.....	39

<b>Çizelge</b>	<b>Sayfa</b>
Çizelge 4.14. Gelecek beklentisinin medeni durum değişkenine göre farklılaşma durumu.....	39
Çizelge 4.15. Gelecek beklentisinin yaş değişkenine göre farklılaşma durumu.....	40
Çizelge 4.16. Gelecek beklentisinin eğitim durumu değişkenine göre farklılaşma durumu.....	41
Çizelge 4.17. Gelecek beklentisinin gelir durumu değişkenine göre farklılaşma durumu	41
Çizelge 4.18. Gelecek beklentisinin meslek durumu değişkenine göre farklılaşma durumu.....	42
Çizelge 4.19. Gelecek beklentisinin rafting yapma süresine göre farklılaşma durumu...	43
Çizelge 4.20. Gelecek beklentisinin lisanlı rafting yapma süresine göre farklılaşma durumu.....	43
Çizelge 4.21. Gelecek beklentisinin milli sporcu olma durumuna göre farklılaşma durumu.....	44
Çizelge 4.22. Benlik saygısı ile gelecek beklentisi arasındaki ilişki analizi.....	45
Çizelge 4.23. Gelecek beklentisinin benlik saygısı düzeyi tarafından yordanmasına ilişkin basit doğrusal regresyon analizi sonuçları.....	45

**ŞEKİLLER LİSTESİ**

<b>Şekil</b>	<b>Sayfa</b>
Şekil 2.1. Benliğin bileşenleri.....	13
Şekil 2.2. Benlik kavramı.....	15
Şekil 2.3. Gelecek yönelim modeli.....	23

## SİMGELER VE KISALTMALAR

Bu çalışmada kullanılmış simgeler ve kısaltmalar, açıklamaları ile birlikte aşağıda sunulmuştur.

<b>Simgeler</b>	<b>Açıklamalar</b>
<b>CI</b>	Koşul İndeksi (Condition Index)
<b>F</b>	İstatistiklerin Anlamlılığını Sınamadaki Değer
<b>N</b>	Örneklem Büyüklüğü
<b>P</b>	Anlamlılık Derecesi
<b>R</b>	Değişkenler Arası İlişki Miktarı
<b>R<sup>2</sup></b>	Belirlilik Katsayısı
<b>SH</b>	Standart Hata
<b>Sd</b>	Serbestlik Derecesi
<b>Ss</b>	Standart Sapma
<b>t</b>	t-Testi Sonucu Elde Edilen Değer
$\bar{x}$	Aritmetik Ortalama
%	Yüzde Değeri

<b>Kısaltmalar</b>	<b>Açıklamalar</b>
<b>ANOVA</b>	Tek Yönlü Varyans Analizi
<b>GSB</b>	Gençlik ve Spor Bakanlığı
<b>SPSS</b>	Sosyal Bilimler İçin İstatistik Programı
<b>TDK</b>	Türk Dil Kurumu
<b>WRF</b>	Dünya Rafting Federasyonu

## 1. GİRİŞ

Spor zorluklar ile nasıl baş edilebileceğini, karakter gelişimi ve yaşamımızı disipline etmesinde nasıl yardım edebileceğini bireylere öğretir. Spor ayrıca bireylere çok daha aktif ve sağlıklı bir yaşamı teşvik etmektedir [1]. Bunlar ile birlikte spor insanın serbest zamanlarını değerlendiren bir araç olarak da hayatımızda önemli yer edindiği düşünülmektedir.

Ülkemizde rafting sporu ile ilgilenen sporcuların benlik saygısı ve geleceğe yönelik beklentilerinin bilimsel araştırma teknikleri ile belirlenip çıkan sonuçların bilimsel bulgular ışığında irdelenerek değerlendirilmesi önemli görülmektedir. Bu doğrultuda gerçekleştirilen araştırma da benlik kavramının incelenmesi ve günümüz sporcularının çocukluk dönemden geliştirdiği geleceğe yönelik beklentilerin veya tahminlerin saptanması amaçlanmıştır.

Her ülkenin, toplumun veya bireyin sosyal, ekonomik, kültürel ve dinamiklerinin farklı olduğu ve teknolojik ilerlemeler ile toplumdaki bireyler iş dışında vakit geçirebileceği alan arayışına girdiği bilinmektedir [2]. Rafting sporu daha çok gelişmiş ülkelerde ekstrem bir spor dalı olarak gelişim göstermek ile birlikte spor turizminde bireylerin serbest zamanlarını değerlendirdiği önemli bir sportif alandır [3]. Böylelikle spor turizmi günden güne popüleritesi arttığı öngörülmek ile birlikte önemli bir gelir kaynağı haline gelebileceği de gözlemlenmektedir.

Ülkemizde rafting sporuna olan ilginin artmasıyla raftingin hem spor branşının gelişimi hem de turizm olanaklarını artırmaktadır [4]. Böylelikle rafting sporunun yaygınlaşmasıyla ülkemizde birçok genç kariyerini rafting sporcusu olarak devam ettiği varsayılmaktadır. Bu doğrultuda rafting sporunu yapan sporcuların bilimsel araştırmalarla farklı değişkenler ile ilişkisinin ortaya konması önemli görülmektedir.

Gelişmiş ülkelerde sporunun sportif, ekonomik, girişimcilik ve istihdam yönünden önemli olanaklar sağlamaktadır [5]. Bu doğrultuda rafting sporu ile ilgilenen bireylerin geleceğe yönelik beklentilerini veya tahminlerini olumlu yönde etkilediği düşünülmektedir. Ülkemizde rafting sporunun gelişimi ve koşulları göz önüne alındığında rafting sporcularının tutumlarının bilimsel araştırma teknikleri ile ortaya konması amaçlanmaktadır.

Bireylerin ilgili olduğu spor branşının koşulları ve gelişimine uygun hareket edenler geleceğe yönelik hedef ve amaçlarını daha açık bir şekilde belirleyebilir [6]. Böylece bireylerin rafting sporuna olan ilgileri ve beklentilerinin geleceğe yönelik hedeflerde önemli bir etkiye sahip olduğu söylenebilir.

İnsanoğlunun gelecek beklentileri üzerinde birçok etmen rol oynamaktadır. Bunların başında toplum, kültür eğitim, beceri, benlik, öz yeterlilik ve teknolojik ilerlemeler gibi hem iç hem de dışsal faktörler etkili olmaktadır [7]. Gelecek beklentisi kişilerin sosyal, ekonomik, kültürel ve zihinsel gelişimlerini motive eden etkili bir araç olarak görülebilir. Spor ile ilgilenen bireylerin sportif yeteneklerini geliştirmesine yönelik uzun dönemli planlamalar yapmada geleceğe yönelik beklentiler önemli etkiye sahip olduğu varsayılmaktadır.

Gelecek beklentileri bireylerde genel olarak görev odaklı eğiliminde olmak ile birlikte davranış ve duygusal gelişimi düzenlemeye yardımcı olmaktadır[8]. Beklentiler farklı biçimlerde sporcuları etkileyebilmekte ve bu genel olarak sporcuların performansını olumlu veya olumsuz bir biçimde etkilemektedir [9]. Böylelikle de beklentilerin insan yaşamında önemli etkiye sahip olabilmektedir.

Bireylerin gelecek beklentilerini etkileyen birçok faktör bulunduğu göz önüne alındığında bunlardan önemli faktörlerden biri de benlik kavramı olduğu düşünülmektedir.

Benlik kavramı insanlarda kendisinin diğer tüm yaşayan canlılardan farklı kılan özelliklerinin var olduğunu düşünmesidir [10]. Bireyin kişiliğine önem vermesi, onu çevresindekilerinden üstün görmesi veya kibirli olarak belirtilmektedir. Dolayısıyla benlik kişinin öz doğası ve kendilik ile birlikte şahsiyetini oluşturan şey olarak ifade edilmektedir [11]. Bir başka ifade ile benlik kavramı genel olarak insanların kendileri hakkında edindikleri değer yargıları, inanç ve tutumlarının öğrenildiği dinamik bir sistemdir. Hareketlerimiz ve kendimizi belirlemek kişisel gelişimi ve amaçlar için önemlidir [12].

Bizlerin kendimize yönelik fikir ve tutumlarımızı etkileyen ve yönlendiren şey düşünme biçimimizden kaynaklamakta ve düşünme biçimimizin şekillenmesi bireyin kendisinin farkına varmasından itibaren başlamaktadır [13]. Bu doğrultuda benlik kavramının oluşumu ile bireylerin fikir ve tutumlarını şekillendirdiği söylenebilir.

Bireylerin kendi benliğine uygun olarak var olduğu koşul ve şartlara göre davranması kişinin kendisine yönelik saygı, güven, mutluluk ve geleceğe yönelik olumlu tutumu artar [14]. Böylelikle kişinin kendisi ile ilgili farkındalığının olması sportif anlamda kendini geliştirme eğiliminin daha yüksek olabileceği söylenebilir. Ayrıca sporun hem zihinsel hem de fiziksel gelişimde önemli etkiye sahip olduğu düşünülmektedir.

İyi bir toplum için sporun gücünü kullanarak sporun farklı branşlardaki yetenekli bireylere gerekli desteği sağlanması ve gündelik hayatımızda spora olan ilginin artırılması gerektiği düşünülmektedir. İyi bir yaşam için ya da gelecek nesiller için ülkemizde sporun geliştirilip tabana yayılması önemli bir husus olarak görülmektedir.

Rafting sporunun geliştirilmesi ve turizm potansiyelinden etkili bir biçimde yararlanması gerektiği düşünülmekte olup rafting sporu ile ilgilenen sporcuların hem sportif anlamda hem de ekonomik anlamda olumlu etkiye sahip olabileceği ön görülmektedir.

Bu doğrultuda yapılan tez çalışmasında, araştırmanın örneklem alanı 14 yaş ve üzeri rafting sporcuları olarak belirlenmiş olup sporcuların geleceğe yönelik beklentilerini incelerken doğumuyla birlikte gelişen benlik saygısı ile olan ilişkisinin incelenmesi önemli görülmüştür.

#### Araştırmanın amacı

Bu çalışmanın amacı, rafting sporcularının benlik saygısı ile gelecek beklentisi arasındaki ilişkisini ortaya konmasıdır. Bu bağlamda 2022 yılı Türkiye Rafting Federasyonu bünyesinde 194 rafting sporcusu ile araştırma gerçekleştirilmiştir. Sporcuların, çocukluk döneminde başlayarak çevresi ile etkileşime girmesiyle şekillenen gelecek beklentileri ile kişinin kendi benliğine yönelik tutum ve davranışları arasındaki ilişkinin ortaya konulması hedeflenmiş ve araştırma da rafting sporcularının benlik saygısı ile gelecek beklentisi arasındaki ilişkinin irdelenmesi amaçlanmıştır.

#### Araştırmanın önemi

Bireylerin karakter gelişimini, problemler ile nasıl mücadele edileceğini ve yaşamımızı disipline etmesinde nasıl yardım edebileceği gibi beceriler geliştirmede spor önemli bir faktör olarak karşımıza çıkmaktadır. Dolayısıyla spor ile ilgilenen bireylere kendilerini geliştirebileceği ve fayda sağlayabileceği birtakım fırsatlar sunabilmektedir.

Gelecek nesiller ya da bizler için güzel bir yaşamın anahtarı hükmünde olan sporun ülkemizde geliştirip tabana yayılması önemli bir husus olarak düşünülmektedir.

Bu doğrultuda Rafting sporu da daha çok gelişmiş ülkelerde ekstrem bir spor dalı olarak gelişim göstermek ile birlikte spor turizminde bireylerin serbest zamanlarını değerlendirdiği önemli bir alan olarak karşımıza çıkabilmektedir. Her spor dalında olacağı gibi ülkemizde hızla gelişen ve bilinirliği artan rafting spor dalının gelişimine bilimsel bulgular ışığında katkı sağlamak değerli görülmektedir.

Rafting sporu ile ilgilenen sporcularını üzerinde olumlu veya olumsuz etkilere sahip faktörler ile ilgili gerekli bilimsel çalışmaların yapılması ve rafting sporunun akademik camiada gelişimine yönelik gerekli bilimsel araştırmaların yapılması gerektiği düşünülmektedir.

Spor ile ilgili çalışma alanında bebeklik döneminden başlanmak üzere tüm yaşamında etki eden gelecek beklentisi ile benlik saygısının rafting sporculardaki etkilerinin ortaya konmasına yönelik araştırmaların yapılması önemli görülmektedir.

#### Araştırmanın sınırlılıkları

Bu araştırma, Türkiye Rafting Federasyonu bünyesinde 14 yaş ve üzeri yaş aralığındaki 194 katılımcı rafting sporcusunu kapsamaktadır. Ayrıca;

- Araştırma rafting sporcularının verdikleri yanıtlarla sınırlıdır.
- Araştırma Türkiye Rafting Federasyonu ile sınırlıdır.
- Araştırma şu anda rafting sporcusu olan sporcular ile sınırlıdır.
- Araştırma, kullanılan ölçme araçlarının geçerliği ve güvenilirliği ile sınırlıdır
- Araştırma 05 Ocak 2022 yılında alınan veriler kapsamında seçilen örneklem ile sınırlıdır.
- Araştırma, kullanılan istatistiksel tekniklerle sınırlıdır.

### Araştırmanın sayıltıları

- Araştırmaya katılan rafting sporcuları ölçeklere içtenlikle cevap vermişlerdir.
- Araştırmanın çalışma grubunun evreni temsil edebilecek büyüklükte olduğu varsayılmıştır.
- Kullanılan ölçme araçları yeterli geçerlik ve güvenirlik kriterlerini taşıdığı varsayılmıştır.
- Araştırmaya dahil edilen rafting sporcularının ölçme araçlarını içten ve samimi şekilde yanıtladıkları varsayılmıştır.



## 2. KAVRAMSAL ÇERÇEVE

Bu bölümde rafting sporu, rafting kavramı, dünyada ve Türkiye’de rafting’in gelişimi, rafting’in önemi; benlik kavramı, benlik saygısı, yüksek ve düşük benlik saygısı ve benlik saygısı ile ilgili çalışmalar; beklenti, gelecek beklentisi ve gelecek beklentisi ile ilgili yapılan çalışmalar incelenmektedir.

### 2.1. Rafting Sporunu

Rafting sporu ülkemizde oldukça yeni ancak hızla yayılan bir spor branşıdır. Bu bağlamda rafting sporu yapan sporcuların benlik saygısı ve geleceğe yönelik beklentilerinin bilimsel yöntemler ile ortaya konması önem arz etmektedir.

#### 2.1.1. Rafting kavramı

Rafting kavramı, hem ulusal hem de uluslararası eğitim bilimlerinde birçok çalışmaya konu olmasına rağmen spor bilimlerinde genel olarak boş zamanlarını değerlendirme deneyimi olarak ifade edilmektedir [15].

Bir açık alan sporu olan rafting, genel olarak raft adındaki şişme botlarla yapılmakta olup yapay veya doğal parkurlardan oluşan dere, akarsu veya kar üzerinden yapılan bir spor branşıdır. Rafting su sporları dalında uluslararası alanda ve ülkemizde önemli derece ilgi gören bir spor dalıdır [4]. Genel olarak rafting, kauçuk malzemelerinden üretilmiş botlarla, yüksek akış hızına sahip akarsu, nehir, çay, derelerde ve karda yapılan ekstrem bir spordur. Bir başka ifade ile rafting, belirlenen mesafeler doğrultusunda eğimin yüksek ve su hacminin belirle bir seviye geldiği nehir, dere ve akarsuların botlarla belirli standartlar ölçüsünde geçilmesidir [10].

İnsanlık tarihinde bireylerin veya toplumların su üzerinde ilerlemek için kullandıkları araçların, raft adındaki şişme botların temelini oluşturduğu belirtilmektedir. İnsanlık tarihinin başlangıcından itibaren insanlar su üzerinde ilerlemek için veya ihtiyaçlarını karşılamak için kâmiş, kütük ve tahtaları birbirine bağlayarak ihtiyaçlarına uygun araçlar yaratmışlardır. Bugün kullanılan araçlar ile eski zamandaki araçların kullanım amaçlarının ortak özellikleri, araçların hafif ve sığ sulara ihtiyaç duymadan su üzerinde ilerleyebilmesidir[16]. Eski zamanlarda kullanılan araçlardaki değişim gibi raft kelimesinden türeyen rafting de zaman içinde çok fazla değişiklik yaşamış, birçok reaktif ve

sportif amaçla gerçekleştirilen bir etkinlik haline gelmiştir. Rafting, raft adı verilen botlar vasıtasıyla debisi yüksek nehir, akarsu ve derelerde botu devirmeden küreklerle yönlendirerek belirlenen hedefe ulaşması amaçlanmaktadır [17].

Raft adındaki botlarda sporcu kaskı, can veya koruyucu yelek, kürek, neoplen koruyucu elbise, bıçak, düdük ve rafting ayakkabısı bulunmak zorundadır. Rafting sporu genel olarak Sprint, Slalom ve nehir inişi klasmanlarından oluşmaktadır [18]. Dünyada ve ülkemizde reaktif ve turizm amaçlı doğal veya yapay parkurlarda rehberler eşliğinde rafting sporu gerçekleştirilebilmektedir

Çizelge 2.1. Müsabaka sınıflandırması

A SINIFI	Dünya Şampiyonları ve Dünya Kupaları
B SINIFI	Kıta Şampiyonları ve Kıta Kupaları
C SINIFI	Dünya Rafting Federasyonu tarafından gerçekleştirilen etkinlik
D SINIFI	Ulusal Şampiyonalar

Kaynak:WRF, 2021:2

Dünya Rafting Federasyonuna göre yapılacak müsabakalar A,B,C,D klasmanlarında Dünya, Kıta, Etkinlik ve Ulusal olarak sınıflandırılmıştır. Sporcular kadın, erkek ve karışık olmak üzere dört (R4) veya altı (R6) kişi olarak müsabakalara katılım sağlamaktadır.

Çizelge 2.2. Yaş kategorisi

Junior (19 yaş altı)	15-19 Yaş aralığındaki Sporcular
U23 yaş altı	15-23 Yaş aralığındaki Sporcular
Senior	15-75 Yaş aralığındaki Sporcular
Master	35-75 Yaş aralığındaki Sporcular

Kaynak:WRF, 2021:5

Müsabakalara katılacak sporcuların yaşı dikkate alınarak cinsiyet durumuna göre belirlenen kategorilere göre yarışmaları zorunlu tutulmaktadır.

### 2.1.2. Raftingin dünyadaki gelişimi

Çeşitli amaçlar için kullanılan sallar yüzyıllar boyunca yerli insanlar tarafından kamış ve kütük gibi doğal malzemeler kullanılarak yapılmıştır. Ancak günümüzde salların yerine modern şişme botlar kullanılmaktadır. İlk şişme bot olarak kabul edilebilecek raftın 1840 yıllarında ortaya çıktığı bilinmektedir [19].

