



## Üniversite sporcularının cinsiyet rolleri ve psikolojik iyi oluşlarının incelenmesi

Sinem PARLAKYILDIZ<sup>1</sup> , Sevim KÜL AVAN<sup>1</sup> 

<sup>1</sup>Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Nevşehir, Türkiye

Araştırma Makalesi/Research Article

DOI: 10.5281/zenodo.10733946

Gönderi Tarihi/ Received:

Kabul Tarihi/ Accepted:

Online Yayın Tarihi/ Published:

28.02.2024

26.03.2024

27.03.2024

### Öz

Bu çalışmada, üniversite sporcularının psikolojik iyi oluş düzeyleri ile cinsiyet rolleri algıları arasındaki ilişkilerin demografik değişkenler açısından incelenmesi hedeflenmiştir. Araştırma, Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi'nde öğrenim gören 157 kadın ve 145 erkek sporcu öğrenci olmak üzere toplam 302 kişiyle gerçekleştirilmiştir. Veri toplama aracı olarak "Kişisel Bilgi Formu", "Psikolojik İyi Oluş Ölçeği" ve "Bem Cinsiyet Rolü Envanteri" kullanılmıştır. SPSS 22.0 programı aracılığıyla elde edilen verilerin analizinde tanımlayıcı istatistikler, Cronbach's Alpha değerleri, İki Yönlü ANOVA, MANOVA ve Bağımsız Örneklem t Testi istatistiksel yöntemleri kullanılmıştır. Bulgulara göre, katılımcıların psikolojik iyi oluş düzeyleri ile branş türüne ve demografik değişkenlere göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemiştir. Takım sporları yapan katılımcıların erkeksilik düzeyi, bireysel spor yapanlardan anlamlı düzeyde yüksektir. Cinsiyet rolleri açısından, cinsiyet ve branş türüne göre kadınsılık ve erkeksilik düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklar tespit edilmiştir. Spora başlama yaşlarına ve haftalık spor yapma sürelerine göre psikolojik iyi oluş ve cinsiyet rolleri algıları arasında anlamlı farklılıklar bulunmamıştır. Derece alma durumlarına göre psikolojik iyi oluş düzeyleri arasında anlamlı farklılıklar belirlenmiştir. Sonuçlar, sporculardaki psikolojik iyi oluş düzeyi ve cinsiyet rolleri algısının demografik faktörlerden etkilendiğini göstermektedir. Özellikle sporcuların spor yaşı ve ilgilendikleri spor dalında derece elde etme durumunun, psikolojik iyi oluş düzeyleri üzerinde belirleyici olduğu görülmüştür. Ayrıca, sporcuların cinsiyet rollerine ilişkin algı düzeylerinin, haftalık spor yapma saatleri ve haftalık spor yapılan gün sayısı gibi değişkenlere göre farklılık gösterdiği tespit edilmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Cinsiyet rolü, psikolojik iyi oluş, sporcu öğrenci, stereotip.

### *The examination of gender roles and levels of psychological well-being among university athletes*

#### Abstract

This study aimed to examine the relationships between university athletes' levels of psychological well-being and their perceptions of gender roles in terms of demographic variables. The research was conducted with a total of 302 participants, including 157 female and 145 male student athletes studying at Nevşehir Hacı Bektaş Veli University. The data collection tools included a "Personal Information Form," "Psychological Well-Being Scale," and "Bem Sex Role Inventory." Statistical methods such as descriptive statistics, Cronbach's Alpha values, Two-Way ANOVA, MANOVA, and Independent Samples t-Test were used for data analysis using the SPSS 22.0 program. According to the findings, there were no statistically significant differences in the levels of psychological well-being of the participants based on sports branch type and demographic variables. However, participants engaged in team sports exhibited significantly higher masculinity levels compared to those engaged in individual sports. Statistically significant differences were also found in femininity and masculinity levels based on gender and sports branch type. No significant differences were found in psychological well-being and gender role perceptions based on the age of starting sports and weekly exercise durations. Significant differences were determined in the levels of psychological well-being based on degree attainment status. The findings indicate that the levels of psychological well-being and perceptions of gender roles in athletes are influenced by demographic factors. The results show that the level of psychological well-being and perception of gender roles in athletes are affected by demographic factors. In particular, it was observed that the athletes' sport age and the status of obtaining a degree in the sport they are interested in are determinant on their psychological well-being levels. In addition, it was determined that athletes' perception levels of gender roles differed according to variables such as weekly hours of sport and number of days of sport per week.

**Keywords:** Athlete, gender role, psychological well-being, stereotype.

**Sorumlu Yazar/ Corresponded Author:** Sinem PARLAKYILDIZ, **E-posta/ e-mail:** [sinemparlakyildiz@nevsehir.edu.tr](mailto:sinemparlakyildiz@nevsehir.edu.tr)

## GİRİŞ

Cinsiyet kavramı genetik açıdan ele alındığı zaman, kadın ve erkek cinsiyetini ifade etmede kullanılmaktadır. Biyolojik açıdan ele alındığı zaman cinsiyet olgusu üreme sistemlerinin farklılaşması ile birbirinden ayrılan, doğal ve doğuştan gelen bir yapıyı ifade etmektedir (Kaplan, 2016). Kadın ve erkeklerin toplumsal yapı içinde sahip oldukları roller ve yerine getirmek zorunda oldukları bazı sorumluluklar bulunmaktadır. Yapılan çalışmalarda kadın ve erkeklerin sahip oldukları rol ve sorumlulukların ülkeler arasında bazı farklılıklar gösterdiği belirtilmektedir (Schmitt ve ark., 2008; Clow & Ricciardelli, 2011; Ling & Tong, 2017).

Kadınlık ve erkeklik kavramları temelde, iki cins arasındaki biyolojik farklılıkları ifade etmekte kullanılmaktadır (Butler, 2004: 45). Ancak toplumsallaşma süreci ile birlikte kadın ve erkek kavramlarının kadınsılık ve erkeksilik kavramlarına dönüştüğü belirtilmektedir (Bingöl, 2014). Bunun temelinde kadın ve erkeklerin toplumsallaşma sürecinde öğrendikleri roller yatmaktadır. Cinsiyet rolü, bireyin kendisini kadınsı veya erkeksi kişilik niteliklerine göre tanımlayabilme yeteneği olarak tanımlanmaktadır (Bem, 1981). Bu tanımlamada, psikolojik cinsiyetleri varoluşsal kadınsılık veya erkeksilik olarak ifade edilir. Cinsiyet kimliğinde biyolojik cinsiyet ile psikolojik özellikler arasındaki ilişki vurgulanır. Kadınların genellikle kadınsı, erkeklerin ise erkeksi cinsiyet kimliklerine sahip olduğu düşünülse de bireylerin cinsiyet kimlikleri biyolojik cinsiyetlerinden bağımsız olabilir. Psikologlar genellikle cinsiyet kimliğini iki farklı durum şeklinde ele alır ve bu durumun biyolojik cinsiyetten bağımsız olarak değişebilir düzeylerde olabileceğini ifade ederler (Koca ve ark., 2004).

Kadın ve erkek bireyler, geleneksel cinsiyet özelliklerinden farklı davranışlar sergileyebilirler. Erkeklerin erkeksi özellikleri duygularını gizleme, mantıklı ve bilimsel düşünme, rekabetçilik gibi niteliklerle öne çıkar. Kadınsı özellikler ise naziklik, duygusal ifade, sanata ilgi gibi içe dönük nitelikleri içerir (Koca & Bulgu, 2005). Toplumda, bireyler sıkça cinsiyetlere göre ayırım yapar ve her cinsiyetin tipik özellikleri ve davranışları hakkında fikirler oluşturur. Erkekler ile kadınlar arasındaki farklar, bu cinsiyet stereotiplerinde kısmen yansıtılır (Ellemers, 2018). Bu durum, spor alanında da oldukça yaygındır. “Erkeksi ve kadınsı sporlara ayrılmış sporlar” kavramı, spor-cinsiyet stereotiplerinin dünya genelinde yaygın olduğunu gösterir. Örneğin, futbol ve basketbol genellikle erkekliği temsil ederken, dans ve cimnastik feminize edilmiştir (Chalabaev ve ark., 2013).