John Fremont ve Horace Day, Pasifikte bulunan Snake nehrinden geçip Rock dağları ve büyük ovaları incelemek amacıyla şişme botun ilk versiyonu sayılabilecek ratf botunu yapmışlardır. Böylelikle daha ileri bilimsel araştırmaları teşvik etmiş bir araç haline gelmiştir. Bilimsel araştırma ve askeri kullanımı amacıyla yaygınlaşması ardından cankurtaran botu olarak kullanılmaya başlamasıyla bilinirliği artmıştır. 1950 yılında iş insanı olan John Rockefeller, Grand Teton Milli parkında insanların serbest zamanlarını değerlendireceği rafting sporu dahil çeşitli sportif faaliyetler gerçekleştirilen bir alan oluşturmuştur. 1972 yılında Münih Olimpiyatlarına bir spor dalı olarak ilk defa katılması rafting adına önemli bir gelişme olmuştur. Münih olimpiyatlarından sonra rafting'e olan ilginin artmasıyla sırasıyla 1992 Barcelona Olimpiyatları ve 1996 Atlanta oyunlarında da yer almıştır [20]. Böylelikle rafting sporunun önemli gelişim sürecine girdiği söylenebilir.

Rafting'e hem turizm hem de spor olarak ilginin artması neticesinde 1997 yılında Uluslararası Rafting Federasyonu kurulmuş olup düzenli olarak rafting müsabakaları yapılmaktadır. Rafting sporunun olimpiyat düzeyinde yapılması, sporun hem serbest zamanların değerlendirilmesi amacıyla hem de sporu geliştirmek ve profesyonel düzeyde gerçekleştirmek umuduyla Dünya Rafting Federasyonu(WRF) kurulmuştur [21]. Dolayısıyla rafting sporunun uluslararası kurallarının belirlenebildiği ve düzenli olarak müsabakaların yapılabileceği bir spor branşına dönüştüğü görülmektedir.

Sanayi devriminden sonra rafting sporu teknolojik ilerlemelerle insanların serbest zamanlarını değerlendirmelerinde ve turizm faaliyetlerinde önemli bir yer edindiği ve ilgi odağı olduğu gerçeği ile birlikte genel olarak sporun, bireylerin sağlıklı ve zinde gelişimleri açısından önemi yadsınamayacak derecededir [1].

### 2.1.3. Raftingin Türkiye'deki gelişimi

Türkiye çeşitli doğal ve kültürel imkânları barındıran bir ülkedir. Alternatif turizm çeşitliliği bakımından rafting önemli bir turizm ve spor aktivitesi alanıdır. Ülkemiz zengin coğrafi koşullara sahip olduğundan ülkemizde birçok spor ve turizm aktivitesinin gelişimine katkı sağlayacak nehir, akarsu ve dere bulunmaktadır [22]. Bu da ülkemizde birçok alternatif turizm ve spor aktivitesi çeşitliliği potansiyelini beraberinde getirdiği düşünülmektedir.

Türkiye de 1990 yılında Çoruh nehrinde İsraili bir grup rafting sporcusuna ulusal sporcularımızın eşlik etmesi ile rafting sporunun ülkemizde başlangıcı olarak kabul edilmektedir. Ayrıca rafting sporunun ülkemizde başlangıcı olarak kabul edilen tarihten 2 yıl sonra ulusal bir rafting organizasyonu ile rafting sporunun bilinirliğinin artırılması ve geliştirilmesine yönelik ilk faaliyet gerçekleştirilmiştir. Ertesi yıl rafting sporunun bilinirliğinin artırılması ve yaygınlaştırılmasına yönelik faaliyet gösteren Projectraft adlı kuruluş öncülüğünde ülkemizde 4. Dünya Rafting Şampiyonası gerçekleştirilmiştir [23]. 1993 yılında Çoruh nehrinde gerçekleştirilen 4. Dünya Şampiyonasında 28 ülkeden 300 sporcu, basın mensubu ve ilgili kişiler katılım sağlamıştır [22]. Böylelikle ülkemizin nehir, akarsu ve derelerinin bilinirliği arttığı, gerçekleştirilen festivallerle raftingin hem spor olarak hem de turizm amaçlı gelişimine olanak sağladığı düşünülmektedir.

Rafting'in belli aralıklarla yapılması ardından 2002 yılında ilk defa Kano ve Rafting Federasyonu kurulmuştur. Böylelikle ilk defa ulusal açıdan 2002 yılında Erzincan'da Karasu nehrinde Rafting Şampiyonası düzenlenmiştir [4]. 2007 yılında federasyon yönetim kurulu kararı doğrultusunda kano ile rafting'in farklı çatılarda müsabakalarına devam etmesine karar vermiştir. Rafting 2008 yılında Gelişmekte Olan Spor Branşları bünyesine eklenerek faaliyetlerine devam etmiştir. Rafting 2018 yılına kadar Gelişmekte Olan Spor Branşları bünyesinde yer almış olup uluslararası müsabakalara katılım sağlanmış ve ulusal müsabakalar düzenlenerek raftingin bilinirliği artırılmıştır[22].

2018 yılında Cumhurbaşkanlığı Kararnamesi ile Gençlik ve Spor Bakanlığına bağlı Türkiye Rafting Federasyonu kurulmuştur. Türkiye Rafting Federasyonu Dünya Rafting Federasyonunun çatısı altına girerek katılım sağladığı uluslararası müsabakalarda veya ulusal yarışmalarda WRF'inin belirlediği kurallar çerçevesinde müsabakalar gerçekleşmektedir [24]. Ancak raftingin uzun bir geçmişe dayanmasına rağmen günümüzde istenilen seviyede

olmadığı ve turizm gelişimi perspektifinden de yeterli düzeye ulaşmadığı gözlemlenmektedir.

#### **2.1.4. Rafting sporunun önemi**

Çağımızda değişimin ve dönüşümün hızlı bir şekilde yaşanması sporun da bu gelişmelere ayak uydurmaması kaçınılmazdır. Spor düzenli ve sağlıklı bir hayat öngörmek ile birlikte topluma ve bireylere dinamizm kazandırır, bedensel ve ruhsal güçlenmeyi kapsar, dostluğu pekiştirir ve yaşama sevincini geliştirir [1]. Macera turizmi tartışma olmaksızın birçok gelişmiş ülkenin ekonomisinde artan bir biçimde önemli bir bileşen olduğu söylenebilir.

Rafting sporunun önemi sadece yerel insanların fiziksel ve zihinsel iyi olmadaki artışıyla sınırlı olmayıp ayrıca kültürel ve çevresel konular ile ilgilenen eğitimcilerin çevre estetiğini takdir etmeleri ile de ilgilidir. Kültürel ve çevresel farkındalık artmasında rafting etkinlikleri kapsamında yapılan sporun etkileri bulunmaktadır. Su sporlarının özelliklerinden yararlanarak dışarıdan potansiyel cazibe merkezi olabilmektedir [25]. Böylece turizm potansiyelini de ortaya koyarak hem sporun gelişmesini sağladığı hem de kültürel kaynaşmaya zemin hazırlayabilir.

Gelişmekte olan ülkelerdeki rafting sporu ekonomik yönden, girişimcilik ve istihdam yönünden hem çevresel hem de sosyal olanaklara imkan sunabilmektedir. Örneğin geleneksel kültürel aktiviteler, sosyal yapılar ve ekonomik getiriler bir turizm aktivitesi olarak doğrudan yerel ve ulusal turizm açısından kazanç sağlayabilmektedir [26].

Spor turizmi temelinde gerçekleştirilen rafting ekonomik pazarlamanın çeşitliliğine katkı sağlamak ve serbest zaman değerlendirme, dinlenme ve rahatlama egzersizleri gibi alanların gelişiminde olumlu katkı sunmaktadır [3]. Teknolojik gelişmeler ile toplumdaki bireylerde iş dışında vakit geçirme arayışları günden güne arttığı ve dolayısıyla da insanların serbest zamanlarını değerlendirilebileceği aktivitelere ilgisi yoğunlaştığı göz önüne alındığında spor turizminin günden güne popüleritesi arttığı ve önemli bir gelir kaynağı haline geldiği düşünülmektedir.

Turizm temelli özellik taşıyan bir alan olarak rafting, iç turizm piyasasında ve spor alanında önemini artırmaktadır [27]. Ülkemizde son yıllarda sportif anlamda gerçekleştirilen müsabakaların sayısındaki artış ile rafting sporunun ülke genelinde bilinirliği arttığı dikkate alındığında hem sportif açıdan hem de turizm açısından raftinge ilgi artırabilmektedir.

Ülkemizde günden güne raftinge olan ilginin artmasıyla birlikte bilimsel yöntemler ile yapılan araştırma konularında rafting kendine yer bulmaktadır. Bu doğrultuda rafting sporu ile ilgilenen birey ya da sporcuların geleceğe yönelik beklentilerinin araştırılması ve kişisel gelişimlerine olan katkısının değerlendirilmesi önemli görülmektedir.

## **2.2. Benlik Saygısı**

İnsanoğlunun doğumundan itibaren çevresi ile etkileşime geçerek gelişmeye başlar. Bireyler gelişme dönemlerinde kendileri ile ilgili farkındalık oluşmaya başlamaktadır [28]. Bu farkındalık ile birlikte çevresinin etkisiyle kendisi hakkında çıkarımda bulunmaktadır. Böylelikle insanların kendileri hakkında edindikleri değer yargıları, inanç ve tutumlarının öğrenilmesi sonraki yaşamlarında önemli etkilere sahip olmaktadır [29]. Bu kapsamda bireylerde çocukluğundan itibaren oluşan benlik kavramının bilimsel olarak ele alınması önemli bir çalışma alanı olarak görülmektedir.

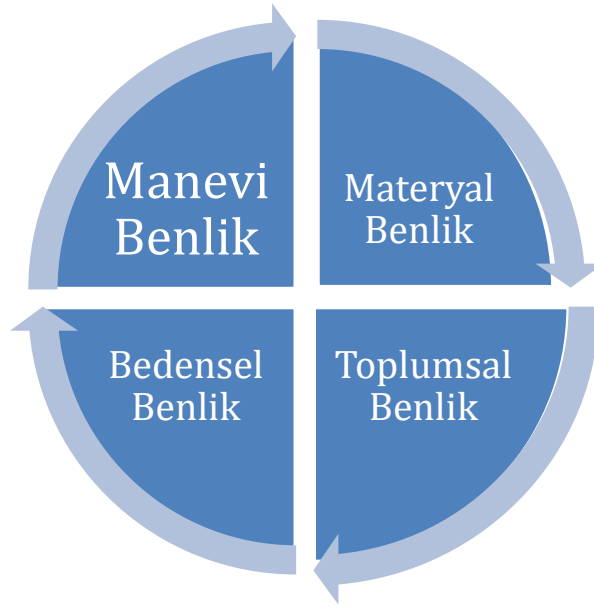
### **2.2.1. Benlik kavramı**

İnsanoğlu birey olma kavramını dünyaya geldiği ilk andan itibaren başlar ve çevresindeki birey veya eşyadan farklı bir varlık olduğu bilinci zamanla gelişmeye başlamaktadır. İnsanları diğer tüm yaşayan canlılardan ayıran en önemli özellik düşünebiliyor olma yetisi olduğudur [10]. Birey kendisini sorgular iken benlik ile ilgili çevresinden edindiği bilgilerden de faydalanmaktadır. Çevresinden edindiği bilgiler sonucunda bireyin bireysel ve fiziksel özelliklerin yanında sosyal ilişkilerde de görev ve sorumlulukları kapsamaktadır. Ayrıca bilinçli olarak elde edilen inancı ve kişisel yaşantıları da içermektedir. Dolayısıyla benlik kavramını kapsayan bu etmenler benliğin oluşumunda farklı etkilere sahiptir [20]. Benlik bireyin kişisel kimliğinden bahseden varoluş ve tecrübe gibi [30] referanslar ile birlikte psikoloji literatüründe çok yaygın kullanılan bir terim olmak ile birlikte genel bir fikir birliğine varılamamıştır [31].

Benlik kavramı bir bireyin kişiliğine önem vermesi, onu başkasından üstün görmesi ve kibir olarak belirtilmektedir. Dolayısıyla benlik kişinin öz doğası ve kendilik ile birlikte şahsiyetini oluşturan şey olarak ifade edilmektedir [32].

Benlik kavramı genel olarak insanların kendileri hakkında edindikleri değer yargıları, inanç ve tutumlarının öğrenildiği bir dinamik sistemdir. Hareketlerimiz ve kendimizi belirlemek kişisel gelişimi ve amaçlar için önemlidir [29]. Benliğin yaşamı boyunca gelişen bir dinamizme sahip olduğu varsayılmaktadır.

Bireyin şahsıyla ilgili sahip olduğu düşünce, fikir ve edinimlerini şekillendiren şey, dünyaya geldiği andan itibaren kendisi ve çevresindeki insanlar ile etkileşime girmesi sonucunda oluşmaktadır. Başka bir ifade ile kendimize ait fikir ve inançlarımızın bizi etkileyen ve yönlendiren düşünme biçimimizden kaynaklanmaktadır. Bu doğrultuda benlik bireyler için kendine özgü bir tutum ve edinimdir [13].



Şekil 2.1. Benliğin bileşenleri

Benlik kavramı ile ilgili gerçekleştirilen bilimsel araştırmalar 19. Yüzyılın son çeyreğinde William James tarafından yürütülen çalışmalarında görülmektedir. James ilk olarak benlik kavramını psikolojik bir konu olarak ele almaktadır. James benliği dört genel sınıflandırmaya tabi tutmuştur. Benliğin her bir bileşeni kendine özgü olmak ile birlikte farklı durumlarda birbiriyle karşılıklı etkilemekte ve kişi benliğini süreç içerisinde kendisine yönelik farkındalığı artmaktadır [15].

Kişi kendi doğasını benlik ile sorgular ve değerlendirir. Böylelikle çevresindeki unsurlar ile karşılıklı etkilenmekte ve tepki vermektedir. Ancak benlik kavramı ile ilgili James

liderliğinde yapılan çalışmalar önemli ilerlemeler sağlamak ile birlikte terminolojik ve geçerli bir kavram birlikteliği henüz olmadığı saptanmıştır [33].

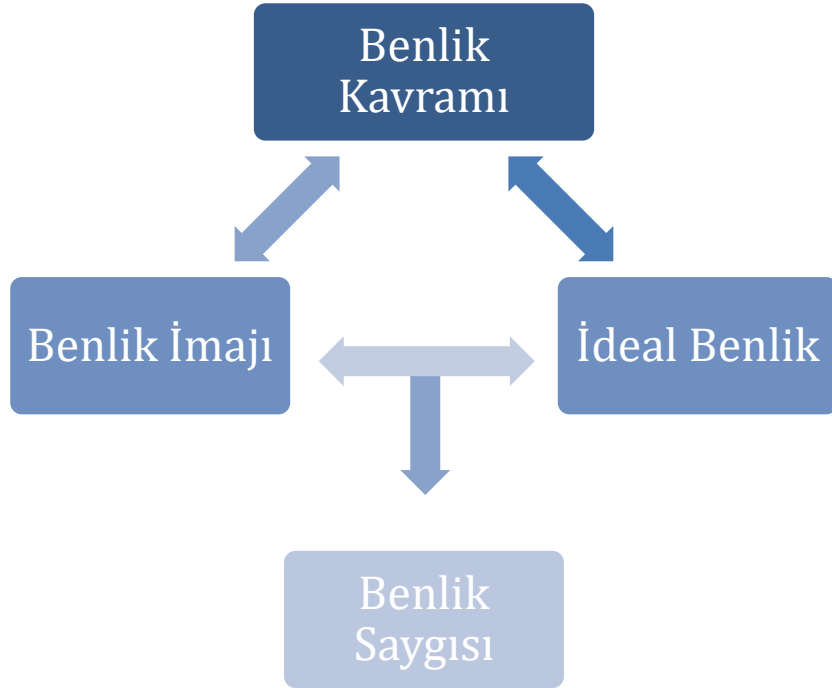
Benliği bilinen benlik ve bilen benlik olarak iki gruba sınıflandırmış olan James, bilimsel olarak bilinen benliğin incelenmesi gerektiğini öne sürmüştür. James benliği ilk kez fiziksel, sosyal, bedensel ve zihinsel bir biçimde tanımlamaktadır. Bu doğrultuda James özneyi bilen benlik, nesneyi ise bilinen benlik olarak ifade etmektedir [34].

Benlik kavramı genel olarak belirtilmiş bir kavramsal sistem olmak ile birlikte tüzel olarak da oluşturulmuş birçok etmeni içermektedir. Bu açıdan benlik ego kavramını da içeren ve aynı zamanda egoyu da kapsayan daha geniş bir yapısal nitelik taşımaktadır [35]. Kısacası bireyin kişiliğini tümü olarak ele alınabilen benlik kavramı daha çok kişilik kavramının bir bölümünü oluşturabildiği görülmektedir.

Psikanalitik kuramın önemli ismi olan Freud, benlik kavramı üzerinde yapısal model geliştirerek kişiliği ego(benlik), alt benlik(id) ve süper ego(üst benlik) olarak üç gruba ayırmıştır. Gruplar işlevsel olarak ayrı olarak değerlendirilmemekte ve bir bütün olarak sorumluluklarını yerine getirir. Belirtilen bu üç grubun biyolojik(id), sosyal(süper ego) ve psikolojik(ego) olarak kişiliği temsil etmektedir. İd bireylerde daha çok içgüdüsel ihtiyaçların karşılanmasına yöneliktir. Bir başka ifade ile haz alma merkezidir. Ego çevresindeki dünyaya ilişkin gerçekliğidir. Gereksinim ve ihtiyaçlarını gerçeklik ilkesi çerçevesinde yürütür ve mantık ve gerçeklik üzerinde planlamalar yapar. Süper ego ise; bireyde realitenin sorgulayıcı bölümüdür. Dış dünyanın gerçekliğinden çok ideal olan temelli yaklaşım sunar. Süper ego daha çok ebeveyn ve kültürdeki unsurları iç merkez haline getirir ve sonrasında ise ödül ve ceza sistemini kullanır. Kişilik kavramına göre ödüllendirme bireyin kendisine olan saygı gösterimidir. Ceza ise bireyin kendi yönelik aşağılama ve suçluluk duymasıdır [36].

Birey kendisinin farkına vardığı andan itibaren çevresiyle etkileşime girdiği süreç ve çevresinin etkisi ile benlik kavramı oluşur. Birey, benlik kavramını çevresinden edindiği etkileşim ve bilgi ile uyumlu olarak algılar, çevresindeki yaşantıları benliğine özümser ve benliğine uygun bulmadıklarını reddeder ya da benliğine uygun bir biçimde benimser [28]. Böylece bireylerde benlik oluşumunun dışsal faktörlerden de etkilenebileceği varsayılmaktadır.

Lecky (1951)'e göre; bireyin benlik kavramı ile ilgili bilgisi veya düşüncesi kişide davranışların temel belirleyicisidir. Bireylerde benlik ile ilgili sahip olduğu düşüncelere uyum göstermesi önem arz etmektedir. Kişinin benlik şeması ile kişinin nasıl davranması ve ne yapması gereği gibi özümlediği değer yargıları (ideal benlik) arasında uyum olması sağlıklı bir ruh hali için önemlidir. Kişi benlik şemalarına ne kadar uyumlu davranışlar gösterebilirse o kadar sağlıklı bir ruh halinde olur. Kişi benlik tasarımı ile uyumsuz olması durumunda ideal benliğe karşı kaygılı ve huzursuz olur. Birey kendi ideal benliğe uygun davranış ve yaşam sürdürmesi kişinin kendisine yönelik güven, mutluluğu ve saygısı artar. Genel olarak benlik şemasına uygun davranan bireylerin ruh sağlığı açısından sağlıklı bireydir [38]. Özetle benlik kavramı kişinin sahip olduğu yargıları ile ilgili hissettikleri ve zihinsel ve fiziksel özelliklerinin farkındalığı olarak tanımlanabilir.



Şekil 2.2. Benlik kavramı

Benlik kavramı; benlik imajı, ideal benlik ve benlik saygısını kapsayan bir kavram olarak açıklanmaktadır. Bireylerin benlik saygısı daha çok ideal benlik ile benlik imajı arasındaki ilişki ile açıklanmaktadır. İdeal benlik kişilerin istediği kabiliyet ve ideal davranışlardaki niteliklerin bütünüdür. Benlik imajı ise kişiye “kimsiniz” sorusuna karşılık kendisini diğer bireylerden farklı olan fiziksel ve zihinsel niteliklerin dizilimi olarak açıklanmaktadır.

Bireylerdeki kişiliğe ve yeteneğe yönelik güvenin düzeyi ile ilişkilidir [39]. Bir başka ifade ile benlik saygısının yüksek olması bireyin kişiliği ve yeteneğine olan güvenin yüksek olması ile bağlantılı olduğu belirtilmektedir.

### **2.2.2. Benlik saygısı**

Benlik saygısı benlik kavramında olduğu gibi psikoloji ve psikiyatri literatüründe farklı bir biçimde ifade edilmektedir. Uluslararası çalışmalarda genellikle “self esteem” terimi ile kullanılmakla birlikte “self-regard”, “self-confidence” ve “self respect” terimleri ile de kullanılmaktadır. Kullanılan bu terimlerin Türkçe karşılıkları benlik saygısı, öz güven, öz saygı ve öz değerlilik gibidir. Öz güven, değerlilik ve kendini kabul gibi duyguların toplamını benlik saygısı olarak ifade edilebilmektedir [40]. Benlik saygısı daha çok kendilik kavramına yönelik olumlu yada olumsuz tutum veya fikir olarak düşünülebilir.

Benlik saygısını Alfred Adler bireyin aşağılık duygusundan üstünlük duygusuna geçiş olarak ifade etmektedir. Kişi zihinsel, ruhsal ve fiziksel eksikliklerin ardından meydana gelen yetersizlik duygusunu ortadan kaldırmaya çalışmaktadır. Böylelikle özellikle çocukluk çağında meydana gelen yetersizliklerin giderilmesinde veya kurtulmasında benlik saygısı önemli olmaktadır. Adler benlik saygısı üzerinde kişinin ailedeki durumu ve doğum sırası gibi etkenler tarafından da etkilendiğini belirtmiştir [41].

Sullivan; kişiler arası ilişkilerin benlik saygısı üzerinde önemli etkilere sahip olduğu görüşünü paylaşmaktadır. Buna göre birey çevresi ile iletişime geçtiği çağdan başlayarak aile ve akranları ile kurduğu ilişki sonucunda güçsüz olmaktan ve zayıf düşmekten kurtulma gayretine girmektedir. Böylelikle bireyde benlik saygısının oluşumu başlamıştır. Birey kaygı ve yetersizliklerinden kaçabilmek veya düzeyini en alt sınıra getirebilmek için farklı uyum süreçleri geliştirerek kötü ve iyi ben terimlerini ortaya çıkarır [42]. Yani başka bir ifade ile bireylerin benlik kavramını çevresi ile etkileşime geçtiği andan başlayabilmektedir.

Bireyin kendini tanımlamaya yönelik geniş bir kavram olan benlik birçok anlam taşımaktadır. Benlik saygısı ise genel olarak; bireyin kendisine yönelik duyduğu değer ve önem ile ilgili izlenim ya da bireyin kendisini sevmeye, takdir etmeye, onaylama, değerli bulma ve ödüllendirme gibi kavramları içermektedir. Benlik saygısı daha çok benlik kavramının duygusal boyutunu ifade etmektedir. Birey sahip olduğu duygular ile birlikte kendisi hakkında sahip olduğu bilgi çerçevesinde kim olduğuyla ilgili düşünceye sahiptir. Bu

bağlamda benlik saygısı bireyin benlik düzeyi hakkındaki beğenme ve değerli bulma olarak ifade edilmektedir [43]. Bir başka ifade ile benlik saygısı kendisi hakkındaki değerli hissetme düşüncesidir [44]. Özetle bireyin kendisi hakkındaki olumlu değerlendirmesi olarak düşünülebilir.

Benlik saygısı; kendi hakkındaki değerlendirmeler sonucu kişinin memnuniyeti sonucunda oluşan öznel bir değerlendirmedir. Kendisi hakkındaki değerlendirmeler aynı değil olumlu ya da olumsuz olabilir. Bu kişinin içinde bulunduğu durum, konum ve gelişmeler bakımından farklılaşabilmektedir. Benlik saygısı bireylerde farklı düzeylerde olabilir ve kişinin içinde bulunduğu durum ve şartlarla ilişkin değişik davranış ve duygular ortaya koyar. Benlik saygısı genel olarak üç farklı anlamı kapsamaktadır. Bunlar kendini kabul, yeterlilik ve kendini sevme gibi kullanılmaktadır [43].

Rosenberg (1965)'e göre; benlik saygısı kişinin doğumdan başlayarak kendinde oluşturduğu değerler sistemi olduğunu ifade etmektedir [35]. Dolayısıyla da benlik saygısının sosyal kimlik oluşumunda önemli bir yerde bulunmakta sosyal kimliğin oluşumunda statü, çevre, aile ve etnik grup önemli bileşenler olduğu söylenebilir.

Benlik saygısı kişinin daha çok kendisine yönelik algıladığı olumlu veya olumsuz değer yargılarıdır. Değer yargıların oluşumunda kişi olumlu tutum sergilemesi durumunda yüksek benlik saygısına sahip olduğu, eğer olumsuz bir tutum sergiliyorsa düşük benlik saygısına sahip olduğu görüşünü ortaya koymaktadır. Bu bağlamda yüksek ve düşük benlik saygısı olarak iki farklı boyutta var olduğunu ortaya koymuştur [43]. Böylelikle iki boyutun incelenmesi gerçekleştirilen araştırma için önemli görülmektedir.

### Yüksek benlik saygısı

Psikolojik açıdan sağlıklı bir birey olma olarak ifade edilebilen yüksek benlik saygısı, kişilerde ruhsal iyi oluşun önemli ölçütlerden biri olarak görülebilmektedir. Böylece bireyde yüksek benlik saygısı ile genel iyi oluş arasında önemli bir ilişki olduğunun göstergesidir. Dolayısıyla kişilerde genel iyi olma halinin yüksek olması yüksek benlik saygısının olduğunu göstermektedir [44]. Yüksek benlik saygısına sahip bireyler, kendilerini daha önemli ve faydalı bireyler olma, kendilerini saygıya değer görme ve çevreleri tarafından kabul görme gibi algılama eğilimine sahiptirler [45].

Bireylerde; problemlerle başa çıkma, stres yönetimi, girişkenlik, problem çözme mücadelesi, mutluluk ve psikolojik açıdan sağlıklı olma gibi beceriler ile yüksek benlik saygısı arasında önemli ilişki bulunmaktadır. Bunun ile birlikte yüksek benlik saygısına sahip bireyler kişiler arası ilişkilerinde iyi düzeyde ilişkiye sahiptir [14]. Özetle İçinde bulunduğu grup veya akranları üzerinde olumlu etkiye sahip olmak ile birlikte grup içinde aktif iletişim sağlayabilir.

Yüksek benlik saygısına sahip bireylerde başarıya ulaşmada daha fazla azim ve hırs göstermektedir. Benlik saygısı yüksek olan bireyler duygusal açıdan daha güçlü olduğu, yaşama daha olumlu bir tutum içinde olduğu ve özü kavrama bakımından daha bütüncül bir bakış açısına sahip olduğu görülmektedir [46].

Toplumsal bir varlık olan insan için benlik saygısı önemli bir kavram olarak görülmektedir. Yaşadığı sosyal ortamda birey kendini psikolojik açıdan daha iyi algılar ve çevresinde kendisini pozitif bir sergileme gerçekleştirir. Kişinin özgüveni yüksek olması, pozitif davranışlar göstermesi, çevresi ile uyumlu davranışlar sergilemesi yüksek benlik saygısı ile ilişkilidir [47]. Yüksek benlik saygısına sahip bireyler genel olarak çevrelerince pozitif olarak kabul edilebilmektedir.

#### Düşük benlik saygısı

Düşük benlik saygısı olan kişiler, fiziksel olarak kabiliyetli olsa bile genel olarak var olan kapasiteden daha düşük başarı sağlama eğiliminde olmaktadır. Ayrıca bir topluluğa karşı dikkat çekici işlere girişmekten kaçınma ve reddedilme kaygısı gibi davranış eğilimindedir [43].

Düşük benlik saygısına sahip bireyler, kendisine karşı güvensiz ve saygı duymamak ile birlikte var olan potansiyel ve kabiliyetlerine olan inancını da düşürmektedir. Bunun ile birlikte düşük benlik saygısına sahip olan bireylerin gerçek dışı beklentilere sahip olma eğilimi daha yüksektir. Kendisini oldukça fazla olumsuz bir tutumla eleştiren düşük benlik saygısına sahip bireyler aynı zamanda çevresindeki bireylerin hakkındaki görüşleri ve yorumlarını fazla dikkate alırlar. Herhangi bir problem ile karşılaşan düşük benlik saygısına sahip bireyler problemin çözümünü önemli bir zorluk olarak algılamaktadır [45]. Özetle karşılaşılan zorluklar ile baş etmede önemli güçlükler yaşayabilirler.

Doğal yaşamın gerekliliği olarak kendisine yönelik olumlu yorumlamalardan veya değerlendirmelerden hoşlandığı olumsuzlarında ise acı duymaktadır. Baumeister ve arkadaşları bireylerin benlik düzeylerine göre kendilerini sergileme biçimlerinde farklılıklar olmaktadır. Yüksek benlik saygısına sahip bireyler problem çözme, risk alma kabiliyetine uygun işlere yoğunlaşabilme ve hassasiyetle yerine getirme becerisine sahiptir. Aksine düşük benlik saygısına sahip bireyler problem çözmeye yetersiz, risk almada çekimser kalma, önemli konularda çekimser kalma ve var olan yeteneklerine uygun yeterli başarıyı sağlayamamaktadır [40].

Özetle benlik saygısı bireyde olan güven, tutku ve azim gibi duyguların bütünü olarak tanımlanabilir. Yüksek benlik saygısına sahip bireylerde genel olarak kendini beğenme ve değerli görme eğiliminde olduğu söylenebilir. Ayrıca bu bireylerde problem çözme yeteneği, sorunlarla baş etme ve risk alma gibi davranışları motive etme eğilimi daha yüksek olduğu düşünülmektedir. Dolayısıyla bireylerde benlik saygısının yüksek olması kişide sosyal, çevresel ve kişisel gelişiminde önemli bir rol oynamaktadır. Bu doğrultuda bireylerin hayatını önemli derece etkileyen benlik saygısının bilimsel olarak ele alınması önemli görülmektedir.

### **2.2.3. Benlik saygısı ile ilgili yapılan çalışmalar**

Lindshold ve Tedeschi (1971) tarafından gerçekleştirilen çalışmada, yüksek benlik saygısına sahip bireyler ödül ve cezaya düşük benlik saygısına sahip bireylere göre daha uyumlu davranışlarda olduğu ortaya konmuştur [48]. Benlik saygısı ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkiyi inceleme amacıyla yapılan çalışmada internet bağımlılığının yüksek olması bireyde düşük benlik saygısı ile ilişkili olduğu ortaya konmuştur. Bu bağlama düşük benlik saygısına sahip bireylerin sosyal medya veya internette diğer bireylere göre daha fazla zaman harcadıkları ve böylelikle düşük benlik saygısına sahip bireyler için bağımlılık riski yüksek grup olarak bakılmaktadır [49,50]. Benlik saygısı ile dürtü kontrolünün internet bağımlılığı ile ilgili yapılan bir araştırma da, internet bağımlılığında dürtü kontrol zorluğu ve düşük benlik saygısının bireylerde bağımlılığın artmasına önemli risk etmenleri olarak ortaya çıkmıştır [51]. İnternet kullanımı ile ilgili bir başka çalışmada, benlik saygısı düşük bireylerin internet ortamında daha çok gerçekdışı davranış sergilediği ve sosyal kaygıyı daha fazla yaşadığı belirtilmiştir [52].

Kronik rahatsızlığı olan bireylerde benlik saygısının umut ve sosyal destek arasındaki ilişkiyi inceleyen bir araştırmada, benlik saygısı yüksek olan kronik hastaların umut düzeyi ve sosyal destek algısının yüksek olduğu bulunmuştur. Ayrıca yüksek benlik saygısına sahip kronik hastaların sorular ile başa çıkmada ve adaptasyon sürecinde önemli bir etken olduğu ortaya konmuştur [53]. Böylelikle bireylerin benlik saygısının sosyal yaşamında önemli bir rol oynayabildiği düşünülmektedir.

Üniversite gençlerinde benlik saygısının mutluluk üzerindeki etkisini inceleyen çalışmada, geleceğe yönelik olumlu tutumdaki mutluluk ile benlik saygısı yüksek bireylerde yüksek düzeyde bir ilişki ortaya konmuştur. Yüksek benlik saygısına sahip gençlerde geleceğe yönelik olumlu tutum ve mutluluk arasında önemli bir ilişki saptanmıştır. Ayrıca kaygılı yönetime sahip bireylerde geleceğe yönelik mutluluk düzeyinde negatif bir ilişki olduğu bulunmuştur [54].

Ergenlerde benlik saygısı ve iyimserlik ile zaman tutumları ve öznel iyi oluşu inceleyen araştırma da ergenlerin öznel iyi oluş düzeyleri ile zaman tutumları arasında anlamlı bir ilişki ortaya konmuştur. Ergenlerin benlik saygısı ile öznel iyi oluş düzeyi yüksek olması bireylerde doğrudan iyimserlik ile ilişkili olduğu bulunmuştur [55]. Böylelikle öznel iyi oluş, iyimserlik ve benlik saygısı pozitif bir ilişki olduğu düşünülebilir.

Benlik saygısı ile ilgili yapılan bir araştırmada, benlik saygısı yüksek olan ilköğretim öğrencilerinin çevresindeki birey ve akranları ile daha yapıcı ilişki kurabildiği görülmüştür. Ayrıca yüksek benlik saygısına sahip öğrencilerin maslow ihtiyaçlar hiyerarşisine göre kendini gerçekleştirme eğiliminin yüksek olduğu belirtilmiştir. Bireylerde duygusal ve sosyal olarak iyi oluşta önemli faktör olduğu ifade edilmiştir [56].

Üniversite öğrencilerinin eğitim durumlarına göre benlik saygısı üzerine gerçekleştirilen çalışmada, hazırlık sınıfındaki bir öğrencinin doktora yapan öğrenciye göre daha düşük benlik saygısının olduğu belirtilmiştir [57]. Bir başka ifade ile bireylerin eğitim düzeyi kişilerde benlik saygısının düzeyi ile pozitif bir ilişki olduğu söylenebilir.

Günümüzde kullanımı oldukça yaygın hale gelmiş durumda olan madde kullanımı ile benlik saygısı arasında ilişkinin incelendiği araştırmada, madde kullanmayan bireylerin kullanan bireylere göre daha yüksek benlik saygısına sahip olduğu bulunmuştur [58]. Dolayısıyla da madde kullanımında bireylerin benlik saygısı önemli bir faktör olarak düşünülebilir.

### 2.3. Gelecek Beklentisi

Sosyal bir varlık olma içgüdüğü ile insanın geleceğe yönelik tahminlerde bulunma isteği ve beklentiler içinde olabilmektedir. Bu bağlamda rafting sporcularının geleceğe yönelik beklentilerinin bilimsel çalışmalar ile belirlenmesi ve gerekli iyileştirmelerin yapılması önemli görülmektedir. Dolayısıyla ülkemizde hızla gelişen rafting sporu ile ilgilenen sporcuların geleceğe yönelik beklentilerinin ortaya konması hedeflenmektedir.

#### 2.3.1. Beklenti

Beklenti gündelik kullanımda var olan koşullarına göre geleceğe yönelik tahminlerde bulunmak veya yaşayabileceği durumlar hakkında çıkarımlarda bulunmaktır. Türk Dil Kurumu'na göre beklenti kavramı herhangi bir konuda gerçekleşmesi beklenen şey veya kişinin belli durum ve koşullarda alacağı tarz kendisi hakkında geleceğe yönelik beklentilerin öngörüsü olarak tanımlanmaktadır [59]. Başka bir ifade ile bireyin kendisi hakkındaki olumlu veya olumsuz çıkarımlar olarak belirtilebilir.

Beklenti hedeflenen belli bir çaba ya da hareket ile hedeflenen amaçlara ulaştırma ön görüsüdür. Bir başka ifade ile hedeflenen amaca ulaşmada belli çaba ve hareketlerde bulunarak ulaşılabileceği inancıdır [60]. Kişinin var olduğu şartlar altında algıladığı işaretlerin ileride nasıl oluşumlara neden olabileceği yönündeki bekleyiş ve tutum olarak belirtilmektedir. Gündelik hayatımızda vazgeçilmez ve temel bir ögesi olarak ele alınmaktadır [61].

Beklenti kavramı kişinin var olan durum veya koşulların getirileri hakkında sonraki süreçlerde ne olacağına yönelik varsayımda bulunmasıdır. İnsan yaşamında beklenti, gündelik yaşamda görmezden gelinmeyecek kadar önemli ve hayatın içinde olan temel unsurlardandır [43]. Belirli bir durum karşısında sonuçları önceden ön görülmediği kişinin psikolojik ve davranışsal durumu olarak belirtilebilir.

Bireylerin önceden deneyimlemediği durumlar hakkında çıkarımlarda bulunması dışında, kişinin daha önceden deneyimlediği ve neticeleri ile ilgili bir ön görüşü bulunmadığı durumlarda oluşabilmektedir. Özetle beklentilerin kişinin kendisine özgü davranış biçimi olduğu ve yaşamındaki deneyimlerinden sonraki dönem hakkında çıkarımda bulunmasıdır [62].

Sürekli değişen koşul ve şartlar ile bireylerin yaşamlarında dinamik bir süreç oluşturabilmektedir. Değişim ve dönüşümler bireylerin geçmiş ve gelecek yaşamları üzerinde önemli etkilere sahip olduğu düşünülmektedir. Dolayısıyla da kaçınılmaz olarak gerçekleşen değişim ve dönüşümler olumlu veya olumsuz bir biçimde kişinin yaşamındaki beklentilerini de etkileyebilmektedir.