Sportif katılımının sporcuların kimlik gelişimi üzerinde pozitif etkileri bulunmaktadır. Özellikle sporcuların becerilerinin takdir edilmesi ve ödüllendirilmesi, başarıya olan yönelimlerini artırarak onları motive eder. Bu şekilde sporcular sadece aileleri, çevreleri ve medya tarafından değil, aynı zamanda olumlu geri bildirimlerle desteklenirler. Bu tür olumlu destekler, sporcuların benlik saygısını artırır ve özgüven kazanmalarına yardımcı olur. Ayrıca, sporcuların başarılarını tanıma ve onaylama, kendilerini bir topluluğun kabul görmüş bir parçası olarak hissetmelerine olanak tanır (Küçük & Koç, 2015). Sportif kimliğin güçlü bir kimlik oluşturmasının yanı sıra, tek odak noktası haline gelmesi durumunda sporcuları fiziksel ve psikolojik zorluklarla karşı karşıya bırakabilir. Örneğin, aşırı spor bağlılığı ve aşırı antrenman, sporcuları yüksek risk altında bırakabilir. Takımda yer bulamama, sakatlanma veya spor kariyerinin sona ermesi gibi durumlar, sporcuların psikolojik ve fiziksel sağlığını olumsuz etkileyebilir. Ayrıca, bir sporcu için sportif rolün ağırlığı önemli kariyer dönemlerinde ciddi duygusal zorluklarla sonuçlanabilir. Bu nedenle duygusal bozukluklar daha olası hale gelir ve kişisel değerler ile kimlik algılamaları azalabilir. Sadece sporcu kimliğine odaklanan bireyler, diğer yaşam rollerinin gelişimini ciddi şekilde sınırlayabilirler, bu da depresif risk faktörlerini artırabilir, duygusal ve fiziksel sağlığı olumsuz etkileyebilir ve izolasyon hissine neden olabilir (Horton & Mack, 2000). Yapılan araştırmalar çeşitli faktörlerin sporcu kimliğini güçlendirdiğini göstermektedir. Örneğin takım sporcularında bireysel sporculara kıyasla, ailesel teşvik ve desteğinin sporcu kimliğini daha fazla güçlendirdiği belirlenmiştir (Çetinkaya, 2010). Spor dallarının çoğu, geleneksel olarak kadınların atılganlık ve saldırganlık gibi erkeksi özelliklere sahip olmadığı algısıyla kadınlar için uygun olmayan aktiviteler olarak kabul edilmiştir. Koivula (2001), tarafından üniversite öğrencilerinin 41 farklı fiziksel aktivitenin cinsiyete uygunluğu konusundaki algısını incelenmiştir. Bu incelemede, aktivitelerin 15 aktivitenin (yarış kızağı, boks, beyzbol, izcilik, disk atma, Amerikan futbolu, hentbol, buz hokeyi, motor yarışı, motor sporları, yüksek atlama, ragbi, futbol, halter, güreş) erkeksi, 7 aktivitenin (aerobik, bale, dans, buz pateni, jimnastik, binicilik, senkronize yüzme) kadınsı ve 19 aktivitenin ise belirsiz olarak sınıflandırılmıştır. Kadın sporcularda erkeksi davranışların gözlemlendiği çalışmada spor yapan ve yapmayan kadınların kadınsılık puanlarının yüksek olduğu belirtilmiştir (Baştuğ & Kuru, 2009). Kadınların beden algısı ile cinsiyet rolleri arasında anlamlı bir ilişki olduğunu belirtmiştir. Kadınların çevresel beklentilere uyum sağlayabilen esnek bir kişiliğe sahip olduğunu vurgulamaktadır.

Cinsiyet rollerinin biyolojik etkenlerin yanında kültürel unsurlara bağlı olarak ortaya çıktığı, kadın ve erkekler arasındaki eşitsizliğin esas alındığı belirtilmektedir (Oakley, 2016).

Her ne kadar toplumsal ve kültürel unsurlara bağlı olarak ortaya çıkan ve gelecek nesillere aktarılan bir yapıya sahip olsa da birtakım bireysel ve çevresel faktörler de toplumsal cinsiyet rollerinin şekillenmesine katkı sağlamaktadır. Aile faktörü cinsiyet rollerinin şekillenmesine katkı sağlayan unsurların başında gelmektedir. Kişilik gelişiminde önemli bir yere sahip olan aile unsuru, çocukların yaşam tarzını ve tercihlerini de şekillendirmesi açısından toplumsal cinsiyet rollerinin oluşmasında da önemli bir yere sahiptir (Knodel ve ark., 2005; Conger ve ark., 2010). Teknolojinin ilerlemesiyle birlikte, kitle iletişim araçlarının ve sosyal medyanın toplumsal cinsiyet rollerini etkilediği gözlemlenmektedir. Özellikle televizyon programları, diziler ve sosyal medya platformlarındaki içerikler, toplumsal cinsiyet rollerinin oluşumunda önemli bir rol oynamaktadır. Bu konuda yapılan araştırmaların bulguları da bu görüşü desteklemektedir (Özdemir ve ark., 2019; Varlı Gürer & Gürer, 2020; Çelebi, 2022). Bunun yanında eğitim faktörü de toplumsal cinsiyet rollerinin şekillenmesinde büyük bir etkiye sahiptir. Özellikle ders kitaplarında yer alan içeriklerin toplumsal cinsiyet rollerinin kazandırılmasında ve şekillenmesinde büyük bir etkiye sahip olduğu belirtilmektedir (Sarıtaş & Şahin, 2018; Doğanay & Çopur, 2021).

Cinsiyet rolleri genellikle dar bir şekilde tanımlanır ve beklentilerden sapmanın bir tür başarısızlık olarak algılandığı bir yapıya sahiptir ki, bu gerçek yaşam durumlarını tam olarak yansıtmayabilir. Basketbol oynamaktan hoşlanan bir kız veya dans etmekten keyif alan bir erkek gibi geleneksel cinsiyet rollerine uymayan durumlar, bu katı algıları sorgular niteliktedir (Lemm ve ark., 2005). Bu algılar, cinsiyetle ilgili genel kabuller olan cinsiyet kalıplarını içerir ve toplum gruplarının kişilik özellikleri ve davranış özellikleri hakkında yaygın olarak kabul edilen inançlardır (Boiché ve ark., 2014). Cinsiyet kalıpları, erkeklerin ve kadınların temelde farklı olduğu fikrini pekiştirir ve açık ve örtük olarak var olurlar (Steffens ve ark., 2010). Açık kalıplar doğrudan ve ölçülebilirken, örtük kalıplar erken deneyimlerden kaynaklanır ve daha dolaylı bir nitelik taşır (Greenwald & Lai, 2020). Cinsiyetler arasında beyin yapısı veya bilişsel yeteneklerde anlamlı farklılıklar olmadığını gösteren çalışmalara (Joel ve ark., 2015; Eliot ve ark., 2021) rağmen, cinsiyet kalıpları tarafından beslenen küresel cinsiyet önyargısı yaygın bir şekilde devam etmektedir (Liu ve ark., 2023).

Toplumsal yapının kadın ve erkeklere yüklediği cinsiyet rollerinin psikolojik iyi oluş düzeyini etkilediği belirtilmektedir (Rochlen & Mahalik, 2004; Matud ve ark., 2019). Özellikle yüksek toplumsal cinsiyet rolleri algısına (geleneksel cinsiyet rolleri) sahip olan bireylerde psikolojik iyi oluş düzeyinin yüksek olduğu görülmektedir (Kılıç, 2021: s. 6). Psikolojik iyi oluş kavramı birey için risk ortaya çıkan durumlarda olumlu sonuçların ve koruyucu faktörlerin

etkileşimi ile ortaya çıkan uyumu ifade etmektedir (Çapan & Arıcıoğlu, 2014). Bu kapsamda psikolojik iyi oluş seviyesi fazla olan bireylerin riskli ve strese neden olan durumlarda psikolojik sağlıklarını koruyabildikleri, sıkıntılı durum ve koşullara kolay uyum sağladıkları, olumsuz yaşam koşullarına rağmen başarılı olabildikleri görülmektedir (Bolat, 2013: s. 7).

Psikolojik iyi oluş, bireyin yaşamındaki meydan okumaları yönetmesini, kişisel gelişimi, anlamlı ilişkiler kurmayı ve diğerleriyle nitelikli ilişkiler geliştirmeyi içeren bir durumu ifade eder (Keyes ve ark., 2002). Bu model altında kişisel gelişim, çevresel kontrol, yaşam amacı, başkalarıyla olumlu ilişkiler, öz-kabul ve özerklik olmak üzere altı boyut öne çıkarılmaktadır. Psikolojik iyi oluş kavramını olgunlaşma, bireyselleşme ve kendini gerçekleştirme gibi olumlu ruh sağlığı kriterleriyle açıklar. Bu kavram, bireyin işlevsel özelliklerini inceleyen birleşik bir kuram olarak kabul edilir (Ryff, 1989). Bunun yanında psikolojik iyi oluş düzeyin şekillenmesinde motivasyonel unsurların yanında bireysel özelliklerin, aile ile ilişkili değişkenlerin ve toplumsal özelliklerin büyük rolü bulunmaktadır (Bahadır, 2009: s. 8). Bu noktada, toplumsal cinsiyet rollerinin psikolojik iyi oluş düzeyini etkileyen önemli bir faktör olduğu belirtilebilmektedir.

Literatürde cinsiyet rolleri ile psikolojik iyi oluş ilişkisinin ele alındığı çalışmaların genellikle sedanter bireyler üzerinde yürütüldüğü görülmektedir (Ekşi ve ark., 2018; Palas ve Sevde, 2020). Buna karşılık sporcular üzerinde bu alanda yapılan çalışmaların sınırlı olduğu göze çarpmaktadır. Bilindiği gibi spora katılım bireyin psikolojik iyi oluş düzeyini ve mental sağlığını olumlu yönde etkilemektedir (Edwards ve ark., 2004; Von Mackensen ve ark., 2016; Hiremath, 2019). Bunun yanında sporun psiko-sosyal gelişimi de desteklediği ifade edilmektedir (Piko ve Keresztes, 2006; Moeijes ve ark., 2018). Bu durum sporcuların psikolojik iyi oluş düzeylerinin artmasına katkı sağlamaktadır. Ancak literatürde bu görüşü destekleyici çalışmaların az sayıda olduğu görülmektedir. Yapılan bu çalışmada üniversite sporcularının cinsiyet rolleri ve psikolojik iyi oluşlarını etkileyen bazı demografik değişkenlerin incelenmesi amaçlanmıştır.

## **YÖNTEM**

Bu bölümde, araştırma kapsamında kullanılan çalışma modeline, evren ve örneklem grubuna, veri toplama sürecinde kullanılan araçlara ve veri analizinde kullanılan yöntemlere ilişkin genel bilgiler sunulmuştur.

### Araştırma modeli

Yapılan bu çalışmada betimsel çalışma desenleri arasında yer alan tarama tipi araştırma modelinden faydalanılmıştır. Bu araştırma modelinin kullanıldığı çalışmalarda, konuya ilişkin hipotezler geliştirilmekte ve hipotezleri test etme sürecinde anket ya da ölçeklerden yararlanılmaktadır. Ayrıca, tarama tipi araştırma modeli, büyük örneklem gruplarının çalışma konusuna ilişkin özellikler ile sosyo-demografik değişkenlerin (yaş, cinsiyet, medeni durum, eğitim düzeyi vb.) incelendiği çalışma modelleri arasında yer almaktadır (Can, 2014: s. 28).