### **2.3.2. Gelecek beklentisi**

Gelecek kavramı çok yönlüdür. Gelecek hakkındaki düşünce bireysel olarak gün, ay ve yıl şeklinde ifade edildiği gibi kişilerin geleceğe yönelik tutumlarının gelişimi olarak da düşünülebilir [8]. Gelecek ifadesi genel olarak yaşanacak zaman, istikbal ve daha gelmemiş zaman dilimi olarak ifade edilmektedir [32]. Gelecek beklentisi ise genellikle yaşanacak zamanda gerçekleşmesi umulan şey olarak ifade edilebilir. Gelecek beklentisi kavramı kişinin yaşadığı zamanı ve sonraki hayatını etkileyen etmenlerden biridir [11].

Gelecek beklentisini kişinin istikbalde nerede, kimlerle, nasıl, hangi konumda vb. olmak istediğine yönelik toplumsal veya bireysel yaşayışından talep ettikleri ve kişinin arzusu olarak ifade etmektedirler [63].

Gelecek beklentileri bireylerin gelecekleri için var olan genelleştirilmiş beklentilerin yansımasıdır. Bireylerin kendilerini temsil etmekte duygusal ve bilişsel özelliklere sahiptir. Gelecek beklentisi bireyin sosyo demografik yapısı, o anlık fiziksel ve psikolojik durumları ile birlikte sosyal çevre ve kültür tarafından şekillenmektedir [64]. Böylelikle bireyin sosyal bir varlık olması hasebiyle beklentileri üzerinde birçok faktör etki edebileceği düşünülmektedir.

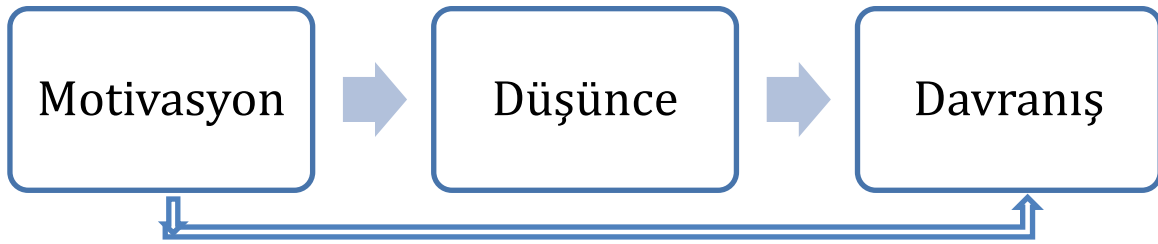
Gelecek beklentileri temelde görev odaklı eğiliminde olduğu (aile, eğitim, kariyer, spor vb.) ve davranış ve duygusal gelişimi düzenlemeye yardımcı olması açısından benzer olarak kabul edilir [8]. Beklentiler farklı biçimlerde sporcuları etkileyebilmekte ve bu genel olarak sporcuların performansını olumlu veya olumsuz bir biçimde etkilemektedir [65]. Bu doğrultuda sporcuların beklentileri sonraki yaşamları için önemli etkiye sahip olabilmektedir.

İletişim ve bilgi dünyasında meydana gelen bilimsel ve teknolojik gelişmelerin oldukça hızlı ve geniş kapsamlı olması toplumda var olan birey, toplum, örgüt ve mesleklerde uyum sağlanması kaçınılmaz bir unsur olmaktadır. İnsan yaşayışını sosyal, ekonomik, kültürel ve

politik açıdan önemli etkiye sahip olan teknolojideki gelişme ve ilerlemeler değişimi de zorunlu kılmaktadır. Çağımızdaki bu önemli değişim ve dönüşümler bireylerin gelecekları hakkındaki beklentileri üzerinde önemli etkiye sahiptir [66].

Bireylerin hayatta olan ilgileri, beklentileri ve değer gibi etmenler gelecek beklentisi oluşumunda önemli etkilere sahiptir [6]. Böylelikle ilgili olduğu alanın farkında olan ya da değerlerine uygun hareket eden kişiler geleceğe yönelik amaçlarını daha açık bir şekilde hedefleyebilir.

Seginer (2008)'e göre gelecek beklentisi, sadece bilişsel bir yaklaşımın oluşumu olduğu ile ilgili çalışmaları kapsadığı görüşüne karşı çıkmıştır. Bu yüzden yürüttüğü bilimsel çalışmalar neticesinde çok boyutlu bir kavram geliştirmiştir.



Şekil 2.3. Gelecek yönelim modeli

Seginer Gelecek Beklentisini Gelecek Yönelim Modeli adı ile üç aşama olarak açıklamakta olup bunları sırasıyla Motivasyon, Düşünce ve Davranış olduğunu belirtmiştir. Her aşamanın oluşmasına katkı sağlayan etmenler olduğunu ileri sürmüştür. İlk olarak motivasyon aşamasında birey değer, beklenti ve iç kontrol ile motive olduğu, düşünce üzerinde etkili olan şeylerin korku ve umut olduğunu ve son olarak da davranış üzerinde ise yorumlama ve bağıllık olduğunu ortaya koymuştur [8].

Bireylerin motivasyon, düşünce ve davranışlarını etkileyebilecek birçok faktör bulunmaktadır. Bunlar genel olarak Toplum ve Kültür, Eğitim ve Okul, Benlik, Öz yeterlilik, Öz düzenleme ve Umut ve Umutsuzluk gibi faktörlerdir [7]. Özetle bireylerin gelecek beklentileri ile ilgili hem iç hem de dışsal faktörler etkili olabilmektedir. Ayrıca gelecek beklentisi kişilerin gelişimini motive eden önemli bir araç olabilmektedir. Örneğin gelecek

beklentisi, bireylerde sportif yeteneklerinin geliştirme, yüksek öğrenimi devam etme, iş fırsatları yakalama, okul ve özel hayatında sosyal ve duygusal dengeye sahip olma ve yeterliliğini algılama dahil gelecekleri hakkında uzun dönemli planlar üzerinde etkiye sahip olduğu söylenebilir. Bunlara ek olarak da sporcuların gelecekleri ile ilgili nasıl bir beklentiye sahip olduğunu değerlendirilmesi için kişinin ilgili olduğu spor dalında efektif bir biçimde incelenmesinin önemli olduğu düşünülmektedir.

Bu amaçla bireylerin yaşamı üzerinde önemli etkiye sahip gelecek beklentisi ile ilgili bilimsel çalışmaların günden güne artarak gerçekleştirilmesi gereken önemli bir alan olarak görülmektedir.

### **2.3.3. Gelecek beklentisi ile ilgili araştırmalar**

Gelecek beklentisinin araştırılmasında yönelik akademik alanda çok ilgi gören bir alan ile birlikte bireylerin özellikle gençlerin geleceğe yönelik algılarının bilimsel çalışmalar ile ortaya konması önem arz etmektedir. Beklenti bireylerin sosyal çevreye dahil olma süreçlerindeki karar alma becerilerinde motivasyonel etkenlerden biridir [67]. Bu çerçevede alan yazı taramalarında gelecek beklentisi ile ilgili çalışmalarda daha çok genç veya ergenler ile yapıldığı gözlenmiştir [68,69,70].

Üniversite gençliği ve işçi gençlik ile ilgili bir çalışmada, işçi gençlerin geleceğe yönelik kötümser ve bağımlı olduğu üniversite gençliği ise geleceğe yönelik daha bağımsız ve iyimser bir durumda olduğu ortaya konmuştur. Ayrıca gençlerin geleceğe yönelik öncelik durumlarında üniversiteli gençlerin daha çok güzel bir işte çalışma, işçi gençlerin ise mutlu olabileceği bir eşe sahip olmaya önem verdikleri belirtilmiştir [12]. Böylelikle gençlerin beklentilerinde önemli olan faktörler ortaya konabilmektedir.

Üniversite öğrencilerinin geleceğe yönelim üzerinde benlik tiplerine bağlı farklılıkları ortaya konma çalışılmıştır. Yapılan araştırma da denge modelinde belirtilen benlik tiplerine bağlı olarak ortaya çıkmış farklılıkları ortaya konmayı amaçlamıştır. Bu bağlam da araştırma da bireylerin beklentilerinin dengeli ve dengesiz tipler arasında anlamlı bir ilişki ortaya koymuştur. Böylece dengeli bireyler geleceğe yönelik beklentilerinde olumsuz tiplere göre daha olumlu olduğu görülmüştür. Buna ek olarak dengeli tipe sahip bireylerin geleceğe daha çok odaklandığı ve kaygı düzeyleri daha düşük seviyede olduğu belirtmiştir [71].

Üniversite ve lise gençlerine yönelik gerçekleştirilen çalışmada, gelişim döneminin özelliklerine göre gençlerin beklentilerinin hangi alanda daha çok odaklandıklarını araştırmıştır. Bireylerin daha çok sevdiği işi gelecekte yapmak istemesi ve ekonomik refahın yüksek olması, sosyal çevrede saygınlı olma, ilgilendiği çalışma alanında başarılı olma ve mutlu bir evliliğe sahip olma gibi öncelikleri olduğu ortaya konmuştur. Lise öğrencilerinde çevresinde daha çok sosyalleşip bağımsız olmak gibi önceliklere daha çok önem verirken üniversite gençlerinde daha çok yaşamı anlamaya yönelik felsefi temelleri sorgulayıp temellendirme ön plana çıkmaktadır [72].

Gelecek beklentisinin lise öğrencileri üzerinde akademik başarının etkisi incelemek üzere bir araştırma gerçekleştirilmiştir. Araştırmada öğrencilerin akademik başarılarının başarılı veya orta düzeyde olduğunu belirtenlerin geleceğe yönelik olumlu bir tutum sergiledikleri ancak akademik başarısı düşük olan öğrencilerin geleceğe yönelik olumsuz bir tutum eğiliminde olduğu belirtilmiştir [73].

Öğrencilerin geleceğe yönelik beklentilerinde öğrencilerin okul yaşam kalitesi ile okula bağlılık düzeyleri arasında incelenen ilişkide, öğrencilerin okula bağlılık düzeyi ve yaşam kalitesinin yüksek olması lise öğrencisinin geleceğe yönelik beklentisini de olumlu yönde etkilemektedir. Böylelikle okulda kendini güvende hisseden, mutlu olan ve akranları ile güzel ilişkiye sahip olan öğrenci geleceğe yönelik daha yapıcı ve olumlu tutum içerisinde olduğu ortaya konulmuştur [74].

Ergenler ile ilgili gerçekleştirilen bir araştırma da gelecek beklentisi ile öznel iyi oluş arasında herhangi bir ilişki olup olmadığı incelenmiştir. Gerçekleştirilen çalışmada gelecek beklentisi yüksek olan bireyler ile öznel iyi oluş arasında pozitif bir ilişki bulunmaktadır [75].



### 3. YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, araştırmanın evren ve örnekleme, verilerin toplanması ve verilerin analizi ile ilgili açıklamalar yer almaktadır.

#### 3.1. Araştırmanın Modeli

Betimsel tarama yöntemi, geçmiş ya da halen var olan bir durumu var olduğu şekliyle betimlemeyi amaçlayan araştırma yaklaşımlarıdır. Araştırmaya konu olan olay, kendi şartları içinde ve olduğu gibi tanımlamaya çalışılır. Olayı değiştirme ve etkileme çabası gösterilmez [76]. Bu bağlamda rafting sporcularının var olan özelliklerinde hiçbir değişiklik yapılmaksızın veri toplanarak, var olan durum hakkında katılımcı rafting sporcularının görüşleri alınması amaçlandığından dolayı çalışma betimsel modele dayanmaktadır.

İlişkisel tarama modelleri, iki veya daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişim varlığını ve/veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelleridir [76]. Bu araştırma kapsamında benlik saygısı ile gelecek beklentisi arasındaki ilişkinin belirlenmesi amaçlandığından dolayı aynı zamanda ilişkisel tarama modeline de dayanmaktadır.

Böylelikle araştırma rafting sporcularının benlik saygısı ile gelecek beklentilerinin ortaya konması ve farklı değişkenler ile arasındaki ilişkinin irdelenmesini amaçlamıştır. Bu doğrultuda araştırma, betimsel ve ilişkisel tarama modeline göre modellenmesi gerekliliği ortaya çıkmıştır

#### 3.2. Araştırmanın Evren ve Örnekleme

Araştırmaya Ocak 2022 yılı itibari ile Türkiye Rafting Federasyonu bünyesinde aktif lisansa sahip 358 rafting sporcusundan 202 sporcu katılım sağlamıştır. Katılım sağlayan 202 rafting sporcusundan 8 sporcunun verisi eksik olduğundan araştırma 194 sporcu üzerinden gerçekleştirilmiştir. Örneklem yöntemi ise % 95 güven aralığı ve % 5 hata payı ile araştırmaya dahil edilmesi gereken sporcu sayısı 186 olduğu belirlenmiştir [77]. Bu çerçevede hesaplanan örneklem sayısı, evreni temsil etme oranını karşılamaktadır. Araştırmada örneklem seçimi için basit rastgele örneklem seçim yöntemi kullanılmıştır.

### 3.3. Verilerin Toplanması

Araştırmada kullanılan anket formu 3 bölümden oluşmaktadır. İlk bölüm araştırmacı tarafından hazırlanan Kişisel Bilgi Formunda rafting sporcularının demografik niteliklerine ilişkin bilgiler toplanmıştır. İkinci bölüm Benlik Saygısı Ölçeğidir. Anket formunun üçüncü bölümünde ise Gelecek Beklentisi Anketi kullanılmıştır.

#### 3.3.1. Kişisel bilgi formu

Sporculara yönelik kişisel bilgilerin edinilmesi amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanarak gönüllü rafting sporcularına uygulanmıştır. Ankette rafting sporcuların yaş, cinsiyet, medeni durumu, eğitim durumu vb. özellikler sorulmuştur.

#### 3.3.2. Rosenberg benlik saygısı ölçeği (RBSÖ)

Morris Rosenberg tarafından 1965 yılında Benlik Saygısı Ölçeği (Rosenberg Self-Esteem Scale) geliştirmiştir. Geliştirilen benlik saygısı ölçeğinde 63 maddeden oluşan 12 alt kategoriden oluşmaktadır. Her bir alt kategorideki ölçekler kendi alt grubunun özelliklerini yansıtır ve değerlendirmeleri farklıdır. 1985 yılında Çuhadaroğlu tarafından Türkçeye uyarlanmış olup Benlik Saygısı Ölçeğinin 10 maddeden oluşan benlik saygısı alt kategorisinden yararlanılmıştır. Uyarlanan benlik saygısı ölçeği dördümlü likert tipinde (Çok yanlış=1, Çok doğru= 4) ve 3, 5, 8, 9 ve 10. Maddeler ölçekte ters kodlanarak kullanılmaktadır. Benlik saygısı ölçeğinde elde edilen puanın yüksek olması yüksek benlik saygısına, düşük puanın olması düşük benlik saygısına sahip olduğunu ifade etmektedir. Puanların gruplandırması ise 30-40 puan arası yüksek, 20-30 puan arası orta ve 10-20 puan arası düşük benlik saygısının olduğu anlamına gelmektedir. Geliştiren benlik saygısı orijinal ölçeğinde iç tutarlılık katsayısını gösteren güvenilirliği (Cronbach's Alpha  $\alpha = 0,84$ ) bulunmuştur [78].

#### 3.3.3. Gelecek beklentisi ölçeği

Araştırmada McWhirter (2008) tarafından geliştirilen FESA (Future Expectations Scale for Adolescents) ölçeğinin Türkçeye 2011 yılında Tuncer tarafından uyarlanmıştır. Gelecek Beklentisi ölçeği yükseköğretim öğrencileri ile yapılan gelecek beklentilerini belirleme çalışması neticesinde 14 madde ve tek boyuttan oluşmaktadır. Uyarlanan gelecek beklentisi ölçeği beşli likert tipinde (Hiç Katılmıyorum=1, Tamamen Katılıyorum=5)

kullanılmaktadır. Yapılan çalışma neticesinde ölçeğin iç tutarlılık katsayısını gösteren güvenilirliği (Cronbach's Alpha  $\alpha = 0,84$ ) bulunmuştur. Gelecek beklentisi ölçeği genel olarak bireylerin gelecekte yaşam şartlarına yönelik beklentilerine yönelik ifadeler bulunmaktadır. Ölçekteki bulunan ifadelerin çoğu mesleki tutumlarına yöneliktir. Gelecek beklentisi ölçeği beşli likert biçiminde geliştirilmiş olup hiç katılmıyorum, katılmıyorum, kararsızım, katılıyorum ve tamamen katılıyorum şeklinde seçenekler bulunmaktadır. Ölçekte olumsuz seçenekleri seçen katılımcıların gelecek beklentisinin düşük olduğu, olumlu seçenekleri seçen katılımcıların ise gelecek beklentisinin yüksek olduğu çıkarımında bulunmaktadır [11].

### **3.4. Verilerin Toplanması ve Analizi**

Araştırmaya katılan gönüllü rafting sporcuları, anket sorularını online anket yönetimi ile cevaplamışlardır. Araştırmaya, rafting sporunu yapan 14 yaş ve üzerinde olan 202 rafting sporcusu katılmış olup 194 sporcu ile bilimsel çalışma gerçekleştirilmiştir. Sporculara elde edilecek bireysel bilgilerin gizli tutulacağı belirtilmiş; veri toplama araçlarına içten ve doğru bir şekilde yanıt verilmesinin araştırma sonuçları için önemli olduğu vurgulanmıştır. Araştırma verilerinin değerlendirilmesinde SPSS 22 paket programı kullanılmış olup kullanılan anketlerden benlik saygısı ölçeğinin güvenilirliği (Cronbach's Alpha  $\alpha = 0,827$ ) ve gelecek beklentisinin güvenilirliği (Cronbach's Alpha  $\alpha = 0,925$ ) olarak hesaplanmıştır.

Gelecek Beklentisi ve Benlik Saygısı verilerinin normal dağılıma uygunluğunun test edilmesi amacıyla çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerleri analiz edilmiştir. Araştırma verilerinin normal dağılım gösterip göstermediğinin analizi için yapılan normallik testinde değerlerin -1.96 ve +1.96 normallik sınır değerleri içinde yer alması gerekmektedir. [79,80].

Çizelge 3.1. Ölçeklerin çarpıklık (Skewness) ve basıklık (Kurtosis) değerleri

	<b>Benlik Saygısı</b>	<b>Gelecek Beklentisi</b>
<b>N</b>	194	194
<b>Skewness</b>	-,290	-,945
<b>Kurtosis</b>	-,984	1,085

Çizelge 3.1’de ölçeklerin çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerleri hesaplanmıştır. Benlik saygısı ile gelecek beklentisi ölçeklerinin çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) katsayıları belirtilen aralıkta olup normal dağıldığı varsayılmaktadır. Bu doğrultuda çalışmada betimleyici istatistikler ile birlikte Pearson korelasyon analizi, tek yönlü varyans analizi (Anova), Post-Hoc (Tukey HSD) ve t testi istatistiksel yöntemler uygulanmıştır.

## 4. BULGULAR

Bu bölümde araştırmada elde edilen verilerin istatistiksel çözümlmelerine yer verilmiştir. Bulgular araştırmanın amaçlarına göre çizelgeler halinde sunulmuştur.

### 4.1. Demografik Bilgiler

Rafting sporcularına ilişkin araştırma kapsamında elde edilen veriler aşağıda belirtilmiştir.