### Evren ve örneklem

Araştırma verileri için Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi Etik Kurulu Başkanlığı'ndan etik kurul onayı (2024.03.16) alınmıştır. Çalışmanın evreni Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi'nde öğrenim gören sporcu öğrencilerden oluşmaktadır. Örneklem grubunu Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi'nde öğrenim gören 157 kadın ve 145 erkek sporcu öğrenci olmak üzere toplam 302 birey oluşturmuştur. Takım sporu yapan 160 öğrencinin 75'inin kadın ve 85'inin erkek bireysel spor yapan 142 öğrencinin ise 82'sinin kadın, 60'ının erkek olduğu belirlenmiştir. Araştırmanın örneklem grubunu oluşturan öğrencilerin demografik özelliklerini belirten veriler Tablo 1'de sunulmuştur.

**Tablo 1. Katılımcıların demografik bilgilerine ilişkin frekans ve yüzdelik dağılımlar**

Değişken	Takım sporları (n:160)		Bireysel sporları (n:142)		Toplam (n:302)	
	f	%	f	%	f	%
<b>Yaş</b>						
18-19 yaş	21	13,1	23	16,2	44	14,6
20-21 yaş	70	43,8	55	38,7	125	41,4
22-23 yaş	42	26,3	37	26,1	79	26,2
23+ yaş	27	16,9	27	19,0	54	17,9
<b>Cinsiyet</b>						
Kadın	75	46,9	82	57,7	157	52,0
Erkek	85	53,1	60	42,3	145	48,0
<b>Spora başlama yaşı</b>						
10 yaş ve altı	60	37,5	44	31,0	104	34,4
11-15 yaş	89	55,6	61	43,0	150	49,7
15+ yaş	11	6,9	37	26,1	48	15,9
<b>Milli sporculuk durumu</b>						
Evet	2	1,3	15	10,6	17	5,6
Hayır	158	98,8	127	89,4	285	94,4

**Tablo 1. Katılımcıların demografik bilgilerine ilişkin frekans ve yüzdeler dağılımları (devamı)**

Değişken	Takım sporları (n:160)		Bireysel sporları (n:142)		Toplam (n:302)	
	f	%	f	%	f	%
<b>Düzenli spor yaptığı süre (yıl)</b>						
1-5 yıl	50	31,3	67	47,2	117	38,7
6-10 yıl	81	50,6	51	35,9	132	43,7
10+ yıl	29	18,1	24	16,9	53	17,5
<b>Haftalık spor yaptığı süre (gün)</b>						
1-2 gün	22	13,8	22	15,5	44	14,6
3-4 gün	90	56,3	86	60,6	176	58,3
5-7 gün	48	30,0	34	23,9	82	27,2
<b>Haftalık spor yaptığı süre (saat)</b>						
1-4 saat	43	26,9	42	29,6	85	28,1
5-8 saat	64	40,0	58	40,8	122	40,4
8+ saat	53	33,1	42	29,6	95	31,5
<b>Herhangi bir branşta derece durumu</b>						
Var	91	56,9	69	48,6	160	53,0
Yok	69	43,1	73	51,4	142	47,0

#### **Veri toplama araçları**

Araştırmanın verileri kişisel bilgi formu, Bem Cinsiyet Rolü Envanteri ve Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ile elde edilmiştir. Kişisel bilgi formu, sporcuların yaş gruplarına, cinsiyetlerine, spora başlama yaşlarına, milli sporcu olup olmadıklarına, düzenli olarak spor yapma yıllarına, haftalık spor yapma saat-gün ve herhangi bir branşta derece elde etme durumlarına ilişkin sekiz soru içermektedir.

Çalışmada, sporcu öğrencilerin psikolojik iyi oluş düzeylerini belirlemek için Diener ve arkadaşları (2010) tarafından geliştirilen ve Telef (2013) tarafından Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılan “Psikolojik İyi Oluş Ölçeği” kullanılmıştır. Ölçek toplam sekiz maddeden ve tek alt boyuttan oluşmaktadır. Bu kapsamda ölçekten elde edilen puan yükseldikçe bireylerin psikolojik iyi oluş düzeyi de yükselmektedir. Ölçeğin yapısı 7’li Likert türünde olduğu için her bir maddeye verilen yanıtlar katılımcıların kesinlikle katılmadığı (1 puan) ile kesinlikle katıldığı (7 puan) arasında derecelendirilmektedir. Bu ölçekle elde edilebilecek toplam puan aralığı 8 ile 56 arasındadır. Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarında ölçeğin iç tutarlık katsayısının 0.80 olduğu bildirilmiştir.

Araştırmada, öğrencilerin cinsiyet rolleri algılarını saptamak amacıyla “Bem Cinsiyet Rolü Envanteri” kullanılmıştır. Bem (1974) tarafından geliştirilen envanterin Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması ise Dökmen (1991) tarafından gerçekleştirilmiştir. Envanter, temel olarak 20 erkeksi ve 20 kadınsı kabul edilen 40 kişilik özellik ile 20 sosyal kabul edilebilirlik özelliğini içermektedir. Envanterin kadınsılık ve erkeksilik ölçeklerinden elde edilen sonuçlar

cinsiyet rollerini belirlemektedir. Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarında, kadınsılık alt boyutunun iç tutarlık katsayısının 0.77, erkeksilik alt boyutunun iç tutarlık katsayısının ise 0.71 olduğu rapor edilmiştir. Envanter, 7’li Likert ölçeğine dayanmaktadır ve her bir kişilik özelliğine verilen yanıtlar, hiç uygun değil (1 puan) ile her zaman uygun (7 puan) arasında derecelendirilmektedir.

### Verilerin analizi

Araştırma verilerinin analizinde SPSS 22.0 programı kullanılmıştır. Analizlerde, ölçek puanlarına ilişkin ortalama, standart sapma, minimum ve maksimum değerler gibi tanımlayıcı istatistikler ile verilerin normal dağılımının belirlenmesine yönelik çarpıklık ve basıklık değerleri incelenmiştir. Ayrıca, ölçeğin güvenilirliğinin belirlenmesi amacıyla Cronbach’s Alpha değerleri hesaplanmıştır. Psikolojik iyi oluş ölçeği puanlarının branş türü ve demografik değişkenlere göre karşılaştırılmasında ölçek tek boyuttan olduğundan dolayı İki Yönlü ANOVA analizi, cinsiyet rolü envanteri puanlarının ise karşılaştırılmasında ölçek iki boyuttan olduğundan dolayı MANOVA analizi kullanılmıştır. Branş türlerine göre ölçek puanlarının karşılaştırılmasında ise Bağımsız Örneklem T Testi yöntemi uygulanmıştır.

## BULGULAR

**Tablo 2. Katılımcıların ölçek puanlarına ilişkin tanımlayıcı istatistikler**

	n	En düşük	En yüksek	X±SS	Çarpıklık	Basıklık	$\alpha$	
<b>Psikolojik iyi oluş</b>	302	11	56	44,80±8,28	-1,30	1,95	0,85	
<b>Cinsiyet rolü</b>	Kadınsılık	302	69	139	114,07±11,92	-0,71	0,37	0,74
	Erkeksilik	302	75	138	115,80±12,88	-0,72	0,21	0,80

Tablo 2 incelendiğinde, Tablo 2’ye göre, araştırmaya katılanların psikolojik iyi oluş düzeyi ortalaması  $X\pm SS=44,80\pm 8,28$  puan, kadınsılık düzeyi ortalaması  $X\pm SS=114,07\pm 11,92$  puan ve erkeksilik düzeyi ortalaması ise  $X\pm SS=115,80\pm 12,88$  puan olarak belirlenmiştir. Ayrıca, Cronbach’s Alpha değerleri incelendiğinde, araştırma kapsamında kullanılan ölçeklerin analiz için uygun güvenilirlik düzeyinde olduğu bulunmuştur.

**Tablo 3. Katılımcıların ölçek puanlarının branş türlerine göre karşılaştırılması**

	Branş türü	N	X±SS	t	P	
<b>Psikolojik iyi oluş</b>	Takım	160	44,78±8,06	-0,059	0,953	
	Bireysel	142	44,83±8,56			
<b>Cinsiyet rolü</b>	Kadınsılık	Takım	160	113,94±12,71	-0,209	0,835
		Bireysel	142	114,23±11,01		
	Erkeksilik	Takım	160	117,34±11,70	2,218	0,027
		Bireysel	142	114,07±13,93		

Tablo 3 incelendiğinde branş türüne göre ölçek puanlarının karşılaştırılması için uygulanan Bağımsız Örneklem T Testi sonuçlarına göre, katılımcıların branş türlerine göre



psikolojik iyi oluş düzeyleri ve kadınsılık düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı belirlenmiştir ( $p>0,05$ ). Ancak, takım sporu yapan katılımcıların erkeksilik düzeyinin bireysel spor yapan katılımcılardan anlamlı derecede daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir.

**Tablo 4. Katılımcıların psikolojik iyi oluş puanlarının spor branş türü ve demografik değişkenlere göre karşılaştırılması**

Branş türü	Değişken	n	PİO (X±SS)	PİO anlamlılık (yaş)		PİO anlamlılık (branş türü x yaş)	
				F	p	F	p
Takım Sporları	18-19 yaş	21	45,71±7,00	0,422	0,236	0,394	0,758
	20-21 yaş	70	44,26±8,08				
	22-23 yaş	42	45,74±7,34				
	23+ yaş	27	43,89±9,89				
Bireysel Sporlar	18-19 yaş	23	48,00±5,21	0,422	0,236	0,394	0,758
	20-21 yaş	55	43,96±8,84				
	22-23 yaş	37	44,70±8,70				
	23+ yaş	27	44,07±9,81				
Branş türü	Cinsiyet	n	PİO (X±SS)	PİO anlamlılık (cinsiyet)		PİO anlamlılık (branş türü x cinsiyet)	
				F	p	F	p
Takım Sporları	Kadın	75	44,88±7,52	1,891	0,170	0,368	0,243
	Erkek	85	44,68±8,55				
Bireysel Sporlar	Kadın	82	45,87±7,91				
	Erkek	60	43,42±9,26				
Branş türü	Spora Başlama Yaşı	n	PİO (X±SS)	PİO anlamlılık (spora başlama yaşı)		PİO anlamlılık (branş türü x spora başlama yaşı)	
				F	p	F	p
Takım Sporları	10 yaş ve altı	60	44,37±8,54	1,224	0,296	1,613	0,201
	11-15 yaş	89	44,87±8,13				
	15+ yaş	11	46,27±4,34				
Bireysel Sporlar	10 yaş ve altı	44	46,52±8,18	1,224	0,296	1,613	0,201
	11-15 yaş	61	43,20±8,46				
	15+ yaş	37	45,51±8,90				
Branş türü	Spor Yaşı	n	PİO (X±SS)	PİO anlamlılık (spor yaşı)		PİO anlamlılık (branş türü x spor )	
				F	p	F	p
Takım Sporları	1-5 yıl	50	43,94±6,74	5,036	0,007*	0,476	0,621
	6-10 yıl	81	44,51±8,85				
	10+ yıl	29	46,97±7,70				
Bireysel Sporlar	1-5 yıl	67	43,24±8,44	5,036	0,007*	0,476	0,621
	6-10 yıl	51	45,02±8,44				
	10+ yıl	24	48,88±8,08				
Branş türü	Haftalık Spor Yaptığı Süre (gün)	n	PİO (X±SS)	PİO anlamlılık (haftalık spor yaptığı süre)		PİO anlamlılık (branş türü x haftalık spor yaptığı süre )	
				F	p	F	p
Takım Sporları	1-2 gün	22	43,50±8,27	2,065	0,129	0,533	0,587
	3-4 gün	90	43,94±7,78				
	5-7 gün	48	46,92±8,25				
Bireysel Sporlar	1-2 gün	22	43,27±9,17	2,065	0,129	0,533	0,587
	3-4 gün	86	44,92±8,40				
	5-7 gün	34	45,62±8,68				

**Tablo 4. Katılımcıların psikolojik iyi oluş puanlarının spor branş türü ve demografik değişkenlere göre karşılaştırılması (devamı)**

Branş türü	Değişken	n	PİO (X±SS)	PİO anlamlılık (haftalık spor yaptığı süre)		PİO anlamlılık (branş türü x haftalık spor yaptığı süre)	
				F	p	F	p
Takım Sporları	1-4 saat	43	44,51±7,39	1,292	0,276	0,120	0,887
	5-8 saat	64	45,42±7,19				
	8+ saat	53	44,21±9,54				
Bireysel Sporlar	1-4 saat	42	44,40±9,49	1,292	0,276	0,120	0,887
	5-8 saat	58	45,98±7,47				
	8+ saat	42	43,67±9,00				

  

Branş türü	Spor Branşında Derece Durumu	n	PİO (X±SS)	PİO anlamlılık (spor branşında derece durumu)		PİO anlamlılık (branş türü x spor branşında derece durumu)	
				F	p	F	p
Takım Sporları	Var	91	46,21±7,65	4,822	0,029*	1,663	0,198
Takım Sporları	Yok	69	42,88±8,26				
Bireysel Sporlar	Var	69	45,28±8,36				
Bireysel Sporlar	Yok	73	44,41±8,78				

\*p<0,05 düzeyinde anlamlı fark

Tablo 4'te psikolojik iyi oluş ölçeği için uygulanan İki Yönlü ANOVA sonuçları incelendiğinde, spor yaşına göre psikolojik iyi oluş ( $F(2, 296)=5,036$ ;  $p<0,05$ ) düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu gözlemlenmiştir. Post hoc Tukey test sonuçlarına göre spor yaşı 10+ yıl olanların psikolojik iyi oluş düzeyinin spor yaşı 1-5 yıl olanlardan anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ).

Psikolojik iyi oluş ölçeği için uygulanan İki Yönlü ANOVA sonuçları değerlendirildiğinde, katılımcıların derece alma durumlarına göre ( $F(1, 298)=4,822$ ;  $p<0,05$ ) psikolojik iyi oluş düzeylerinin istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir. Derece almış olanların psikolojik iyi oluş düzeyinin derece almamış olanlardan anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ).

**Tablo 5. Katılımcıların kadınsılık puanlarının spor branş türü ve demografik değişkenlere göre karşılaştırılması**

Branş türü	Değişken Yaş	n	Kadınsılık (X±SS)	Kadınsılık anlamlılık (yaş)		Kadınsılık anlamlılık (branş türü x yaş)	
				F	p	F	p
Takım Sporları	18-19 yaş	21	111,10±15,28	0,236	0,871	0,752	0,522
	20-21 yaş	70	114,41±13,40				
	22-23 yaş	42	113,02±11,46				
	23+ yaş	27	116,33±10,51				
Bireysel Sporlar	18-19 yaş	23	115,13±9,91	0,236	0,871	0,752	0,522
	20-21 yaş	55	114,42±10,98				
	22-23 yaş	37	114,11±11,47				
	23+ yaş	27	113,22±11,84				
Branş türü	Cinsiyet	n	Kadınsılık (X±SS)	Kadınsılık anlamlılık (cinsiyet)		Kadınsılık anlamlılık (branş türü x cinsiyet)	
				F	p	F	p
Takım Sporları	Kadın	75	117,44±12,79	16,082	0,000*	0,745	0,389
	Erkek	85	110,85±11,88				
Bireysel Sporlar	Kadın	82	116,02±10,36				
	Erkek	60	111,77±11,49				
Branş türü	Spora Başlama Yaşı	n	Kadınsılık (X±SS)	Kadınsılık anlamlılık (spora başlama yaşı)		Kadınsılık anlamlılık (branş türü x spora başlama yaşı)	
				F	p	F	p
Takım Sporları	10 yaş ve altı	60	111,13±13,07	1,876	0,189	1,918	0,149
	11-15 yaş	89	115,18±12,28				
	15+ yaş	11	119,18±11,93				
Bireysel Sporlar	10 yaş ve altı	44	114,55±12,87	1,876	0,189	1,918	0,149
	11-15 yaş	61	113,52±10,48				
	15+ yaş	37	115,00±9,63				
Branş türü	Spor Yaşı	n	Kadınsılık (X±SS)	Kadınsılık anlamlılık (spor yaşı)		Kadınsılık anlamlılık (branş türü x spor )	
				F	p	F	p
Takım Sporları	1-5 yıl	50	113,78±12,46	0,048	0,953	1,708	0,000
	6-10 yıl	81	114,81±13,48				
	10+ yıl	29	111,76±10,92				
Bireysel Sporlar	1-5 yıl	67	114,09±9,99	0,048	0,953	1,708	0,000
	6-10 yıl	51	113,00±12,52				
	10+ yıl	24	117,21±10,21				
Branş türü	Haftalık Spor Yaptığı Süre (gün)	n	Kadınsılık (X±SS)	Kadınsılık anlamlılık (haftalık spor yaptığı süre)		Kadınsılık anlamlılık (branş türü x haftalık spor yaptığı süre )	
				F	p	F	p
Takım Sporları	1-2 gün	22	119,09±10,77	3,091	0,047	1,007	0,367
	3-4 gün	90	113,92±12,34				
	5-7 gün	48	111,60±13,72				
Bireysel Sporlar	1-2 gün	22	117,41±10,60	3,091	0,047	1,007	0,367
	3-4 gün	86	113,12±11,29				
	5-7 gün	34	114,97±10,40				

**Tablo 5. Katılımcıların kadınsılık puanlarının spor branş türü ve demografik değişkenlere göre karşılaştırılması (devamı)**

Branş türü	Haftalık Spor Yaptığı Süre (saat)	n	Kadınsılık (X±SS)	Kadınsılık anlamlılık (haftalık spor yaptığı süre)		Kadınsılık anlamlılık (branş türü x haftalık spor yaptığı süre)	
				F	p	F	p
Takım Sporları	1-4 saat	43	116,81±11,09	3,601	0,028	0,656	0,520
	5-8 saat	64	113,72±12,89				
	8+ saat	53	111,87±13,50				
Bireysel Sporlar	1-4 saat	42	115,29±12,31	3,601	0,028	0,656	0,520
	5-8 saat	58	115,72±9,31				
	8+ saat	42	111,10±11,43				

  

Branş türü	Spor Branşında Derece Durumu	n	Kadınsılık (X±SS)	Kadınsılık anlamlılık (spor branşında derece durumu)		Kadınsılık anlamlılık (branş türü x spor branşında derece durumu)	
				F	p	F	p
Takım Sporları	Var	91	114,82±13,19	0,013	0,908	1,877	0,172
Bireysel Sporlar	Yok	69	112,77±12,04				
Takım Sporları	Yok	69	113,33±10,84				
Bireysel Sporlar	Yok	73	115,07±11,18				

Tablo 5’de cinsiyet rolü için uygulanan MANOVA sonuçlarına göre, cinsiyete göre kadınsılık ( $F(1,298)=16,082$ ;  $p<0,05$ ) düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık saptanmıştır. Hem takım sporu hem de bireysel spor yapanlarda kadınların kadınsılık düzeyi daha yüksek bulunmuştur.

Cinsiyet rolü için uygulanan MANOVA sonuçları değerlendirildiğinde, haftalık spor yaptıkları gün sayısına göre kadınsılık ( $F(2,296)=3,091$ ;  $p<0,05$ ) düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık belirlenmiştir. Post hoc Tukey test sonuçlarına göre haftalık spor yaptığı gün sayısı 1-2 gün olanların kadınsılık düzeyinin haftalık spor yaptığı gün sayısı 3-4 ve 5-7 gün olanlardan anlamlı düzeyde daha yüksek ( $p<0,05$ ) olduğu tespit edilmiştir.