Çizelge 4.1. Rafting sporcularının demografik durumlarına ilişkin betimsel analizler

Grup	Frekans (n)	Yüzde (%)	
<b>Cinsiyet Durumu</b>	Kadın	65	33,5
	Erkek	129	66,5
<b>Medeni Durumu</b>	Evli	34	17,5
	Bekar	160	82,5
<b>Yaş Durumu</b>	14-19 yaş	90	46,4
	20-24 Yaş	50	25,8
	25-29 Yaş	22	11,3
	30 Yaş ve üzeri	32	16,5

Araştırmaya katılan rafting sporcularının cinsiyet durumu değişkenine göre dağılımları incelendiğinde, katılımcı rafting sporcularının 65'i(%33,5) kadın olduğu ve 129'unun(%66,5) erkek olduğu görölmektedir. Sporcuların 34'ünün(%17,5) evli olduğu ve 160'ının(%82,5) ise bekar olduğu belirlenmiştir.

Rafting sporcularının araştırmada yaş dağılımları incelendiğinde ise, katılımcıların büyük çoğunluğunun 14-19 yaş aralığında (%46,4) olduğu görölmektedir. Bunu sırasıyla 20-24 yaş (%25,8), 30 yaş ve üzeri (%16,5) ve 25-29 yaş (%11,3) aralığında olduğu gözlemlenmiştir.

Çizelge 4.2. Rafting sporcularının eğitim, gelir ve mesleki durumlarına ilişkin betimsel analizler

	<b>Grup</b>	<b>Frekans (n)</b>	<b>Yüzde (%)</b>
<b>Eğitim Durumu</b>	Ortaokul Mezunu	35	18,0
	Lise	91	46,9
	Üniversite	48	24,7
	Lisansüstü	20	10,3
<b>Gelir Durumu</b>	Çok Kötü	12	6,2
	Kötü	32	16,5
	Orta	88	45,4
	İyi	47	24,2
	Çok İyi	15	7,7
<b>Mesleki Durumu</b>	Özel Sektör	18	9,3
	Kamu	33	17,0
	Serbest Meslek	9	4,6
	Öğrenci	134	69,1

Araştırmaya katılan rafting sporcularının eğitim durumu değişkenine göre dağılımları incelendiğinde, katılımcı rafting sporcularının 91'i(%46,9) lise mezunu olduğu, 48'inin(%24,7) üniversite mezunu olduğu, 35'i (%18) orta okul mezunu olduğu ve 20'sinin (%10,3) lisans üstü eğitimde olduğu görülmektedir.

Katılımcı rafting sporcularının gelir durumu değişkenine göre dağılımları incelendiğinde, katılımcı rafting sporcularının 88'inin(%45,4) orta gelirdedir olduğu, 47'sinin(%24,2) iyi gelir düzeyine sahip olduğu, 32'si (%16,5) kötü gelir düzeyine sahip olduğu, 15'inin (%7,7) çok iyi gelir düzeyine sahip olduğu ve 12'sinin (%6,2) çok kötü gelir düzeyine sahip olduğu gözlenmektedir.

Rafting sporcularının mesleki durumu değişkenine göre incelendiğinde, katılımcı rafting sporcularının büyük çoğunluğunun 134'ünün(%69,1) öğrenci olduğu, 33'ünün(%17) kamu personeli olduğu, 18'inin (%9,3) özel sektörde çalıştığı ve 9'unun (%4,6) serbest meslekte olduğu görülmektedir.

Çizelge 4.3. Rafting sporcularının spor yapma ve milli sporcu olma durumlarına ilişkin betimsel analizler

<b>Grup</b>		<b>Frekans (n)</b>	<b>Yüzde (%)</b>
<b>Rafting Yapma Süresi</b>	0-2 Yıl	76	39,2
	3-4 Yıl	71	36,6
	5-10 Yıl	37	19,1
	11 Yıl ve Üzeri	10	5,2
<b>Lisanslı Rafting Yapma</b>	0-2 Yıl	88	45,4
	3-4 Yıl	59	30,4
	5-10 Yıl	31	16,0
	11 Yıl ve Üzeri	16	8,2
<b>Milli Sporcu Olma Durumu</b>	Evet	38	19,6
	Hayır	156	80,4

Rafting sporcularının spor yapma ve mili sporcu olma durumlarına yönelik betimsel analiz sonuçları incelendiğinde;

Rafting sporu ile ilgilenen bireylerin zamana aralığına bakıldığında sporcuların %39'sinin 0-2 yıl aralığında yeni raftinge başladığı görülmektedir. Bunu sırasıyla %36,6'sının 3-4 yıl, %19,1'inin 5-10 yıl ve %5,2'sinin 11 yıl ve üstünde rafting sporunu yaptığını belirtmiştir.

Araştırmaya katılan lisanslı rafting sporcularının %45,4'ünün 0-2 yıldır rafting sporunu yaptığı bulunmuştur. Lisanslı rafting sporcularının %30,4'ünün 3-4 yıl, %16'sının 5-10 yıl ve %8,2'sinin 11 yıl ve üstünde lisanlı olarak rafting sporunu yapmaktadır.

Yapılan çalışmaya katılan rafting sporcularının mili sporcu olma durumları irdelendiğinde ise, %80,4'ünün milli sporcu olmadığı ancak %19,6'sının rafting branşının milli sporcusu olduğu saptanmıştır.

## 4.2. Benlik Saygısına İlişkin Bulgular

Araştırma kapsamında rafting sporcularının benlik saygısına ilişkin bulgular yer almaktadır.

Çizelge 4.4. Benlik saygısının cinsiyet değişkenine göre farklılaşma durumu

Grup	N	Ort	Ss	t	p
<b>Kadın</b>	65	3,497	,04538	3,506	,001*
<b>Erkek</b>	129	3,259	,04426		

\*p<0,05: İstatistiksel olarak anlamlı

Araştırmaya katılan rafting sporcularının benlik saygısı puanları ortalamalarının cinsiyet durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan t-testi sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur (t=3,506; p=0.001<0,05). Erkeklerin benlik saygısı puan ortalamaları ( $\bar{x}$ =3,259), Kadın benlik saygısı puan ortalamalarından ( $\bar{x}$ =3,497) düşük bulunmuştur.

Çizelge 4.5. Benlik saygısının medeni durum değişkenine göre farklılaşma durumu

Grup	N	Ort	Ss	t	p
<b>Evli</b>	34	3,350	,04528	,158	,875
<b>Bekar</b>	160	3,336	,04619		

Araştırmaya katılan rafting sporcularının benlik saygısı puanları ortalamalarının medeni durum değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan t-testi sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır (p>0,05).

Çizelge 4.6. Benlik saygısının yaş değişkenine göre farklılaşma durumu

<b>Grubu</b>	<b>N</b>	<b>Ort</b>	<b>Ss</b>	<b>F</b>	<b>p</b>
<b>14-19 Yaş</b>	90	3,374	,04861		
<b>20-24 Yaş</b>	50	3,244	,04248		
<b>25-29 Yaş</b>	22	3,300	,04375	1,222	,303
<b>30 Yaş ve üzeri</b>	32	3,413	,04412		

Araştırmaya katılan rafting sporcularının benlik saygısı puan ortalamalarının yaş değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

Çizelge 4.7. Benlik saygısının eğitim durumu değişkenine göre farklılaşma durumu

<b>Grubu</b>	<b>N</b>	<b>Ort</b>	<b>Ss</b>	<b>F</b>	<b>p</b>
<b>Ortaokul Mezunu</b>	35	3,234	,04531		
<b>Lise</b>	91	3,385	,04607	,955	,415
<b>Üniversite</b>	48	3,344	,04663		
<b>Lisansüstü</b>	20	3,300	,04472		

Araştırmaya katılan rafting sporcularının benlik saygısı puan ortalamalarının eğitim durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

Çizelge 4.8. Benlik saygısının gelir durumu değişkenine göre farklılaşma durumu

<b>Grubu</b>	<b>N</b>	<b>Ort</b>	<b>Ss</b>	<b>F</b>	<b>p</b>
<b>Çok Kötü</b>	12	3,450	,02908		
<b>Kötü</b>	32	3,091	,04848	15,684	,000*
<b>Orta</b>	88	3,211	,04393		
<b>İyi</b>	47	3,538	,03474		
<b>Çok İyi</b>	15	3,900	,00000		

\* $p < 0,05$ : İstatistiksel olarak anlamlı

Araştırmaya katılan rafting sporcularının benlik saygısı puan ortalamalarının gelir durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark ( $p < 0,05$ ) istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur. Anlamlı farklılıkların olduğu benlik saygısı düzeylerini belirlemek amacıyla Post-Hoc (Tukey HSD) testi yapılmıştır. Bu test sonucunda, benlik saygısı düzeyi için, gelir durumu çok iyi grubu ile gelir durumu çok kötü ( $p = 0,004$ ), gelir durumu kötü ( $p = 0,000$ ), gelir durumu orta ( $p = 0,000$ ) ve gelir durumu iyi ( $p = 0,003$ ) gurupları arasında anlamlı farklılıklar ortaya çıkmaktadır.

Çizelge 4.9. Benlik saygısının meslek durumu değişkenine göre farklılaşma durumu

<b>Grubu</b>	<b>N</b>	<b>Ort</b>	<b>Ss</b>	<b>F</b>	<b>p</b>
<b>Özel Sektör</b>	18	3,306	,05319		
<b>Kamu</b>	33	3,203	,04096	1,281	,282
<b>Serbest Meslek</b>	9	3,378	,05652		
<b>Öğrenci</b>	134	3,374	,04519		

Araştırmaya katılan rafting sporcularının benlik saygısı puan ortalamalarının meslek durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

Çizelge 4.10. Benlik saygısının rafting yapma süresine göre farklılaşma durumu

<b>Grubu</b>	<b>N</b>	<b>Ort</b>	<b>Ss</b>	<b>F</b>	<b>p</b>
<b>0-2 Yıl</b>	76	3,196	,04500		
<b>3-4 Yıl</b>	71	3,415	,04556		
<b>5-10 Yıl</b>	37	3,446	,04324	4,305	,006*
<b>11 Yıl ve Üzeri</b>	10	3,480	,04290		

\* $p<0,05$ : İstatistiksel olarak anlamlı

Araştırmaya katılan rafting sporcularının benlik saygısı puan ortalamalarının rafting yapma süresine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark ( $p<,05$ ) istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur. Anlamlı farklılıkların olduğu benlik saygısı düzeylerini belirlemek amacıyla Post-Hoc (Tukey HSD) testi yapılmıştır. Bu test sonucunda, benlik saygısı düzeyi için, rafting yapma süresinde 5-10 yıl rafting yapma süresi ile 0-2 yıl rafting yapma ( $p=,006$ ) ve 3-4 yıl rafting yapma süresi ile 0-2 yıl arasında ( $p=,003$ ) anlamlı farklılıklar ortaya çıkmaktadır.

Çizelge 4.11. Benlik saygısının lisanslı rafting yapma süresine göre farklılaşma durumu

<b>Grubu</b>	<b>N</b>	<b>Ort</b>	<b>Ss</b>	<b>F</b>	<b>p</b>
<b>0-2 Yıl</b>	88	3,325	,04398		
<b>3-4 Yıl</b>	59	3,383	,04492		
<b>5-10 Yıl</b>	31	3,171	,05491	3,098	,028*
<b>11 Yıl ve Üzeri</b>	16	3,575	,02864		

\*p<0,05: İstatistiksel olarak anlamlı

Araştırmaya katılan rafting sporcularının benlik saygısı puan ortalamalarının lisanslı rafting yapma süresine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark ( $p<,05$ ) istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur. Anlamlı farklılıkların olduğu benlik saygısı düzeylerini belirlemek amacıyla Post-Hoc (Tukey HSD) testi yapılmıştır. Bu test sonucunda, benlik saygısı düzeyi için, lisanslı rafting yapma süresinde 11 yıl ve üzeri grubu ile 5-10 yıl lisanslı rafting yapma ( $p=,004$ ) ve 0-2 yıl lisanslı rafting yapma ( $p=,043$ ) grupları arasında anlamlı farklılıklar ortaya çıkmaktadır.

Çizelge 4.12. Benlik saygısının milli sporcu olmaya göre farklılaşma durumu

<b>Grup</b>	<b>N</b>	<b>Ort</b>	<b>Ss</b>	<b>t</b>	<b>p</b>
<b>Evet</b>	38	3,713	,03346		
<b>Hayır</b>	156	3,247	,04394	7,199	,000*

\*p<0,05: İstatistiksel olarak anlamlı

Araştırmaya katılan rafting sporcularının benlik saygısının puanları ortalamalarının milli sporcu olma durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan t-testi sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel

açından anlamlı bulunmuştur ( $t=7,199$ ;  $p=0.000<0,05$ ). Mili sporcu olan bireylerin ortalama benlik saygısı puan ortalamaları ( $\bar{x}=3,713$ ), mili sporcu olmayanların ortalama puanlarından ( $\bar{x}=3,247$ ) yüksek bulunmuştur. Dolayısıyla, mili sporcu olan bireylerin benlik saygısının mili sporcu olmayan bireylere göre daha yüksek olduğu düşünülmektedir.

### 4.3. Gelecek Beklentisine İlişkin Bulgular

Çizelge 4.13. Gelecek beklentisinin cinsiyet değişkenine göre farklılaşma durumu

Grup	N	Ort	Ss	t	p
<b>Kadın</b>	65	2,998	,04606	3,241	,001*
<b>Erkek</b>	129	2,753	,05639		

\* $p<0,05$ : İstatistiksel olarak anlamlı

Araştırmaya katılan rafting sporcularının gelecek beklentisi puan ortalamalarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan t-testi sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ( $t=3,241$ ;  $p=0.001<0,05$ ). Kadınların gelecek beklentisi ortalama puanları ( $\bar{x}=2,998$ ) erkelerin ortalama puanlarından ( $\bar{x}=2,753$ ) yüksek bulunmuştur.

Çizelge 4.14. Gelecek beklentisinin medeni durum değişkenine göre farklılaşma durumu

Grup	N	Ort	Ss	t	p
<b>Evli</b>	34	2,505	,06997	-4,067	,000*
<b>Bekar</b>	160	2,906	,04772		

\* $p<0,05$ : İstatistiksel olarak anlamlı

Araştırmaya katılan rafting sporcularının gelecek beklentisi puan ortalamalarının medeni durum değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan t-testi sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ( $t=-4,067$   $p=0.000<0,05$ ). Bekar olan rafting sporcularının gelecek beklentisi ortalama puanları ( $\bar{x}=2,906$ ) evli olan rafting sporcuların ortalama puanlarından ( $\bar{x}=2,505$ ) yüksek bulunmuştur.

Çizelge 4.15. Gelecek beklentisinin yaş değişkenine göre farklılaşma durumu

<b>Grubu</b>	<b>N</b>	<b>Ort</b>	<b>Ss</b>	<b>F</b>	<b>p</b>
<b>14-19 yaş</b>	90	3,003	,03830		
<b>20-24 Yaş</b>	50	2,904	,05189		
<b>25-29 Yaş</b>	22	2,604	,05913	12,918	,000*
<b>30 ve üzeri</b>	32	2,414	,06635		

\* $p<0,05$ : İstatistiksel olarak anlamlı

Araştırmaya katılan rafting sporcularının gelecek beklentisi puan ortalamalarının yaş değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark ( $p<,05$ ) istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur. Anlamlı farklılıkların olduğu gelecek beklentisi düzeylerini belirlemek amacıyla Post-Hoc (Tukey HSD) testi yapılmıştır. Bu test sonucunda gelecek beklentisi düzeyi için, 14-19 yaş aralığındaki rafting sporcuları ile 25-29 yaş ( $p=,001$ ) ve 30 yaş ve üzeri ( $p=,000$ ) grupları arasında anlamlı farklılıklar ortaya çıkmaktadır.

Çizelge 4.16. Gelecek beklentisinin eğitim durumu değişkenine göre farklılaşma durumu

<b>Grubu</b>	<b>N</b>	<b>Ort</b>	<b>Ss</b>	<b>F</b>	<b>p</b>
<b>Ortaokul Mezun</b>	35	2,876	,03253		
<b>Lise</b>	91	3,000	,04717	8,189	,000*
<b>Üniversite</b>	48	2,584	,05828		
<b>Lisansüstü</b>	20	2,617	,07531		

\*p<0,05: İstatistiksel olarak anlamlı

Araştırmaya katılan rafting sporcularının gelecek beklentisi puan ortalamalarının eğitim durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark ( $p<,05$ ) istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur. Anlamlı farklılıkların olduğu gelecek beklentisi düzeylerini belirlemek amacıyla Post-Hoc (Tukey HSD) testi yapılmıştır. Bu test sonucunda gelecek beklentisi düzeyi için, lise eğitimini tamamlayan rafting sporcuları ile üniversite ( $p=,000$ ) ve lisansüstü ( $p=,003$ ) eğitim grupları arasında anlamlı farklılıklar ortaya çıkmaktadır.

Çizelge 4.17. Gelecek beklentisinin gelir durumu değişkenine göre farklılaşma durumu

<b>Grubu</b>	<b>N</b>	<b>Ort</b>	<b>Ss</b>	<b>F</b>	<b>p</b>
<b>Çok Kötü</b>	12	3,299	,02010		
<b>Kötü</b>	32	2,891	,06083	10,304	,000*
<b>Orta</b>	88	2,644	,05537		
<b>İyi</b>	47	2,867	,04196		
<b>Çok İyi</b>	15	3,367	,00000		

\*p<0,05: İstatistiksel olarak anlamlı

Araştırmaya katılan rafting sporcularının gelecek beklentisi puan ortalamalarının gelir durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark ( $p<,05$ ) istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur. Anlamlı farklılıkların olduğu gelecek beklentisi düzeylerini belirlemek amacıyla Post-Hoc (Tukey HSD) testi yapılmıştır. Bu test sonucunda gelecek beklentisi düzeyi için, gelir durumu çok iyi olan rafting sporcuları ile gelir durumu kötü ( $p=,002$ ), orta ( $p=,000$ ) ve iyi ( $p=,001$ ) olan gruplar arasında anlamlı farklılıklar ortaya çıkmaktadır.

Çizelge 4.18. Gelecek beklentisinin meslek durumu değişkenine göre farklılaşma durumu

<b>Grubu</b>	<b>N</b>	<b>Ort</b>	<b>Ss</b>	<b>F</b>	<b>p</b>
<b>Özel Sektör</b>	18	2,435	,05908		
<b>Kamu</b>	33	2,398	,06328	18,525	,000*
<b>Serbest Meslek</b>	9	2,783	,04841		
<b>Öğrenci</b>	134	3,000	,04193		

\* $p<,05$ : İstatistiksel olarak anlamlı

Araştırmaya katılan rafting sporcularının gelecek beklentisi puan ortalamalarının meslek durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark ( $p<,05$ ) istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur. Anlamlı farklılıkların olduğu gelecek beklentisi düzeylerini belirlemek amacıyla Post-Hoc (Tukey HSD) testi yapılmıştır. Bu test sonucunda gelecek beklentisi düzeyi için, öğrenci olan rafting sporcuları ile özel sektör ( $p=,000$ ) ve kamu ( $p=,000$ ) meslek grupları arasında anlamlı farklılıklar ortaya çıkmaktadır. Ancak öğrenci olan sporcuların çalışma durumlarının kesin olmadığı göz önüne alınarak araştırma çalışan veya çalışmayan ayırımına gidilememiştir.