Cinsiyet rolü için uygulanan MANOVA sonuçları değerlendirildiğinde, haftalık spor yaptıkları saate göre kadınsılık ( $F(2,296)=3,601$ ;  $p<0,05$ ) düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık belirlenmiştir. Post hoc Tukey test sonuçlarına göre haftalık spor yaptığı süre 1-4 saat olanların kadınsılık düzeyinin haftalık spor yaptığı süre 8+ saat olanlardan anlamlı düzeyde daha yüksek ( $p<0,05$ ).

**Tablo 6. Katılımcıların erkeksilik puanlarının spor branş türü ve demografik değişkenlere göre karşılaştırılması**

Branş türü	Değişken Yaş	n	Erkeksilik (X±SS)	Erkeksilik anlamlılık (yaş)		Erkeksilik anlamlılık (branş türü x yaş)	
				F	p	F	p
Takım Sporları	18-19 yaş	21	115,05±11,79	2,431	0,065	0,938	0,423
	20-21 yaş	70	114,69±11,42				
	22-23 yaş	42	121,43±9,55				
	23+ yaş	27	119,67±13,58				
Bireysel Sporlar	18-19 yaş	23	111,48±16,23	2,431	0,065	0,938	0,423
	20-21 yaş	55	113,85±13,34				
	22-23 yaş	37	114,46±12,86				
	23+ yaş	27	116,19±14,85				
Branş türü	Cinsiyet	n	Erkeksilik (X±SS)	Erkeksilik anlamlılık (cinsiyet)		Erkeksilik anlamlılık (branş türü x cinsiyet)	
				F	p	F	p
Takım Sporları	Kadın	75	113,09±10,88	23,242	0,000	0,576	0,448
	Erkek	85	121,09±11,15				
Bireysel Sporlar	Kadın	82	111,61±13,07	23,242	0,000	0,576	0,448
	Erkek	60	117,43±14,48				
Branş türü	Spora Başlama Yaşı	n	Erkeksilik (X±SS)	Erkeksilik anlamlılık (spora başlama yaşı)		Erkeksilik anlamlılık (branş türü spora başlama yaşı)	
				F	p	F	p
Takım Sporları	10 yaş ve altı	60	118,47±11,07	0,427	0,653	0,87	0,917
	11-15 yaş	89	116,82±11,74				
	15+ yaş	11	115,45±15,03				
Bireysel Sporlar	10 yaş ve altı	44	114,61±15,32	0,427	0,653	0,87	0,917
	11-15 yaş	61	114,23±13,84				
	15+ yaş	37	113,16±12,63				
Branş türü	Spor Yaşı	n	Erkeksilik (X±SS)	Erkeksilik anlamlılık (spor yaşı)		Erkeksilik anlamlılık (branş türü x spor )	
				F	p	F	p
Takım Sporları	1-5 yıl	50	114,12±11,93	8,971	0,183	0,081	0,922
	6-10 yıl	81	117,22±11,21				
	10+ yıl	29	123,24±10,70				
Bireysel Sporlar	1-5 yıl	67	111,99±12,44	8,971	0,183	0,081	0,922
	6-10 yıl	51	113,78±16,20				
	10+ yıl	24	120,50±10,95				
Branş türü	Haftalık Spor Yaptığı Süre (gün)	n	Erkeksilik (X±SS)	Erkeksilik anlamlılık (haftalık spor yaptığı süre)		Erkeksilik anlamlılık (branş türü x haftalık spor yaptığı süre )	
				F	p	F	p
Takım Sporları	1-2 gün	22	109,59±13,72	4,312	0,014	2,539	0,081
	3-4 gün	90	117,48±10,36				
	5-7 gün	48	120,65±11,67				
Bireysel Sporlar	1-2 gün	22	114,45±13,60	4,312	0,014	2,539	0,081
	3-4 gün	86	112,90±13,77				
	5-7 gün	34	116,79±14,57				

**Tablo 6. Katılımcıların erkeksilik puanlarının spor branş türü ve demografik değişkenlere göre karşılaştırılması (devamı)**

Branş türü	Haftalık Spor Yaptığı Süre (saat)	n	Erkeksilik (X±SS)	Erkeksilik anlamlılık (haftalık spor yaptığı süre)		Erkeksilik anlamlılık (branş türü x haftalık spor yaptığı süre)	
				F	p	F	p
Takım Sporları	1-4 saat	43	114,02±12,75	1,378	0,254	0,995	0,371
	5-8 saat	64	118,52±10,32				
	8+ saat	53	118,62±12,07				
Bireysel Sporlar	1-4 saat	42	113,81±13,55	0,865	0,353	0,438	0,509
	5-8 saat	58	113,21±15,18				
	8+ saat	42	115,52±12,66				

  

Branş türü	Spor Branşında Derece Durumu	n	Kadınsılık (X±SS)	Kadınsılık anlamlılık (spor branşında derece durumu)		Kadınsılık anlamlılık (branş türü x spor branşında derece durumu)	
				F	p	F	p
Takım Sporları	Var	91	118,36±11,39	0,865	0,353	0,438	0,509
	Yok	69	116,00±12,05				
Bireysel Sporlar	Var	69	114,28±13,43	0,865	0,353	0,438	0,509
	Yok	73	113,88±14,48				

\*p<0,05 düzeyinde anlamlı fark

Tablo 6’da cinsiyet rolü için uygulanan MANOVA sonuçlarına göre, cinsiyete göre erkeksilik (F(1, 298)=23,242; p<0,05) düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık saptanmıştır. Hem takım sporu hem de bireysel spor yapanlarda erkeklerin erkeksilik düzeyi daha yüksektir.

Cinsiyet rolü için uygulanan MANOVA sonuçları değerlendirildiğinde, erkeksilik (F(2,296)=8,971; p<0,05) düzeylerinin spor yaşına göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığı gözlemlenmiştir. Post hoc Tukey test sonuçlarına göre spor yaşı 10+ yıl olanların erkeksilik düzeyinin spor yaşı 1-5 yıl ve 6-10 yıl olanlardan anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (p<0,05).

Cinsiyet rolü için uygulanan MANOVA sonuçları değerlendirildiğinde, haftalık spor yaptıkları gün sayısına göre erkeksilik (F(2,296)=4,312; p<0,05) düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık belirlenmiştir. Post hoc Tukey test sonuçlarına göre haftalık spor yaptığı gün sayısı 1-2 gün olanların kadınsılık düzeyinin haftalık spor yaptığı gün sayısı 3-4 ve 5-7 gün olanlardan anlamlı düzeyde daha yüksek (p<0,05), haftalık spor yaptığı gün sayısı 5-7 gün olanların erkeksilik düzeyinin haftalık spor yaptığı gün sayısı 1-2 gün olanlardan anlamlı düzeyde daha yüksek (p<0,05) tespit edilmiştir.

**Tablo 7. Katılımcıların psikolojik iyi oluş ve rolü puanları arasındaki ilişki**

		Psikolojik iyi oluş ölçeği		Kadınsılık	Erkeksilik
Cinsiyet rolleri	Kadınsılık	r	0,322*	-	
		p	0,000		
	Erkeksilik	r	0,277*	0,224*	-
		p	0,000	0,000	

\*p<0,05 düzeyinde anlamlı fark

Tablo 7 incelendiğinde, kadınsılık ile psikolojik iyi oluş düzeyi arasında pozitif ve düşük düzeyde anlamlı ilişki olduğu ( $r=0,322$ ;  $p<0,05$ ) görülmektedir. Benzer şekilde erkeksilik ile psikolojik iyi oluş düzeyi arasında pozitif ve düşük düzeyde anlamlı ilişki olduğu belirlenmiştir ( $r=0,277$ ;  $p<0,05$ ).

**Tablo 8. Katılımcıların cinsiyet rollerinin psikolojik iyi oluş üzerine etkisinin incelenmesine ilişkin çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçları**

Değişken	B	Std. Hata	$\beta$	t	p
Sabit	69,699	0,571	-	59,116	0,000*
Kadınsılık	9,689	0,609	0,750	8,216	0,000*
Erkeksilik	-2,902	0,687	-0,187	-6,171	0,009*

$r=0,384$ ;  $r^2=0,142$ ;  $F(2, 299)=25,902$ ;  $p=0,000^*$

\*p<0,05 düzeyinde anlamlı fark

Tablo 8 incelendiğinde, cinsiyet rollerinin psikolojik iyi oluş üzerinde %14,2 düzeyinde anlamlı etkisi olduğu görülmektedir ( $r^2=0,142$ ;  $p<0,05$ ). Alt boyutlar bazında incelendiğinde, kadınsılıkta 1 birim değişimin psikolojik iyi oluş üzerinde 0,750 birim değişime neden olacağı ( $\beta=0,750$ ), erkeksilikte 1 birim değişimin psikolojik iyi oluş üzerinde -0,187 birim değişime neden olacağı ( $\beta=-0,187$ ) görülmektedir.

## TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışmada, takım ve bireysel sporcuların cinsiyet rolleri ve psikolojik iyi oluş düzeylerine ilişkin bulgular değerlendirilmiştir. Takım ve bireysel spor dalları ile ilgilenen sporcuların psikolojik iyi oluş düzeyleri arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır. Branş türü değişkenine göre sporcuların psikolojik iyi oluş düzeyleri arasında da anlamlı farklılık saptanmamıştır. Bu sonuç, takım sporları ile bireysel spor dallarının, farklı karakteristik özelliklere sahip olmalarına rağmen, bireyin psikolojik gelişimine benzer şekilde katkı sağladığını öne sürmektedir. Salar ve arkadaşları (2012) takım sporları ile bireysel spor dallarında yer alan sporcuların psikolojik yapıları arasında benzerlikler olduğunu ortaya koymuştur. Bu bulgular, her iki spor türünün de psikolojik yapıyı olumlu yönde etkilediğini öne sürmektedir. Ancak, literatürde takım sporu ile ilgilenen sporcuların psikolojik iyi oluş düzeylerinin bireysel spor dalları ile ilgilenen sporculardan daha yüksek olduğunu öne süren

araştırmalar da bulunmaktadır (Miller ve Hoffman, 2009; Fransen ve ark., 2020; Gürkan ve ark., 2021).

Çalışmada sporcuların branşlarına ve yaş gruplarına göre psikolojik iyi oluş düzeyleri arasında anlamlı farklılık olmadığı belirlenmiştir. Bu sonucun ortaya çıkmasında, katılımcıların benzer gelişim dönemlerinde olmalarının ve sporla ilgilenme yıllarının benzerlik göstermesinin etkili olduğu düşünülebilir. Ancak, literatürde yaş unsurunun sporcularda psikolojik iyi oluş düzeyini etkilediğini gösteren araştırmalar da mevcuttur. Örneğin, üniversiteler arası spor müsabakalarına katılan öğrenciler üzerinde yapılan bir çalışmada, yaş ile psikolojik iyi oluş düzeyi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu rapor edilmiştir. Bu çalışmada, sporcuların yaşları arttıkça psikolojik iyi oluş düzeylerinin de yükseldiği belirtilmiştir (Uluç, 2022). Belz ve arkadaşları (2018) tarafından yapılan çalışmada ise ergenler, kadınlar ve genç milli takım sporcularının düşük psikolojik iyi oluş düzeyine sahip olduğu görülmüştür.

Çalışmada, sporcuların branş ve cinsiyetlerine göre psikolojik iyi oluş düzeyleri arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır. Bu sonucun temelinde, spora katılımın hem kadın hem de erkek bireylerin psikolojik sağlığını olumlu yönde etkilemesi ve sporcuların fiziksel yapılarına uygun spor dalları ile ilgilenmeleri yatmaktadır. Ancak, literatürde cinsiyet değişkeninin psikolojik iyi oluş üzerinde belirleyici olduğunu gösteren çalışmalar da mevcuttur. Örneğin, üniversite öğrencileri üzerinde yapılan bir çalışmada, spor yapma durumu ve cinsiyet değişkenlerine göre psikolojik iyi oluş düzeyinin incelenmesi sonucunda, kadın öğrencilerin psikolojik iyi oluş düzeylerinin daha yüksek olduğu rapor edilmiştir (Elmas ve ark., 2021). Alamdarloo ve arkadaşları (2019) tarafından yapılan çalışmada sporcu kadınların psikolojik iyi oluşunun, sporcu olmayan kadınlara göre daha iyi olduğu belirtilmiştir. Takım ve bireysel spor dalları ile ilgilenen sporcular üzerinde yapılan diğer bir çalışmada ise erkek sporcularda kadınlara kıyasla psikolojik iyi oluş düzeyinin daha yüksek olduğu bulunmuştur (Uluç, 2022). Gürkan ve arkadaşları (2021) tarafından yapılan bir çalışmada kadın ve erkek sporcuların psikolojik iyi oluş düzeyleri arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır. Bu tutarsızlık, farklı spor dalları üzerinde yapılan araştırmalardan kaynaklanabilir.

Çalışmada sporcuların spora başlama yaşlarına göre psikolojik iyi oluş düzeyleri arasında anlamlı farklılık görülmemiştir. Benzer şekilde, branş ve spor yaşlarına göre sporcuların psikolojik iyi oluş düzeylerinin farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Ancak, katılımcıların spor yaşına göre psikolojik iyi oluş düzeylerinin anlamlı farklılık gösterdiği belirlenmiştir. Literatürde de spora başlama yaşından ziyade spor yaşının psikolojik iyi oluş üzerinde



belirleyici olduğu ve genellikle spor yaşının artmasıyla psikolojik iyi oluş düzeyinin yükseldiği vurgulanmaktadır (Uluç, 2022). Bununla birlikte, spor yapma alışkanlığı olmayan bireylerde de spor yapmaya başladıktan sonra psikolojik iyi oluş düzeyinin arttığı gözlemlenmektedir (Pressman ve ark., 2009; Trainor ve ark., 2010). Bu bulgular, spora katılımın bireylerin psikolojik sağlığını olumlu yönde etkilediğini ve sporun yaşam kalitesini artırıcı bir etkiye sahip olduğunu desteklemektedir.

Çalışmada sporcuların haftalık spor yapma saatlerine göre psikolojik iyi oluş düzeylerinin anlamlı farklılık göstermediği bulunmuştur. Benzer şekilde, branş ve haftalık spor yapma saati değişkenine göre sporcuların psikolojik iyi oluş düzeylerinin farklılaşmadığı bulunmuştur. Bu sonucun ortaya çıkmasında, katılımcıların büyük bir bölümünün uzun yıllar boyunca düzenli spor yapması ve haftalık spor yapma sürelerinin benzerlik göstermesinin etkili olduğu düşünülebilir. Literatürde bu konuda yapılan çalışmalarda spor yapma sıklığının psikolojik iyi oluş düzeyini etkilediğini gösteren çalışmalar bulunmakla birlikte (Karaçam & Pulur, 2017), bu konuda spor yapma alışkanlığı olan üniversite öğrencileri üzerinde yürütülen çalışmaların sınırlı olduğu görülmektedir.

Çalışmaya katılan sporcuların branşları ve ilgilendikleri spor dallarında derece elde etme durumlarına göre psikolojik iyi oluş düzeylerinin anlamlı farklılık gösterdiği görülmüştür. Bu sonucun ortaya çıkmasında, ilgilenilen spor dalında derece elde eden sporcuların psikolojik yapılarının daha fazla gelişmiş olmasının etkili olduğu düşünülebilir. Literatürde yer alan çalışmalarda da amatör sporculara kıyasla milli sporcuların ve sportif başarısı bulunmayan sporculara kıyasla derece elde etmiş olan sporcuların psikolojik yapılarının daha fazla geliştiği belirtilmektedir (Kıran, 2021).

Sporcuların branşlarına göre cinsiyet rollerine ilişkin bulgular incelendiği zaman, kadınsılık alt boyutunda gruplar arasında anlamlı farklılık meydana gelmediği görülmüştür. Ancak erkeksilik alt boyutunda, bireysel spor dalları ile kıyaslandığı zaman takım sporları ile ilgilenen sporcular lehine anlamlı farklılık olduğu görülmüştür. Gruplar arasında anlamlı farklılık olmasının temelinde, ilgilenilen spor dallarının farklı karakteristik özellikleri (bireysel mücadele, grup dinamiği, iş birliği vb.) içinde barındırmasının yattığı düşünülebilir. Üstündağ (2019) tarafından yapılan çalışmada sporcuların cinsiyet rollerini etkileyen değişkenlerin incelendiği çalışmada ilgilenilen spor dalına göre sporcuların cinsiyet algılarının anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Koca ve arkadaşları (2004) tarafından yapılan çalışmada ise

bireysel sporlarla uğraşan sporcuların erkeksilik puanlarının takım sporları ile uğraşan sporculardan yüksek olduğu görülmüştür.

Araştırmada branş ve yaş grubu değişkenine göre ele alındığı zaman sporcuların cinsiyet rolleri arasında anlamlı farklılık bulunmadığı görülmüştür. Bu sonucun ortaya çıkmasında farklı branş ve yaş gruplarında yer almalarına karşılık katılımcıların benzer sosyo-kültürel çevrelerde yetişmelerinin etkili olduğu söylenebilir. Yapılan bazı çalışmalarda ise üniversite öğrencilerinin cinsiyet rollerine ilişkin algılarının yaş grubu değişkenine göre farklılaştığı belirtilmektedir. Bu konuda yapılan ve farklı bölümlerde öğrenim gören üniversite öğrencileri üzerinde gerçekleştirilen çalışmada öğrencilerin yaşları ilerledikçe cinsiyet rollerini eşitlikçi olarak algılama düzeylerinin azaldığı bulunmuştur. Aynı çalışmada öğrencilerin geleneksel rolleri algılama düzeylerinin ise yaş gruplarına göre farklılaşmadığı rapor edilmiştir (Arıcı, 2011). Sporcularda sosyalleşme düzeyi ile cinsiyet rollerine ilişkin algı düzeyini etkileyen değişkenlerin incelendiği bir çalışmada sporcuların hem sosyalleşme düzeylerinin hem de cinsiyet rollerine ilişkin algılarının yaş gruplarına göre farklılaşmadığı bulunmuştur (Üstündağ, 2019).

Çalışmanın branş ve cinsiyet değişkenlerine göre incelendiği bölümde, sporcuların cinsiyet rolleri arasında anlamlı farklılıklar olduğu bulunmuştur. Bu sonucun ortaya çıkmasında, araştırmaya katılan kadın ve erkek sporcuların küçük yaşlardan itibaren toplumsal cinsiyet rollerini benimsemeleri ve spora katılımın bu roller üzerinde belirgin bir değişiklik yaratmamasının etkili olduğu düşünülebilir. Ancak, literatürde sporcular üzerinde cinsiyet rollerini etkileyen değişkenlerin ele alındığı çalışmaların sınırlı olduğu gözlemlenmektedir. Spor yapma alışkanlığı olmayan üniversite öğrencileri üzerinde yapılan bazı çalışmalarda ise cinsiyet rollerine ilişkin algı düzeyinin öğrencilerin cinsiyetlerine göre farklılaştığı belirtilmiştir (Arıcı, 2011). Üniversite öğrencileri üzerinde gerçekleştirilen farklı bir çalışmada, kadınların toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin algı düzeylerinin erkek öğrencilere kıyasla daha yüksek olduğu bulunmuştur (Ertan, 2022). Sporcular üzerinde yapılan diğer bir çalışmada ise kadın ve erkek sporcuların spor dalı tercihleri nedeniyle toplumsal baskı yaşadıkları ve bu durumun toplumsal cinsiyet rolleri algısını etkilediği rapor edilmiştir (Kavasoğlu & Yaşar, 2016). Araştırma sonuçları arasındaki tutarsızlıkların temelinde, farklı sosyo-kültürel çevrelerde yetişmiş olan öğrenciler üzerinde yürütülen çalışmaların bulunması da etkili olabilir.