Çizelge 4.19. Gelecek beklentisinin rafting yapma süresine göre farklılaşma durumu

<b>Grubu</b>	<b>N</b>	<b>Ort</b>	<b>Ss</b>	<b>F</b>	<b>p</b>
<b>0-2 Yıl</b>	76	2,809	,05873		
<b>3-4 Yıl</b>	71	2,971	,04765		
<b>5-10 Yıl</b>	37	2,752	,04894	4,430	,005*
<b>11 Yıl ve Üzeri</b>	10	2,378	,05554		

\*p<0,05: İstatistiksel olarak anlamlı

Araştırmaya katılan rafting sporcularının gelecek beklentisi puan ortalamalarının rafting sporu yapma süresine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark ( $p<,05$ ) istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur. Anlamlı farklılıkların olduğu gelecek beklentisi düzeylerini belirlemek amacıyla Post-Hoc (Tukey HSD) testi yapılmıştır. Bu test sonucunda gelecek beklentisi düzeyi için, 3-4 yıldır rafting sporcu yapan sporcular ile 11 yıl ve üzeri rafting sporunu yapan ( $p=,001$ ) ve 5-10 yıl rafting sporunu yapan ( $p=042$ ) gruplar arasında anlamlı farklılıklar ortaya çıkmaktadır.

Çizelge 4.20. Gelecek beklentisinin lisanlı rafting yapma süresine göre farklılaşma durumu

<b>Grubu</b>	<b>N</b>	<b>Ort</b>	<b>Ss</b>	<b>F</b>	<b>p</b>
<b>0-2 Yıl</b>	88	2,797	,05980		
<b>3-4 Yıl</b>	59	3,038	,04107		
<b>5-10 Yıl</b>	31	2,600	,04998	5,270	,002*
<b>11 Yıl ve Üzeri</b>	16	2,752	,05241		

\*p<0,05: İstatistiksel olarak anlamlı

Araştırmaya katılan rafting sporcularının gelecek beklentisi puan ortalamalarının lisanslı rafting sporu yapma süresine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark ( $p<,05$ ) istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur. Anlamlı farklılıkların olduğu gelecek beklentisi düzeylerini belirlemek amacıyla Post-Hoc (Tukey HSD) testi yapılmıştır. Bu test sonucunda gelecek beklentisi düzeyi için, 3-4 yıldır lisanslı rafting sporun yapan sporcular ile rafting sporunu lisanslı 0-2 yıl yapan ( $p=,007$ ) ve 5-10 yıl yapan ( $p=,000$ ) gruplar arasında anlamlı farklılıklar ortaya çıkmaktadır.

Çizelge 4.21. Gelecek beklentisinin milli sporcu olma durumuna göre farklılaşma durumu

Grup	N	Ort	Ss	t	p
<b>Evet</b>	38	3,151	,02816	6,118	,000*
<b>Hayır</b>	156	2,758	,05636		

\* $p<0,05$ : İstatistiksel olarak anlamlı

Araştırmaya katılan rafting sporcularının gelecek beklentisi puan ortalamalarının milli sporcu olma durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan t-testi sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ( $t=6,118$ ;  $p=0.000<0,05$ ). Mili sporcu olan bireylerin ortalama gelecek beklentisi puan ortalamaları ( $\bar{x}=3,151$ ), mili sporcu olmayanların ortalama puanlarından ( $\bar{x}=2,758$ ) yüksek bulunmuştur. Dolayısıyla, mili sporcu olan bireylerin geleceğe yönelik olumlu beklenti içinde olma durumunun milli sporcu olmayan bireylere göre daha yüksek olduğu varsayılmaktadır.

#### 4. 4. Pearson Korelasyon Analizi

Bu bölümde sporcuların Benlik Saygısı Ölçeği ile Gelecek Beklentisi Ölçeğinin toplam puanları iki farklı değişken olarak değerlendirilmiştir. Bu değişkenler arasındaki ilişkiyi değerlendirebilmek için Pearson Çarpım Moment Korelasyon Katsayı analizi kullanılmıştır.

Çizelge 4.22. Benlik saygısı ile gelecek beklentisi arasındaki ilişki analizi

		<b>Benlik Saygısı</b>	<b>Gelecek Beklentisi</b>
	<b>r</b>	1	,446**
<b>Benlik Saygısı</b>	<b>p</b>		,000
	<b>N</b>	194	194
	<b>r</b>	,446**	1
<b>Gelecek Beklentisi</b>	<b>p</b>	,000	
	<b>N</b>	194	194

\*p<,05: İstatistiksel olarak anlamlı , \*\*p<,01: İstatistiksel olarak anlamlı

Rafting sporcularının benlik saygısı ölçeği ile gelecek beklentisi ölçeğinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur. İki değişken arasında pozitif yönlü ilişki olduğu görülmektedir (r=0,446; p=0,000<0.05). Bu bağlamda rafting sporcularının benlik saygısı düzeyi arttıkça gelecek beklentisi düzeyinin de artmakta olduğu söylenebilir.

#### 4.5. Basit Doğrusal Regresyon Analizi

Çalışma kullanılan Benlik Saygısı Ölçeği ile Gelecek Beklentisi Ölçeğinin birbirine etkisini ortaya konması için basit regresyon analizi yapılmıştır.

Çizelge 4.23. Gelecek beklentisinin benlik saygısı düzeyi tarafından yordanmasına ilişkin basit doğrusal regresyon analizi sonuçları

<b>Yordayıcı Değişken (Benlik Saygısı)</b>					
<b>Değişken</b>	<b>B</b>	<b>Standart Hata</b>	<b>Beta</b>	<b>t</b>	<b>p</b>
Sabit	,227	,016		14,388	.000*
<b>Yordanan Değişken(Gelecek Beklentisi)</b>	,377	,055	,446	6,897	.000*
<b>R<sup>2</sup> (R Square) = .199</b>		<b>R= .446</b>			
<b>R<sup>2</sup> (Adjusted R<sup>2</sup>) = .194</b>		<b>F= (1-192)= 47,569</b>			

\*p<0,05: İstatistiksel olarak anlamlı

Çizelge 4.23'te katılımcı rafting sporcularının benlik saygısının gelecek beklentisi düzeyini istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yordadığı saptanmıştır ( $R=0.446$ ;  $R^2=0.199$ ;  $F=47.569$ ;  $p<0.05$ ). Katılımcı rafting sporcularının benlik saygısı düzeyleri gelecek beklentisinin yaklaşık %20'sini açıklamaktadır.

## 5. TARTIŞMA

Rafting sporuna olan ilginin artmasıyla ülkemizde hem spor branşının gelişimini hem de turizm olanaklarını artırdığı ve ülkemizde yeni olmasının yanında hızlıca ülke çapında yaptığı faaliyetler ile gelişme sağladığı gözlemlenmektedir. Böylelikle rafting sporunun yaygınlaşmasıyla ülkemizde birçok genç, kariyerini rafting sporcusu olarak devam edebileceği varsayılmaktadır. Böylelikle rafting sporunu yapan sporcuların bilimsel araştırmalarla ortaya konması önemli görülmektedir.

Bu doğrultuda benlik saygısı, olumlu ya da olumsuz etkilerinden dolayı her geçen gün artan oranda bilimsel çalışmaların üzerinde önemle durulması gereken çalışma alanı olarak görülmektedir. Benlik saygısının geleceğe yönelik etkilerini en çok hisseden kesimin 14 yaş ve üzeri bireyleri kapsayan genç bireyler olduğu varsayımından hareketle gençlerin benlik saygısı, gelecek beklentisi ve tutumuna yönelik çalışmaların artırılarak sürdürülmesi kaçınılmaz bir gereklilik olduğu düşünülmektedir.

Nitekim bu bakış açına uygun olarak çalışma gerçekleştirilmiş; rafting sporcularının benlik saygısının, çocukluk dönemi ile gelişen geleceğe yönelik beklentilerinin ortaya konulması hedeflenmiş ve araştırmada Türkiye Rafting Federasyonundaki rafting sporcularının benlik saygısı ile gelecek beklentisi arasındaki ilişki irdelenmiştir.

Gençlik ve Spor Bakanlığı Eğitim, Araştırma ve Koordinasyon Genel Müdürlüğünden 2 Haziran 2021 tarih ve 501581 sayılı izin yazısı ile birlikte Türkiye Rafting Federasyonunda Ocak 2022 yılı itibari ile 358 aktif lisanslı rafting sporcusundan 202 rafting sporcusu katılmıştır. Katılım sağlayan 202 rafting sporcusundan 194 sporcunun değerlendirilmesi yapılmıştır.

Araştırma sonuçları irdelendiğinde;

### 5.1. Rafting Sporcularının Benlik Saygısına İlişkin Tartışma

Rafting sporcularının cinsiyet değişkenine göre ortalama benlik saygısı puanlarının anlamlı bir farklılık olduğu ve kadın rafting sporcuların benlik saygısı erkelere göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. Ergenlerde benlik saygısı ve öznel dindarlık algısı üzerinde yapılan araştırmada kadınların benlik saygısının erkeklerinde benlik saygısından yüksek olduğu [81] belirlenmiş olup yapılan çalışma ile örtüşmektedir. Ancak beden eğitimi ve spor

öğretmenlerinin mesleki benlik saygısı ile ilgili yapılan çalışmada kadın öğretmenlerin benlik saygısının erkek öğretmenlerinden düşük benlik saygısı puanına sahip olduğu belirtilmiştir [82]. Bu veriler ışığında cinsiyet faktörünün sporcuların benlik saygısı üzerinde belirleyici olmadığı ve farklı nedenlerden dolayı değişkenlik gösterebildiği söylenebilir.

Benlik saygısının rafting sporcularında yaş değişkenine göre incelendiğinde ise herhangi anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Nitekim yapılan çalışmalarda yaş değişkeninin benlik saygısı üzerinde anlamlı sayılabilecek sonuçlara ulaşılmadığı farklı araştırmalarda ortaya konmuştur [83,81,84,75,36]. Fakat benlik saygısının mesleki tükenmiş üzerinde öğretmenler ile gerçekleştirilen çalışmada ise yaş değişkeninin benlik saygısı üzerinde anlamlı farklılık olduğu tespit etmişlerdir [85,86,87]. Böylelikle de yaş faktörünün kesin bir biçimde benlik saygısı üzerinde etkili olabildiği çıkarımında bulunulmayacağı ifade edilebilir.

Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin mesleki benlik saygısı ile ilgili gerçekleştirilen çalışmada da medeni durumun benlik saygısı üzerinde anlamlı bir ilişkiye sahip olmadığı belirtilmiştir [82]. Benzer biçimde medeni durumun benlik saygısı üzerinde herhangi bir etki sahip olup olmadığı ortaya konmuş olup medeni durumun bireylerin hayatında sonradan var olduğu için benlik saygısı üzerinde net bir ilişki olmadığı düşünülmektedir.

Eğitim sürecinin insanın gelişimine önemli katkılar sağladığı bilgisi göz önüne alındığında, eğitimin rafting sporcularının benlik saygısı üzerinde anlamlı bir farklılık oluşturma durumu incelendiğinde ise benlik saygısı ile anlamlı farklılık oluşturmadığı saptanmıştır. Kaya (2021), beden eğitimi öğretmenlerinin benlik saygısı ve mesleki benlik saygısı ile ilgili yaptığı çalışmada eğitim değişkeninin benlik saygısında herhangi bir farklılık saptamadığı belirtmiş olup benzer sonuçlar bulunmuştur.

Rafting sporcularının gelir durumu değişkeninin benlik saygısı ile ilişkisinde anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Bu doğrultuda yüksek gelire sahip rafting sporcularının daha yüksek benlik saygısına sahip olduğu çıkarımında bulunulabilir. Nitekim üniversite öğrencileri ile gerçekleştirilen çalışmada gelir düzeyi yüksek olan öğrencilerin benlik saygısının ortalama puanlarının daha yüksek olduğu belirtmiştir [83-88]. Böylece gerçekleştirilen çalışmanın bulguları ile benzerlik göstermektedir. Bu doğrultuda gelir düzeyi yüksek bireylerin benlik saygılarında olumlu etkiye sahip olduğu gözlenmiştir.

Rafting sporu ile ilgilenen birey ve lisanslı sporcuların sporu yapma süresine göre benlik saygısı puanlarında anlamlı bir farklılık saptanmıştır. Bir başka ifade ile rafting sporu ile uzun zaman ilgilenen birey ve sporcuların benlik saygısının daha az bir zaman geçiren bireylere göre daha yüksek bulunmuştur. Aynı şekilde benlik saygısı ile mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkinin incelendiği araştırmada, bireylerin spor yapma süreleri artıkça benlik saygısının daha yüksek olduğu ortaya konmuştur [89].

Ayrıca spor yapan ve yapmayan işitme engellilerinin benlik saygısı düzeylerinin incelendiği başka bir çalışmada da spor yapan işitme engeli bireylerin benlik saygısının daha yüksek olduğu saptanmıştır [90]. Böylelikle uzun süre spor yapmanın benlik saygısı üzerinde olumlu etkiye sahip olduğu söylenebilir.

Rafting sporcularının milli sporcu olma durumlarının benlik saygısı ile ilişkisinde önemli bir değişken olarak görülmektedir. Çalışmada milli sporcu olan bireylerin benlik saygısı ortalama puanlarının milli sporcu olmayanlara göre daha yüksek bulunmuştur. Ancak takım sporu yapan sporcuları benlik saygısı ile öfke biçimindeki çalışmada sporcuların milli olup olmama durumlarına göre benlik saygılarında anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir [91]. Çalışmada milli sporcu olma durumlarında ortaya konan farklılıklar örneklem alanının farklılığı nedeniyle değişkenlik gösterebileceği düşünülmektedir.

## **5.2. Rafting Sporcularının Gelecek Beklentisine İlişkin Tartışma**

Araştırmaya katılan rafting sporcularının cinsiyet durum değişkenine göre geleceğe yönelik beklentilerinde anlamlı farklılık saptanmıştır. Bu doğrultuda kadın rafting sporcularının erkek rafting sporcularına göre geleceğe yönelik ortalama puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Yüksekokulda öğrenim gören öğrencilerin geleceğe yönelik beklentilerinin araştırıldığı çalışmada, erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre geleceğe yönelik beklentilerinin daha düşük olduğu belirtilmiştir [11]. Ancak lise öğrencilerinin gelecek ile ilgili beklentilerinde ise cinsiyet faktöründe anlamlı bir farklılık bulunmadığı belirtilmiştir [92]. Benzer biçimde de karate branşındaki üniversite elit sporcularının gelecek beklentilerinin belirlenmesine yönelik yapılan çalışmada, cinsiyet faktörünün geleceğe yönelik beklentilerinde anlamlı bir farklılık bulunmamıştır [93].

Bireylerin aylık gelir durumunun geleceğe yönelik ilişkinin derlendiği literatür çalışmalarında farklı sonuçlar karışımıza çıkmaktadır [94,95]. Örneğin lise öğrencilerinin geleceğe yönelik beklentilerinin belirlendiği bir çalışmada gelir düzeyi yüksek öğrencilerin düşük gelire sahip öğrencilere göre geleceğe yönelik daha fazla olumlu tutum içinde olduğu ortaya konmuştur [69]. Nitekim rafting sporcuları ile gerçekleştirilen çalışmada yüksek gelire sahip sporcuların düşük gelire sahip olanların ortalama gelecek beklentisi puanlarının daha yüksek olduğu saptanmıştır. Yapılan çalışmada gelir durumunun yüksek olması sporcularının geleceğe yönelik beklentileri üzerinde pozitif bir etkiye sahip olabildiği söylenebilir.

Eğitim seviyesi yüksek olan bir ailede yetişmiş bireyin sosyal ve sportif açıdan öz güvenlerinin daha yüksek olacağını ve bunu spor ile daha da yükseltilebileceğini belirtilmiştir [96]. Öz güveni yüksek bireylerin geleceğe yönelik beklentilerinin daha olumlu tutum sergileyebileceği düşünülmektedir. Bu doğrultuda rafting sporcularının eğitim durumu değişkeninin ortalama gelecek beklentisi puanlarında anlamlı farklılıklar elde edilmiştir.

Sosyal bir varlık olan insanın bebeklikten ölüme kadar belli süreçleri ya da aşamaları geçirerek hayatını idame edebilmektedir. Rafting sporcularının yaş durumu değişkeninin gelecek beklentisi arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Yani genç sporcuların kendinden yaşça büyük sporculara göre geleceğe yönelik beklentileri daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Benzer biçim spor lisesinde öğrenim gören öğrencilerin geleceğe yönelik beklentilerinin belirlenmesine yönelik gerçekleştirilen çalışmada, düşük yaştaki spor lisesi öğrencilerinin yüksek yaştakilere göre geleceğe yönelik beklentileri daha yüksek olduğu belirtilmiştir [97]. Ancak üniversite öğrencilerinin yaşlarına göre spora yönelik beklentilerinde anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir [98]. Ayrıca Zorba ve Göksel (2016) tarafında gerçekleştirilen çalışmada da yaş faktörünün beklentiler üzerinde anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir.

Herhangi bir sporcunun ilgili olduğu alanda geçirdiği süreye göre gelecek hakkında farklı tutum veya beklentiler içinde olabilmektedir. Bu çerçevede rafting sporunu yapma süresi ile gelecek beklentisi arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Lise öğrencileri ile ilgili gerçekleştirilen çalışmada öğrencilerin okul durum değişkenine göre geleceğe yönelik ilişkinin varlığı irdelenmiştir. Bu kapsamda gerçekleşen çalışmada spor lisesinde öğrenim gören öğrencilerin gelecek beklentisinin ortalama puanın diğer liselere göre daha yüksek

olduğunu ifade edilmiştir [99]. Nitekim spor ile ilgilenen bireylerin geleceğe yönelik beklentileri, benlik saygısı, özgüven vb. özelliklerinin geleceğe yönelik olumlu etki edebilmektedir.

Rafting sporunu lisanslı olarak yapan ile milli sporcu olan bireylerin geleceğe yönelik beklentilerinin lisanlı sporcu ve milli sporcu olmayanlara göre daha yüksek ortalamaya sahip olduğu saptanmıştır. Benzer biçimde karate branşındaki üniversite elit sporcularının gelecek beklentilerinin belirlenmesine yönelik yapılan çalışmada, milli karateci olan sporcuların geleceğe yönelik beklentileri daha yüksek olduğu saptanmıştı [93]. Ayrıca spor bilimleri özel yetenek sınavına hazırlanan bireylerin geleceğe yönelik beklentileri yüksek ve pozitif bir ilişki olduğu belirtilmiştir [100]. Bu doğrultuda sporcu veya milli sporcu olmuş olmanın verdiği özgüven, yüksek benlik saygısı gibi özelliklerinden dolayı milli olan bireylerin geleceğe yönelik beklentilerinin daha yüksek olduğu düşünülmektedir.

### **5.3. Benlik Saygısı ve Gelecek Beklentisine ilişkin Korelasyon ve Basit Regresyon Analizi**

Spor çoğu gelişmiş ülkelerde; kültürel, sosyal, girişimcilik, istihdam ve ekonomik hayatın önemli bir parçası haline gelmiştir [101,5,102]. Günümüz toplumlarında spor insanların hayatlarında gün geçtikçe daha da fazla yer edindiği bilgisinden hareketle spor ile ilgilenen bireylerin farklı değişkenlerin birbiri ile olan ilişkilerinin bilimsel araştırmalar ile incelenmesi önemli görülen bir husustur. Bu değişkenlerden önemli bir tanesi de benlik saygısı olduğu varsayılmaktadır.

Benlik saygısı insanın dünyaya geldiği andan başlayarak benlik kavramı oluşmaya başlamakta ve kendileri hakkında edindikleri olumlu veya olumsuz tutum, değer yargıları, inançlarına sahip olmaktadır [10, 13].

Benlik saygısı yaşamın çeşitli yönlerini etkileyen önemli bir faktördür. Bunlar arasında gelecek beklentisi, iş performansı ve meslek gibi faktörlerdir[103]. Yüksek benlik saygısına sahip bireylerin kendini değerli görme, problemlerle baş etme, stres yönetimi, girişkenlik gibi becerilerde önemli ilişki olabileceği ön görülmektedir.

Yüksek benlik saygısına sahip bireylerin geleceğe yönelik olumlu beklentide olma, kendini gerçekleştirilme ve kariyer seçimi gibi alanlarda etkin ve verimli bir gelişme eğiliminde olmaktadır[104]. Ayrıca spor yapan bireylerin benlik saygısını yükseltmede yararlı

olduğu belirtilmektedir [90]. Böylelikle de spor ile benlik saygısı bireylerin geleceğe yönelik beklentilerini pozitif yönde etkileyebildiği ve yaşamlarını etkileyebilen önemli faktörler olabildiği söylenebilir.

Bu bilgiler ışığında benlik saygısı ile gelecek beklentisi arasında pozitif bir ilişki olduğu ve bunların birbirini etkileyebildiği hipotezi ile araştırma gerçekleştirilmiştir. Bireylerde düşük veya yüksek benlik saygısının geleceğe yönelik beklentiler ile ilişkisi göz önüne alındığında, rafting sporcuları ile gerçekleştirilen çalışmada; benlik saygısının düzeyi artıkça geleceğe yönelik olumlu beklenti düzeyi de artmasıyla aralarında pozitif yönlü bir ilişki tespit edilmiştir. Literatürde yapılan bazı çalışmalarda da görülmektedir ki benlik saygısı ile olumlu gelecek beklentisi arasında pozitif yönde bir ilişki ortaya konmuştur[105,106,107,108,109]. Dolayısıyla ocukluk dönemi ile başlayan benlik saygısının sonraki hayatını etkilemekte önemli bir faktör olduğu çıkarımında bulunulabilir. Bu doğrultuda bireylerin hayatını etkileyen benlik saygısı için çalışmaların gerekliliğini ortaya çıkardığı söylenebilir.

Yüksek benlik saygısına sahip bireylerin kişilik durumlarına göre geleceğe yönelik beklentilerini belirleyebilir. Geleceğe yönelik beklentileri şekillendirmede, planlamada ve amaçları takip etmede benlik saygısının düzeyine göre bireyler günlük yaptıkları aktiviteleri düzenler[110]. Ayrıca yüksek benlik saygısı ile olumlu gelecek beklentisinin devam ettirilmesi birçok toplumda psikolojik iyi oluş için gereklidir[111]. Böylelikle benlik saygısı ile gelecek beklentisi arasındaki ilişkinin önemi dikkate alındığında toplumun psikolojik iyi oluşunda önemli faktörler arasında olabileceği varsayılmaktadır.

Rafting sporcuları ile yürütülen çalışmada benlik saygısının gelecek beklentisini açıklamasına ilişkin basit regresyon analizi sonucunda; rafting sporcularının benlik saygısının geleceğe yönelik beklentilerinin %20'sini açıklamaktadır. Herman 2005'e göre yüksek öz yeterliliğe sahip bireylerin yüksek benlik saygısına sahip olduğu belirtmiştir. Ayrıca z saygı ile öz yeterlilik düzeyleri yüksek olan bireylerin karar verme, motive etme ve beklentilerini etkileyebilmektedir [112]. Bir başka ifade ile yüksek benlik saygısına sahip olan bireyin öz yeterliliğe sahip olduğu ve öz yeterliliğe sahip olanlarında geleceğe yönelik olumlu beklentilerini de pozitif bir biçimde etkileyebildiği söylenebilir.

Özetle, rafting sporcuları ile gerçekleştirilen çalışmada sporcuların geleceğe yönelik beklentisinin önemli bir bölümünü benlik saygısının etki ettiği göz önüne alınarak benlik saygısının geliştirilmesi sporcuların veya bireylerin üzerinde önemli değişimlere etki edebileceği varsayılmaktadır.



## 6. SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırma 14 yaş ve üzerindeki rafting sporcularının benlik saygısı ile gelecek beklentisi arasındaki ilişkisinin incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Gerçekleştirilen araştırmanın bulgu ve analizleri ışığında aşağıdaki sonuçlara ulaşılmıştır.

Araştırma kapsamında rafting sporcularının ortalama benlik saygısı puanlarının düşük, orta ve yüksek düzeylere göre sınıflandırıldığında, rafting sporcularının yüksek benlik saygısına sahip olduğu tespit edilmiştir. Bu çerçevede katılımcı rafting sporcularının benlik saygılarının yüksek olması ile geleceğe yönelik beklentisini de olumlu etkilediği çıkarımında bulunulabilir.

Katılımcı rafting sporcularının benlik saygısı ile yaş, eğitim, meslek ve medeni durumu değişkenleri arasında anlamlı bir fark olmadığı bulgu ve değerlendirmeler ışığında, yaş, eğitim, meslek ve medeni durum değişkenlerinin benlik saygısı üzerinde belirleyici olmadığı ve çalışmaların örneklemine göre değişkenlik gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır.

Cinsiyet değişkeni ile benlik saygısı arasında anlamlı bir farklılık saptanmış olup geçmiş araştırmalarla değerlendirildiğinde ise benlik saygısı üzerinde belirleyici olmadığı görülmüştür. Ayrıca gelir durumunun benlik saygısı ile ilişkisinde anlamlı farklılık tespit edilmiş olup bireylerin ekonomik durumunun benlik saygısı üzerinde olumlu etkilere sahip olduğu ve birbirinden soyutlanmayacağı görülmüştür.

Bireylerin spor branşı süresi ile ilgilenme süresi arttıkça yüksek benlik saygısına sahip olma olasılığı daha yüksek olduğu gözlemlenmiş olup sporun bireylerde yüksek benlik saygısına etki edebildiği ve spor ile ilgilenme süresi arttıkça bireylerde benlik saygısını olumlu etkileyebilmektedir.

Mili sporcu olmak her sporcu için önemli hedeflerinden biri olarak görülmektedir. Mili sporcu olan bireylerin özgüveni yüksek, kendisi hakkında olumlu tutum içinde olma ve çevresi tarafından değerli görme gibi yargılara sahip olabileceği düşünülmektedir. Bu doğrultuda gerçekleştirilen çalışmada da mili sporcu olan bireylerin daha yüksek oranda benlik saygısına sahip olduğu görülmüştür. Böylece yüksek benlik saygısına sahip bireylerin sporcu ve mili sporcu olma olasılığının daha yüksek olabileceği söylenebilir.

Rafting sporcularının geleceğe yönelik beklentilerinin farklı değişkenlere göre incelendiği araştırmada, gelecek beklentisinin cinsiyet, yaş, eğitim, gelir ve medeni durumu değişkenlere göre anlamlı bir farklılık tespit edilmiş olmasına rağmen önceki çalışmalarda farklılıklar bulunmaktadır. Bireylerin geleceğe yönelik beklentiler üzerinde etkiye sahip değişkenlerde ortaya çıkan bu farklılıkların spor branşları ve çalışma gruplarının farklı olması nedeniyle olduğu düşünülmektedir.

Rafting sporunu yapma süresi ile gelecek beklentisi arasında anlamlı bir ilişki olduğu göz önüne alındığında herhangi bir spor dalı ile uzun zaman süresince ilgilenen bireylerin geleceğe yönelik olumlu beklenti puanlarının daha düşük olabileceği yorumlanabilir. Dolayısıyla çok erken bir tarihte herhangi bir iş, eğitim veya spor dalı ile ilgilenen bireylerin geleceğe yönelik beklentilerinin daha yüksek olduğu, daha uzun zaman süresince ilgilenen bireylerin ise beklentilerinin daha düşük olabileceği söylenebilir.

Milli olan sporcuların geleceğe yönelik olumlu beklentilerinin daha yüksek olabileceği ve milli sporcu olan bireylerin geleceğe yönelik yaşamlarına ilişkin daha olumlu ve özgüvenli bir tutum içinde olduğu sonucuna ulaşılabılır.

Rafting sporcuları ile gerçekleştirilen çalışmada benlik saygısı ile gelecek beklentisi arasındaki ilişki bilimsel olarak ortaya konması hedeflenmiştir. Bu hedefler doğrultusunda yapılan çalışmada benlik saygısı ile gelecek beklentisi arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu saptanmış olup benlik saygısının beklentiler üzerinde önemli etki ettiği sonucuna ulaşılmıştır. Böylelikle benlik saygısının geliştirilmesi bireylerin veya sporcuların geleceğe yönelik olumlu beklentiler oluşturmada önemli rol oynayacağı düşünülmektedir.

Sonuç olarak; Rafting sporu ile ilgilenen bireylerin yüksek benlik saygısına sahip olduğu ve yüksek benlik saygısına sahip bireylerin gelecek beklentileri üzerinde önemli etkiye sahip olduğu görülmüştür. Bunun ile birlikte milli sporcu olan bireylerin yüksek benlik saygısına sahip olma olasılığının daha yüksek olduğu çıkarımında bulunulabilir. Ayrıca bireylerdeki yüksek benlik saygısının gelecek beklentilerinde önemli bir faktör olduğu bilimsel bulgular ile göz önüne alındığında benlik saygısının gelişimi sporcuların veya bireylerin üzerinde önemli değişimlere etki edebileceği düşünülmektedir.

### Öneriler;

- Yapılan çalışma neticesinde benlik saygısının geleceğe yönelik beklentilerde önemli bir oranda etki ettiği göz önüne alındığında sporcuların benlik saygısı ile gelecek beklentileri hakkında bilinçlendirilmesi için seminer, kurs, eğitici eğitimi ve farkındalık eğitimi gibi rehberlik ve danışmanlık hizmetlerinin artırılarak yapılmalı ve sürekliliğinin sağlanmalıdır.
- Gerçekleştirilen bu çalışmanın bulguları ışığında genel değerlendirmeler yapılabilmesi için kısıtlılıkların göz önünde bulundurulması gerekmektedir. Daha genel ve kesin değerlendirmelerde bulunmak amacıyla çalışmanın örneklem alanı ve kapsamı değiştirilebilir. Çalışmanın kapsamı değiştirilerek farklı spor branşlarının karşılaştırılması önemli görülmektedir.
- Araştırmanın sonuçlarına göre milli sporcu olmayan bireylerin benlik saygısı ve geleceğe yönelik beklentilerinin daha düşük olduğu göz önünde bulundurularak öncelikle sporcu, antrenör, ebeveynlere yönelik gerekli rehberlik ve danışmanlık hizmetinin sunulması gerekmektedir.
- Sporcuların gündelik yaşamlarına etki eden farklı değişkenlerin bilimsel araştırma teknikleri ile incelenmesi ve sonuçların bilimsel bulgular ışığında irdelenerek değerlendirilmesi önerilmektedir.
- Sporcuların geleceğe yönelik olumlu tutumlara sahip olabilmesi amacıyla başta Gençlik ve Spor Bakanlığı olmak üzere tüm paydaş kurumlar tarafından gerekli yasal düzenleme, hizmet ve faaliyetlerin etkin bir biçimde sporculara ulaşmasında gerekli çalışmaların yapılması önemli bir husus olduğu düşünülmektedir.



## KAYNAKLAR

1. Yetim, A. (2015). *Sosyoloji ve spor*. Ankara: Berikan Yayınevi, 7.
2. Saltık, Z. ve Akova, O. (2019). Yakın açık alan rekreasyon aktivitelerinin iyi olma hali, psikolojik dayanıklılık, yenilenme deneyimi, yaşam doyumu ve iş tatmini üzerindeki etkileri. *Spor ve Rekreasyon Araştırmaları Dergisi*, 1(1),1-20.
3. Mills, E.S. (2014). The location of economic activity in rural and nonmetropolitan united states. the changing american countryside: ruralpeople and places. E.N. Castle, ed. Lawrence KS: *University of Kansas Press*, 493-502.
4. Gül, B. (2019). *Sekiz haftalık rafting uygulamasının bazı fiziksel ve fizyolojik parametrelere etkisinin incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Erzincan.
5. Özkul, G.( 2020). Spor ve girişimcilik arasındaki etkileşim: spor girişimciliği ve ekonomik yansımaları. *Nobel Akademik Yayıncılık*. 1, 340-356.
6. Nurmi, J. E. (1991). How do adolescents see their future? a review of the development of future orientation and planning. *Developmental Review*, 1(2), 1-59.
7. Çimen, F. (2021). *Üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığının sahip olduğu değerlerle gelecek beklentisi arasında yordayıcı ilişkiler*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
8. Seginer, R. (2008). Future orientation in times of threat and challenge: how resilient adolescents construct their future. *International Journal Of Behavioral Development*, 32-272.
9. Ledebur, L.S. (1977). Issues in the economic development of nonmetropolitan united states. *Economic Development Research Report*, 1-28.
10. Taşkın, S. (2019). *İlköğretim çağındaki çocuklarda 8 haftalık rekreatif etkinliklerin benlik saygısı üzerine etkisinin incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Batman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Batman.
11. Tuncer,M. (2011). Ergen gelecek beklentileri ölçeğinin türkçeye uyarlanması. international periodical fort he languages, *Literatüre And History Of Turkish Or Turkic*,6(3),1265-1255.
12. Güleri, M. (1998). Üniversiteli ve işçi gençliğin gelecek beklentileri ve kötümserlik, iyimserlik düzeyleri. *Kriz Dergisi*, 6(1), 55-65.

13. Yenidünya, A. (2005). *Lise öğrencilerinde rekabetçi tutum, benlik saygısı ve akademik başarı ilişkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. İstanbul.
14. Güloğlu, B. ve Kararımak, B. (2010). Üniversite öğrencilerinde yalnızlığın yordayıcısı olarak benlik saygısı ve psikolojik sağlamlık. *Ege Eğitim Dergisi*, 73-88.
15. Sağcı, Y. (2020). *Bireysel ve Takım Sporunu Yapan Orta Öğretim Öğrencilerinin Benlik Saygılarının İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sivas, 4-11.
16. Addison, G. (2000). White water rafting. *Spackpole Books*, 1-84.
17. Uğurlu A. (2005). *Rekreasyonel amaçlı doğa sporlarının turizmde kullanılması antalya köprülü kanyon rafting uygulaması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Akdeniz Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Antalya.
18. İnternet: World Rafting Federation, (2021). Rafting and para-rafting sport rules. Web:<https://www.worldraftingfederation.com/rules/documents/rules/sport-rules/sport-rules-21-04-2021>, 01 Şubat 2022'de alınmıştır.
19. İnternet: Sportify, (2019). Şişme bot hakkında herşey, Web: <https://www.sportcity.com.tr/blog/icerik/sisme-bot-hakkinda-hersey>, 02 Ocak 2022'de alınmıştır.
20. İnternet: Cascade. (2020). A brief history of rafting as a sport, Web: <https://cascadeoutdoors.com/2020/05/13/a-brief-history-of-rafting-as-as-sport/#>, 01 Ocak 2022'de alınmıştır.
21. İnternet: World Rafting Federation, (2019). Who we are. Web: <https://www.worldraftingfederation.com/who-we-are>, 2 Şubat 2022'de alınmıştır.
22. İnternet: Kültür ve Turizm Bakanlığı, (2017). Akarsu turizmi-rafting. Web: <https://yigm.ktb.gov.tr/TR-9873/akarsu-turizmi.html>, 05 Şubat 2022'de alınmıştır.
23. Yücel C. (2006). Türkiye'de rafting akıntıya kürek çekiyor. *TURSAB Ar-Ge Departmanı*, İstanbul. 1-4.
24. İnternet: Türkiye Rafting Federasyonu, (2022). Hakkımızda. Web: <https://raftingfederasyonu.gov.tr/Sayfalar/3555/3520/Hakk%C4%B1mzda>, 06 Ocak 2022'de alınmıştır.
25. Ivan,B. (2018). *Potential contributions of white-water rafting to adventure tourism development in jinja district*. Geographical Sciences Department Of Forestry, Biodiversity And Tourism, Makerere University, Uganda, 9-15.

26. Honey, M. (2007) Ecotourism and sustainable development. *Washington Island Press*,15-29.
27. XU, C. (2011) Analysis of the factors influencing whitewater rafting experience tourism department, *Hunan Normal University press*,399-412.
28. Kuzgun Meyvacioğlu, Y. (1983). Benlik ve ideal benlik kavramlarının tercih edilen meslek kavramı ile ilişkisi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 1-10.
29. İnternet: Hill, V. ve Shackelford, T. (2018). *Self-Concept* . encyclopedia of personality and individual differences. Springer. Web: [https://doi.org/10.1007/978-3-319-28099-8\\_2018-1](https://doi.org/10.1007/978-3-319-28099-8_2018-1), 02 Ocak 2022'de alınmıştır.
30. DüNDAR, B. (2010). *Okul Öncesi Dönem 6 Yaş Çocuklarının Benlik Algıları ile Bilişsel Performansları Arasındaki İlişki*, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 10-22.
31. İnternet: APA, (2009). College dictionary of psychology. Washington, DC: American Psychological Association. Web: [https://www.academia.edu/40596461/American\\_Psychological\\_Association\\_APA\\_Dictionary](https://www.academia.edu/40596461/American_Psychological_Association_APA_Dictionary), 16 Ocak 2022'de alınmıştır.
32. İnternet: Web: <https://sozluk.gov.tr/?kelime=>, 11 Ekim 2021'de alınmıştır.
33. Soğukpınar, E. (2014). *Rehber öğretmenlerin benlik saygısı ile mesleki benlik saygısı düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İnönü Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Malatya.
34. Epstein, S. (1973). The self-concept revisited: or a theory of a theory. *American Psychologist*, 28(5), 404-416.
35. Rosenberg, M. (1965). Society and adolescent self-image. *Princeton University Press*, 1-338.
36. Corey, D. G. (2007). *Psikolojik danışma, psikoterapi kuram ve uygulamaları*. Ankara: Mentis Yayıncılık.
37. Lecky, P. (1951). Self- consistency a theory of personality, *New York Island Press*.
38. Akkoyun, F. ve Ersever, H. (1989) " İdeal benliğin değerlendirilmesi. P'A.Ü. *Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 2(2), 675-685.
39. Lawrence, D. (2000). *Building self-esteem with adult learners*. United Kingdom in London: SAGE Publications, 6.