Sporcuların spora başlama yaşlarına ve branşlarına göre cinsiyet rolü algılarının incelendiği bölümde, cinsiyet rolü algılarının spora başlama yaşları ve branşlar açısından

anlamli farklılık göstermediği bulunmuştur. Ancak, sporcuların spor yapma yaşı değişkenine göre cinsiyet rollerine ilişkin algılarının anlamli farklılık gösterdiği belirlenmiştir. Bu durumun temelinde, spor yapma yaşı arttıkça bireyin psikolojik yapısının ve dahil olduğu sosyal çevrenin değişmesinin etkili olduğu düşünülebilir. Literatürde cinsiyet rollerini etkileyen unsurların incelendiği çalışmalar incelendiğinde, spora başlama yaşı ve sporla ilgilenme yılı değişkenlerine göre sporcuların cinsiyet rollerinin incelendiği çalışmaların sınırlı olduğu görülmektedir. Ancak, farklı spor dallarında yer alan sporcular üzerinde yürütölen bir çalışmada, sporcuların antrenman yapma yıllarına göre cinsiyet rollerine ilişkin algılarının farklılaştığı görölmüştür (Üstündağ, 2019). Bu tür çalışmaların, sporda cinsiyet rolleri algısının farklı değişkenlerle ilişkisini daha detaylı anlamak için önemli olduğu söylenebilir.

Çalışmanızda sporcuların haftalık spor yapma saatlerine ve ilgilendikleri spor dallarında derece elde etme durumlarına göre cinsiyet rollerine ilişkin algı düzeylerinin incelendiği bölümlerde, her iki durumda da anlamli farklılık tespit edilmemiştir. Benzer şekilde, branş ve haftalık spor yapma saati değişkenlerine göre sporcuların cinsiyet rollerine ilişkin algı düzeylerinde farklılaşma bulunmamıştır. Literatürde sporcuların haftalık spor yapma sürelerine ve spor dalında derece elde etme durumlarına göre cinsiyet rollerinin incelendiği çalışmalara rastlanmamıştır. Ancak, üniversitelerin spor bölümlerinde öğrenim gören öğrenciler üzerinde yürütölen bir çalışmada, sporcuların ilgilendikleri spor dalını aktif olarak yapma durumlarına göre cinsiyet rollerinin anlamli farklılık göstermediği, ancak sporla ilgilenme düzeylerinin cinsiyet rollerine ilişkin algı üzerinde belirleyici olduğu rapor edilmiştir (Güngör, 2022). Bu tür çalışmaların, sporcuların cinsiyet rollerini etkileyen faktörlerin daha geniş bir perspektiften anlaşılması açısından önemlidir ve sporda cinsiyet rolleri konusunda literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Cinsiyet rollerinin psikolojik iyi oluş üzerinde düşük düzeyde anlamli etkisi olduğu belirlenmiştir. Ramaeker ve Petrie (2019) tarafından yapılan çalışmada sporcuların spor yapmayanlara kıyasla daha yüksek seviyede erkeksi normlara uyum sağladıklarını ancak psikolojik iyi oluş düzeyleri arasında anlamli bir farklılık tespit edilmemiştir. Bu sonuç spor yapmanın erkeksilik normlarına uyumu artırabileceğini fakat psikolojik iyi oluş üzerinde doğrudan bir etkisinin olmadığını öne sürmektedir. Takım sporları yapan kadın ve erkek sporcularda erkeksilik özelliklerinin görev odaklı ve sosyal kaçışa yönelik başa çıkma tarzlarıyla ilişkilendirilirken, feminenlik özelliklerinin ise stresli durumlarda kaçınma odaklı başa çıkma tarzıyla bağlantılı olduğunu ortaya koymaktadır (Bojkowski ve ark., 2020). Bu

sonuçların cinsiyet rolünün psikolojik iyi oluş üzerinde tutarlı düzeyde bir etkisinin olmadığını göstermektedir.

Çalışma sonuçlarına göre, üniversite sporcularının psikolojik iyi oluş düzeyleri ile cinsiyet rollerini etkileyen unsurlar arasında çeşitli ilişkiler bulunmuştur. Sporcuların demografik özelliklerinin, özellikle spor yaşı ve ilgilendikleri spor dalında derece elde etme durumunun, psikolojik iyi oluş düzeyleri üzerinde belirleyici olduğu görülmüştür. Ayrıca, sporcuların cinsiyet rollerine ilişkin algı düzeylerinin, haftalık spor yapma saatleri ve haftalık spor yapılan gün sayısı gibi değişkenlere göre farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Elde edilen bulgular, literatürdeki benzer çalışmalarla kısmen uyumlu olsa da sporda cinsiyet rollerini etkileyen değişkenlerin incelendiği çalışmaların sınırlı olduğuna dikkat çekmek önemlidir. Çalışmanın literatürde konu ile ilgili boşluğu doldurarak, spor psikolojisi ve cinsiyet araştırmalarına yeni bir bakış açısı getirdiği düşünülmektedir. Bu açıdan antrenörler, spor psikologları ve diğer spor uzmanları için rehberlik sağlayabileceği, sporda psikolojik iyi oluşun ve cinsiyet rollerinin daha iyi anlaşılmasına katkıda bulunabileceği söylenebilir.

### **Öneriler**

Sporda birlik ve beraberliğin oluşturulabilmesi için spor branşları açısından cinsiyet cinsiyet rollerinden kaynaklanan baskıların yıkılması gerekmektedir. Bu açıdan toplum içerisinde var olan klasik kadın ve erkek rollerine yönelik eşitliği destekleyecek bir spor kültürünün aşılması için, çocuk yaşlardan itibaren kişilere ve topluma bu konuda eğitim verilmelidir. Spor federasyonları, gençlik ve spor müdürlükleri, belediyeler gibi spor hizmeti sunan kamu ve kuruluşların, spor katılımcılarına cinsiyetçi yaklaşım konusunda karşılaşılabilecekleri sorunlarına yönelik yardım sağlamaları önerilebilmektedir. Bunun yanında cinsiyet algısına dikkat çekilmesi açısından sporda cinsiyet rollerini etkileyen değişkenlerin daha fazla incelendiği yeni çalışmaların yapılmasıdır. Bu önerilerin, sporun herkes için daha kapsayıcı ve eşitlikçi bir ortam oluşturmasına yardımcı olabileceği düşünülmektedir. Ayrıca gençlerin mutlu olabilmeleri adına pozitif iyi oluşlarını destekleyen etkenlerin belirlenip o yönde çalışmaların artırılması önerilebilmektedir. Bu amaçla spor yapan öğrencilerin psikolojik anlamda iyi olmalarının desteklenmesi amacıyla kendilerini iyi hissedebilecekleri alanların sayısının artırılmasına yoğunluk verilmesi gerektiği düşünülmektedir. Bunun yanında bu öğrencilerin sportif ihtiyaçlarının belirlenmesi iyi oluşlarının artırılmasına katkı sağlayabilecektir.

## KAYNAKLAR

- Alamdarloo GH, Shojaee S, Asadmanesh E, Sheikhan Shahin H, Rangani A, Negahdarifard S. A comparison of psychological well-being in athlete and non-athlete women. *Baltic Journal of Health and Physical Activity*. 2019;11(2):109-116. <https://10.29359/BJHPA.11.2.11>
- Arıcı, F. (2011). *Üniversite öğrencilerinde toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin algular ve psikolojik iyi oluş* (Tez No. 308446). [Yüksek lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Bahadır, E. (2009). *Sağlıkla ilgili fakültelerde eğitime başlayan öğrencilerin psikolojik sağlık düzeyleri* (Tez No. 236965). [Yüksek lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Baştuğ, G., & Kuru, E. (2009). Bayan sporcuların bedenlerini algılama düzeyleri ve cinsiyet rolleri üzerine bir araştırma. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 29(2), 533-555.
- Belz, J., Kleinert, J., Ohlert, J., Rau, T., & Allroggen, M. (2018). Risk for depression and psychological well-being in German national and state team athletes—Associations with age, gender, and performance level. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 12(2), 160-178. <https://doi.org/10.1123/jcsp.2016-0024>
- Bem, S. L. (1981). Gender schema theory: A cognitive account of sex typing. *Psychological Review*, 88(4), 354-357.
- Bem, S.L. (1974). The measurement of psychological androgyny. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 42(2), 155-162. <https://doi.org/10.1037/h0036215>
- Boiché, J., Chalabaev, A., & Sarrazin, P. (2014). Development of sex stereotypes relative to sport competence and value during adolescence. *Psychology of Sport and Exercise*, 15(2), 212-215.
- Bolat, Z. (2013). *Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlıkları ile öz-anlayışları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Tez No. 328679). [Yüksek lisans Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Bojkowski, Ł., Walczak, M., & Tomczak, M. (2020). Psychological femininity and masculinity and coping with stress in athletes. *Journal of Physical Education and Sport®(JPES)*, 20(5), 2911-2917. <https://10.7752/jpes.2020.s5395>
- Butler, J. (2004). *Undoing gender*. Routledge.
- Can, A. (2014). *SPSS ile bilimsel araştırma sürecinde nicel veri analizi*. Pegem Akademi Yayıncılık.
- Chalabaev, A., Sarrazin, P., Fontayne, P., Boiché, J., & Clément-Guillotin, C. (2013). The influence of sex stereotypes and gender roles on participation and performance in sport and exercise: Review and Future Directions. *Psychology of Sport and Exercise*, 14(2), 136-144.
- Clow, K. A., & Ricciardelli, R. (2011). Women and men in conflicting social roles: Implications from social psychological research. *Social Issues and Policy Review*, 5(1), 191-226. <https://doi.org/10.1111/j.1751-2409.2011.01030.x>
- Conger, R. D., Conger, K. J., & Martin, M. J. (2010). Socioeconomic status, family processes, and individual development. *Journal of Marriage and Family*, 72(3), 685-704. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2010.00725.x>
- Çapan, B. E., & Arıcıoğlu, A. (2014). Psikolojik sağlamlığın yordayıcısı olarak affedicilik. *International Journal of Educational Research*, 5(4), 70-82.
- Çelebi, E. (2022). Medyanın toplumsal cinsiyet rolleri üzerinde etkisi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 21(82), 822-829. <https://doi.org/10.17755/esosder.989638>