40. Çevik D., Ş. (2013). *Ergenlerde benlik saygısı ve dini başa çıkma*. Doktora Tezi Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa, 10-32.
41. Adler, A. (1924). *The practice and theory of individual psychology*. United Kingdom in London: Edingburgh Press, 7.
42. Sullivan H.S. (1953). *Conception of modern psychiatry*, Norton: W. W. Company, 1-256.
43. Oktan, V. ve Şahin, M. (2010). Kız ergenlerde beden imajı ile benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 7(2), 543-556.
44. Kararımak, Ö. ve Siviş, Ç., R. (2011). Benlik saygısının ve denetim odağının psikolojik sağlamlık üzerine etkisi: duyguların aracı rolü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(35), 30-43.
45. Yıldız, M. (2012). *Öğretmen adaylarının benlik saygısı ve kişilik özelliklerinin sahip oldukları değerler açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
46. Artan, T. ve Sevim, K. (2021). Yüksek ve düşük benlik saygısını etkileyen faktörler. *Toplumsal Politika Dergisi*, 2(2), 109-121.
47. Kaya, F., Ş. ve Uysal, V. (2015). Günümüzde dindarlık ve toplumsal cinsiyet rolü algıları üstüne bir araştırma. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 8(36), 646-662.
48. Korkmaz, M. (1996). *Yetişkin Örneklem için Bir Benlik Saygısı Ölçeğinin Güvenirlilik ve Geçerlik Çalışması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi, İzmir, 4-18.
49. Armstrong, L., Phillips, J. G., and Saling, L. L. (2000). Potential determinants of heavier internet usage. *International Journal Of Human-Computer Studies*, 53(4), 537-550.
50. Servidio, R., Gentile, A., and Boca, S. (2018). The mediational role of coping strategies in the relationship between self-esteem and risk of internet addiction. *Europe's Journal Of Psychology*, 14(1), 176.
51. De Berardis, D., D'Albenzio, A., Gambi, F., Sepede, G., Valchera, A., Conti, C. M., and Serroni, N. (2009). Alexithymia and its relationships with dissociative experiences and internet addiction in a nonclinical sample. *Cyberpsychology and Behavior*, 12(1), 67-69.

52. Harman, J. P., Hansen, C. E., Cochran, M. E., and Lindsey, C. R. (2005). Internet faking but not frequency of use affects social skills, self-esteem, social anxiety, and aggression. *CyberPsychology and Behavior*, 8(1), 1-6.
53. Cotter, V., T., Gonzalez, E. W., Fisher, K. ve Richards, K. C. (2018). Influence of hope, social support, and self-esteem in early stage dementia. *Dementia*, 17(2), 214–224.
54. Toker, B. ve Kalıpçı, M. B. (2021). Benlik saygısı, olumlu gelecek beklentisi ve geleceğe yönelik tutumun mutluluk üzerindeki etkisi: meslek yüksekokulu öğrencileri üzerinde bir uygulama. *Yükseköğretim Dergisi*, 11 (2) , 473-484.
55. Tagay, Ö. ve Baltacı, H.,Ş.(2016). Ergenlerde öznel iyi oluş ve zaman tutumu: benlik saygısı ve iyimserliğin aracı rolü. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 41, 131-144.
56. Uşaklı, H. (2006). *Drama temelli grup rehberliğinin ilköğretim ve sınıf öğrencilerinin arkadaşlık ilişkileri, atılganlık düzeyi ve benlik saygısına etkisi*. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
57. Saygılı, G., Kesecioğlu, T.İ. ve Kırıktaş, H. (2015). Eğitim düzeyinin benlik saygısı üzerindeki etkisinin incelenmesi. *Eğitim Ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 4(2), 210-217.
58. Kaya, Z. (2011). *Madde kullanan ve kullanmayan ergenlerin kişilik özellikleri ve benlik saygısı açısından karşılaştırılması*. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
59. İnternet: T.C. Kültür ve Turizm Bakanlığı. *Akarsu turizmi*. Web: <http://www.Kultur.gov.tr/TR/belge/1-43111/akarsu-turizmi.html>, 03 Eylül 2021’de alınmıştır.
60. İleli, A. (2007). *Orta öğretim öğrencilerinin beden eğitimi dersinden beklentileri ve doyum düzeyleri ( sakarya il örneği )*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
61. Jussim, L. (1990). Social reality and social problems: the role of expectancies. *Journal Of Social Issues*, 46(2), 9-34.
62. İleri, M. (2019). *Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin akademik öz yeterliliklerinin gelecek beklentisi üzerine etkisi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Karaman.

63. İkizoğlu, M., Önal, B. ve Gökçearslan, E. (2007). Çalışan çocukların sorunları ve geleceğe ilişkin beklentileri. *Toplumsal Ve Sosyal Hizmet Dergisi*, 18(2), 21-36.
64. Shrira A. And Palgi Y. (2014) Future expectations and functioning in later life. In: Michalos A.C. (eds) *Encyclopedia of Quality of Life and Well-Being Research*. Springer, 386-389.
65. Mothes, H., Leukel, C., Jo, H.G., Seelig, H., Schidt, S. And Fuchs, R. (2017). Expectations affect psychological and neurophysiological benefits even after a single bout of exercise. *J Behav Med*, 40, 293–306.
66. Bodur, G. ve Kaya, H. (2017). Hemşirelerin gözüyle gelecek: 2050’li yıllar. *Ege Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 33 (1), 27-38.
67. Aytaç, Ö. ve İlhan, S. (2007). Girişimcilik ve girişimci kültür: sosyolojik bir perspektif. *selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (18), 101-120.
68. Konate, A. ,D. ve Ergin, D., A. (2018). Ergenler için “gelecek beklentisi farkındalık eğitimi” programının etkinliğinin sınanması. *Yaratıcı Drama Dergisi*, 13(1), 69-84.
69. Çuhadar, A., Demirel, M., Er, Y., ve Serdar, E. (2019). Lise öğrencilerinde boş zaman yönetimi ve gelecek beklentisi ilişkisi. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 12(66), 1498-1505.
70. Türkön, H. (2019). *Ergenlerde (14-18) Bağlanma Stilleri İle Gelecek Beklentisi Ve Öz-Denetim Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi: Kayseri Örneği*. Yüksek Lisans Tezi, Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin, 27-28.
71. Güler-Edwards, A. (2008). Relationship Between Future Time Orientation, Adaptive Selfregulation, And Well-Being: Self-Type And Age Related Differences. Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara, 1-4.
72. Yavuzer, H., Demir, İ., Meşeci, F. ve Sertelin, Ç., (2005). Günümüz gençliğinin gelecek beklentileri. *Hasan Ali Yücel Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2, 93-103.
73. Dursun, A., Özkan, M. S. ve Başkaya, Y. (2018). Ergenlerin gelecek beklentilerinin yordayıcısı olarak: psikolojik semptomlar ve akademik başarı. *Eğitim Fakültesi Dergisi*, 32(1), 121-144.
74. Baş, N. ve Altun, F. (2020). Ortaokul öğrencilerindeki gelecek beklentilerinin açıklanmasında okula bağlılık, okul yaşam kalitesi ve akademik başarının rolü. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 24 (1), 197-213.

75. Eryılmaz, A. (2011). Ergen öznel iyi oluşu ile olumlu gelecek beklentisi arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi* 24, 209-215.
76. Karasar, N. (2007a). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Nobel Yayıncılık, 17.
77. Baş, T. (2010). *Anket*. Ankara: Seçkin Yayınları, 1.
78. Çuhadaroğlu, F. (1986). *Adolesanlarda benlik saygısı*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı, Ankara.
79. Tabachnick, B., G. and Fidell, L., S. (2007). *Using multivariate statistics*. Pearson Education, 1.
80. George, D. and Mallery, P. (2010). SPSS for Windows Step by Step: A Simple Guide and Reference. *Allyn And Bacon*. 1-63.
81. Kımtır, N. (2012). Ergenlerde benlik saygısı ve öznel dindarlık algısının bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 9 (17), 439-468.
82. Yıldırım, Y., Kırımoğlu, H. ve Temiz, A. (2010). Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin mesleki benlik saygısı düzeylerinin incelenmesi (Hatay il örneği). *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 12(1), 29-35.
83. Kaya, Y. (2021). *Beden eğitimi öğretmenlerinin benlik saygısı ve mesleki benlik saygısı düzeylerinin çeşitli değişkenlere bağlı olarak incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Ağrı.
84. Ceviz, F., H. (2009). *Orta yaş ve yaşlılıkta dindarlık, mistik tecrübe ve benlik saygısı*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
85. Çuhadaroğlu, Ç., F. (1985, 7-13 Ekim). *Gençlerde benlik saygısı ile ilgili bir araştırma*. XXI. Ulusal Psikiyatri Ve Nörolojik Bilimler Kongresinde sunuldu, İstanbul.
86. Gürşen Ortacıoğlu, S. (2009). Müzik öğretmeni adaylarının benlik saygısı düzeyleri ile akademik ve çalgı başarılarının karşılaştırılması, *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fak. Dergisi*, 13,141-150.
87. Aksayan, S. ve Gözüm, S. (1998). Olumlu sağlık davranışlarının başlatılması ve sürdürülmesinde öz etkililik algısının önemi, *Cumhuriyet Üniversitesi HYO Dergisi*, 2, 35-42.

88. Karadağ, G., Güner, İ., Çuhadar, D. ve Uçan, Ö. (2008). Gaziantep üniversitesi sağlık yüksekokulu hemşirelik öğrencilerinin benlik saygıları. *Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi*, 3(7), 29-42.
89. Demir, K. ve Duman, S. (2019). Bireylerin spor yapma durumlarıyla, benlik saygıları ve mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkisinin incelenmesi. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 4(4), 437-449.
90. Çoban, B. ve Konar, N. (2012). İşitme engelli milli sporcular ile spor yapmayan işitme engellilerin benlik saygısı düzeylerinin karşılaştırılması. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 14 (1), 12-17.
91. Certel, Z. ve Bahadır, Z. (2012). Takım sporu yapan sporcularda benlik saygısı ve sürekli öfke ve öfke ifade tarz ilişkisinin incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 14 (2), 157-164
92. Şimşek, H. (2011). Güneydoğu anadolu bölgesindeki lise öğrencilerinin gelecek beklentileri ve gelecek beklentilerini etkileyen faktörler. *Kurumsal Eğitim Bilim Dergisi*, 5(1), 90-109.
93. Özbek, O. ve Şanlı, E. (2011). karate branşındaki üniversite elit sporcularının bu branşa yönelme nedenleri ve beklentileri. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 5(3).
94. Zorba, E. ve Göksel, A., G. (2016). Türkiye'deki plaj hentbolu sporcularının spora başlamasına etki eden unsurlar ve spordan gelecek beklentileri. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13(2), 203-214.
95. Ege, A. (2018). *Ergenlerin Sorunlarının Ve Algıladıkları Sosyal Desteğin Gelecek Beklentilerine Etkilerinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara, 33.
96. Keskin, V. (2006). *çocuklarını spora yönlendiren anne ve babaların beklentileri*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Afyon Kocatepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Afyonkarahisar.
97. Dumangöz, P., D. ve Sanlav, R. (2021). Spor liselerinde öğrenim gören öğrencilerin kişisel özellikleri ile gelecek beklentileri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Akademi Sosyal Bilimler Dergisi*, 8(24), 551-561.
98. Koçak, F. (2014). Üniversite öğrencilerinin spora yönelik tutumları: bir ölçek geliştirme çalışması, *Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 12(1), 59-69.

99. Uluçay, T., Özpolat, A. R., İşgör, İ. Y. ve Taşkesen, O. (2014). Lise öğrencilerinin gelecek beklentileri üzerine bir araştırma, *NWSA-Education Sciences*, 9 (2), 234-247.
- 100.Özsarı, A., Görücü, A., Altın, M. ve Boyalı, M. (2018). Üniversitelerin spor bilimleri fakültesi özel yetenek sınavlarına hazırlanan bireylerin gelecek beklentileri. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 3(1), 10-22.
- 101.Devecioğlu, S. (2005). Türkiye’de spor sektörü stratejilerinin geliştirilmesi. *Verimlilik Dergisi*, 2, 1-19.
- 102.Ünsal B. ve Ramazanoğlu F. (2013). Spor medyasının toplum üzerindeki sosyolojik etkisi. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 1(4), 1-11.
103. Betz, N., E., Klein, K. L. and Taylor, K. M. (1996). evaluation of a short form of the career decision-making self-efficacy scale. *J. Career Assess*, 4, 47–57.
- 104.Park, I.J., Kim, M., Kwon, S. and Lee, H.,G. (2018). The Relationships of self-esteem, future time perspective, positive affect, social support, and career decision: a longitudinal multilevel study. *Frontiers in Psychology*, 9, 514.
- 105.Zimbardo P. G. and Boyd J., N. (1999). Putting time in perspective: a valid, reliable individual- differences metric. *J. Pers. Soc. Psychol*,77, 1271–1288.
106. Worrell F. C., Mckay M. T., Andretta J. R. (2015). Concurrent validity of zimbardo time perspective inventory profiles: a secondary analysis of data from the United Kingdom. *J. Adolesc.* 42 128–139.
107. Freire, T. and Ferreira, G. (2019). Do I need to be positive to be happy? considering the role of self-esteem, life satisfaction, and psychological distress in portuguese adolescents’ subjective happiness. *Psychological Reports*, 123(4), 1064–1082.
108. Rey, L., Extremera, N. and Pena, M. (2011). Perceived emotional intelligence, self-esteem and life satisfaction in adolescents. *Psychosocial Intervention*, 20(2), 227-234.
- 109.Yıldırım, T. (2017). *Üniversite öğrencilerinde benlik saygısı ile algılanan sosyal destek ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
110. Crocker J. and Wolfe C., T. (2001). Contingencies of self-worth. *Psychol. Rev*, 108, 593–623.
111. Lyu, H., Du, G. and Rios, K.,(2019). The Relationship between future time perspective and self-esteem: a cross-cultural study of chinese and american college students. *Front Psychol*,10, 1518.

112. Hajloo, N. (2014). Relationships between self-efficacy, self-esteem and procrastination in undergraduate psychology students. *The Iranian Journal of Psychiatry and Behavioral Sciences*, 8(3), 42–49.

**EKLER**

EK-1. Etik Kurul Onayı

EK -1. (devam) Etik Kurul Onayı

EK -1. (devam) Etik Kurul Onayı

EK-2. Gençlik ve Spor Bakanlığı İzin Yazısı

## EK-3. Anket Formu

## ANKET SORULARI

Sevgili Sporcu, bu çalışma rafting sporcularının benlik saygısı ile gelecek beklentilerinin belirlenmesi ve bunları ortaya koymak amacıyla yapılmaktadır. Verdiğiniz bilgiler tamamen bilimsel amaçlar için kullanılacak olup, elde edilen bilgilerin geçerliliği sorulara vereceğiniz cevapların gerçek durumu yansıtmasıyla mümkün olabilecektir. Çalışmaya sağladığınız katkı ve bize ayırdığınız zaman için çok teşekkür ederiz. Saygılarımla... Rıdvan Çelik

1-Cinsiyetiniz? a) Kadın b) Erkek

2-Medeni Durumunuz? a) Evli b) Bekâr

3-Yaşınız? a) 14–19 b) 20-24 c) 25–29 d) 30 ve üzeri

4-Eğitim Durumunuz?

a) İlkokul Mezunu b) Ortaokul Mezunu c) Lise Mezunu d) Üniversite e) Lisansüstü

5- Aylık Gelir Durumunuz?

a) Çok Kötü b)Kötü c) orta d) iyi e)Çok İyi

6- Mesleğiniz

a)özel sektör b) kamu c)serbest meslek d) öğrenci

7- Rafting yapma süreniz?

a)0-2 yıl b) 3-4 yıl c) 5-10 yıl d) 11 yıl ve üstü

8- Ne kadar süredir lisanslı olarak spor yapıyorsunuz?

a) 0-2 yıl b) 3-4 yıl c) 5-10 yıl d) 11 ve üstü

9-Branşınızda milli sporcu oldunuz mu? a) Evet b) Hayır

Benlik saygısı ölçeği		Çok Doğru	DOĞRU	YANLIŞ	Çok Yanlış
1	Kendimi en az diğer insanlar kadar değerli buluyorum				
2	Bazı olumlu özelliklerim olduğumu düşünüyorum				
3	Genelde kendimi başarısız bir kişi olarak görme eğilimindeyim				
4	Ben de diğer insanların birçoğunun yapabildiği kadar bir şeyler yapabilirim				
5	Kendimle gurur duyacak fazla bir şey bulamıyorum				
6	Kendime karşı olumlu bir tutum içindeyim				
7	Genel olarak kendimden memnunum				
8	Kendime karşı daha fazla saygı duymayı isterdim				
9	Bazen kesinlikle kendimin bir işe yaramadığımı düşünüyorum				
10	Bazen kendimin hiç de yeterli bir insan olmadığımı düşünüyorum				

## EK -3. (devam) Anket Formu

GELECEK BEKLENTİSİ ÖLÇEĞİ		Hiç Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
1	Gelecekte benimle gurur duyulacak bir meslekte çalışacağım					
2	Gelecekte kamu kadrosunda bir işte çalışacağım					
3	Gelecekte yeteneklerimi göstereceğim bir işte çalışacağım					
4	Gelecekte masa başı bir işte çalışacağım					
5	Gelecekte beni sıkmayan bir işte çalışacağım					
6	Gelecekte toplumda saygı duyulan bir işte çalışacağım					
7	Gelecekte kazancı bol olan bir işte çalışacağım					
8	Gelecekte yükselebilmek imkânı olan bir işte çalışacağım					
9	Gelecekte yapacağım işten zevk alacağım					
10	Gelecekte yapacağım iş bana lüks bir hayat sunacak					
11	Gelecekte yapacağım iş cinsiyetime uygun olacak					
12	Gelecekte yapacağım iş özel yaşamıma engel olmayacak					
13	Gelecekte seçeceğim meslek geleceğimi güven altına alacak					
14	Gelecekte aldığım eğitimi yeterli görmeyip bir üst eğitime devam edeceğim					

## ÖZGEÇMİŞ

### Kişisel Bilgiler

Soyadı, adı : ÇELİK, Rıdvan  
Uyruğu : T.C.

### Eğitim

Derece	Eğitim Birimi	Mezuniyet Tarihi
Yüksek lisans	Gazi Üniversitesi / Spor Yönetimi	Devam ediyor
Lisans	Cumhuriyet Üniversitesi / Psikoloji	2014
Lise	Şehit Koray Akoğuz Anadolu Lisesi	2009

### İş Deneyimi

Yıl	Yer	Görev
2017-Devam ediyor	Gençlik ve Spor Bakanlığı	Gençlik ve Spor Uzmanı
2015-2017	Samsun Aile ve Sosyal Politikalar İl Müdürlüğü	Psikolog

### Yabancı Dil

İngilizce  
YDS : 75



*GAZİLİ OLMAK AYRICALIKTIR..*