- Çetinkaya, T. (2010). *Sporcu öğrenci kimliği oluşumunda etkili olan faktörler* (Tez No. 288746). [Yüksek lisans Tezi, Gazi Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D. W., Oishi, S., & Biswas-Diener, R. (2010). New well-being measures: Short scales to assess flourishing and positive and negative feelings. *Social Indicators Research*, 97, 143-156.
- Doğanay, G., & Çopur, Z. (2021). İlkokul hayat bilgisi ders kitaplarında işlenen aile içi rollerin toplumsal cinsiyet eşitliği açısından değerlendirilmesi. *Aydın İnsan ve Toplum Dergisi*, 7(1), 57-73.
- Dökmen, Z. (1991). Bem cinsiyet rolü envanteri'nin geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Ankara Üniversitesi Dil ve Tarih Coğrafya Fakültesi Dergisi*, 35(1), 81-89.
- Edwards, D. J., Edwards, S. D., & Basson, C. J. (2004). Psychological well-being and physical self-esteem in sport and exercise. *International Journal of Mental Health Promotion*, 6(1), 25-32. <https://doi.org/10.1080/14623730.2004.9721921>
- Ekşi, H., Güneş, F., & Yaman, N. (2018). Öğretmenlerin evlilik uyumlarının psikolojik iyi oluşları ve toplumsal cinsiyet rolleri açısından incelenmesi. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 8(50), 203-233.
- Eliot, L., Ahmed, A., Khan, H., & Patel, J. (2021). Dump the “dimorphism”: Comprehensive synthesis of human brain studies reveals few male-female differences beyond size. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 125, 667-697.
- Ellemers, N. (2018). Gender stereotypes. *Annual Review of Psychology*, 69, 275-298.
- Elmas, L., Yüceant, M., Ünlü, H., & Bahadır, Z. (2021). Üniversite öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeyleri ile psikolojik iyi oluş durumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Sportive*, 4(1), 1-17.
- Ertan, E.B. (2022). *Üniversite öğrencilerinin algıladıkları anne baba tutumları ve psikolojik iyi oluş düzeyleri ile toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin tutumları arasındaki ilişkinin bazı değişkenler açısından incelenmesi* (Tez No. 705671). [Yüksek lisans Tezi, Onsekiz Mart Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Fransen, K., McEwan, D., & Sarkar, M. (2020). The impact of identity leadership on team functioning and well-being in team sport: Is psychological safety the missing link?. *Psychology of Sport and Exercise*, 51, 101763. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2020.101763>
- Greenwald, A. G., Nosek, B. A., & Banaji, M. R. (2003). *Understanding and using the implicit association test: I. An improved scoring algorithm*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 197.
- Güngör, G. (2022). *Spor bilimleri fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin toplumsal cinsiyet rol algıları ile liderlik davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Tez No. 762434). [Yüksek lisans Tezi, Uludağ Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Gürkan, R. K., Koçak, F., & Başar, A. (2021). Engelli sporcularda psikolojik iyi oluş ve serbest zaman doyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *International Journal of Sport Exercise and Training Sciences-IJSETS*, 7(2), 73-83. <https://doi.org/10.18826/useeabd.890800>
- Hiremath, C. (2019). Impact of sports on mental health. *International Journal of Physiology, Nutrition and Physical Education*, 1, 14-18.
- Horton, R. S., & Mack, D. E. (2000). Athletic identity in marathon runners: Functional focus or dysfunctional commitment?. *Journal of Sport Behavior*, 23(2).

- Joel, D., Berman, Z., Tavor, I., Wexler, N., Gaber, O., Stein, Y., Liem, F., Hänggig, J., Jänckef, L. & Assaf, Y. (2015) Sex beyond the genitalia: The human brain mosaic. *Proc Natl Acad Sci USA*, 112(50), 15468–15473.
- Kaplan, K. (2016). *Evli bireylerde toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin tutumların, evlilik doyumuna ve psikolojik iyi oluş durumuna etkisinin incelenmesi*. (Tez No. 433505). [Yüksek lisans Tezi, Beykent Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Karaçam, A., & Pular, A. (2017). Beden eğitimi öğretmenlerinin başarı algısı, akademik iyimserlik, psikolojik iyi oluş ve fiziksel saygı düzeylerinin incelenmesi. *Uşak Üniversitesi Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 3(1), 1-22. <https://doi.org/10.29065/usakead.287684>
- Kavasoglu, İ., & Yaşar, M. (2016). Toplumsal cinsiyet normlarının dışındaki sporcular. *Spor Bilimleri Dergisi*, 27(3), 118-132. <https://doi.org/10.17644/sbd.296213>
- Keyes, C. L., Shmotkin, D., & Ryff, C. D. (2002). Optimizing well-being: the empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and social psychology*, 82(6), 1007.
- Kılıç, F.M.Ş. (2021). *Evli kadınların psikolojik iyi oluş düzeylerinde toplumsal cinsiyet rolleri, algılanan sosyal destek ve eş desteği etkisinin bazı demografik değişkenler açısından incelenmesi*. (Tez No. 658221). [Yüksek lisans Tezi, Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Kıran, Z. (2021). *Spor sonrası yaşamda elit sporcuların psikolojik iyi oluşları* (Tez No. 701648). [Yüksek lisans Tezi, Pamukkale Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Knodel, J., Loi, V. M., Jayakody, R., & Huy, V. T. (2005). Gender roles in the family: Change and stability in Vietnam. *Asian Population Studies*, 1(1), 69-92. <https://doi.org/10.1080/17441730500125888>
- Koca, C., & Bulgu, N. (2005). *Spor ve toplumsal cinsiyet: genel bir bakış*. [https://yunus.hacettepe.edu.tr/~canankoca/SBT688/Ders01/Koca\\_Bulgu\\_2005.pdf](https://yunus.hacettepe.edu.tr/~canankoca/SBT688/Ders01/Koca_Bulgu_2005.pdf)
- Koca, C., Aşçı, H., & Kirazcı, S. (2004). Takım ve bireysel sporlarla uğraşan kadın ve erkek sporcuların ve sporcu olmayanların toplumsal cinsiyet rol eğilimi. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 9(2), 3-10.
- Koivula, N. (2001). Perceives characteristics of sports categorized as gender-neutral, feminine and masculine. *Journal of Sport Behavior*, 24(4).
- Küçük, V., & Koç, H. (2004). Psiko-sosyal gelişim süreci içerisinde insan ve spor ilişkisi. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, (9).
- Lemm, K. M., Dabady, M., & Banaji, M. R. (2005). Gender picture priming: It works with denotative and connotative primes. *Social Cognition*, 23(3), 218-241.
- Ling, J. E. S., & Tong, S. F. (2017). The roles of men in family planning—a study of married men at the UKM primary care clinic. *Malaysian family physician: the official journal of the Academy of Family Physicians of Malaysia*, 12(1), 2-12.
- Liu, Z., Shentu, M., Xue, Y. *et al.* Sport–gender stereotypes and their impact on impression evaluations. *Humanit Soc Sci Commun* 10, 614 (2023). <https://doi.org/10.1057/s41599-023-02132-9>
- Matud, M. P., López-Curbelo, M., & Fortes, D. (2019). Gender and psychological well-being. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(19), 1-11. <https://doi.org/10.3390/ijerph16193531>
- Miller, K. E., & Hoffman, J. H. (2009). Mental well-being and sport-related identities in college students. *Sociology of Sport Journal*, 26(2), 335-356. <https://doi.org/10.1123/ssj.26.2.335>

- Moeijes, J., van Busschbach, J. T., Bosscher, R. J., & Twisk, J. W. (2018). Sports participation and psychosocial health: a longitudinal observational study in children. *BMC Public Health*, 18(1), 1-11.
- Oakley, A. (2016). *Sex, gender and society*. Routledge.
- Özdemir, L., Batga, B., & Uçar, B. (2019). Sosyal ağ kullanımının öğrencilerin algılanan toplumsal cinsiyet rolleri üzerine etkisi. *İnönü Üniversitesi Uluslararası Sosyal Bilimler Dergisi*, 8(2), 471-486.
- Palas, P., & Sevde, A. (2020). Sağlık hizmetleri öğrencilerinin toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin tutumları ile psikolojik iyi oluşları arasındaki ilişki. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 4(7), 91-100.
- Piko, B. F., & Keresztes, N. (2006). Physical activity, psychosocial health and life goals among youth. *Journal of Community Health*, 31, 136-145.
- Pressman, S. D., Matthews, K. A., Cohen, S., Martire, L. M., Scheier, M., Baum, A., & Schulz, R. (2009). Association of enjoyable leisure activities with psychological and physical well-being. *Psychosomatic Medicine*, 71(7), 725-732. <https://doi.org/10.1097/PSY.0b013e3181ad7978>
- Ramaeker, J., & Petrie, T. A. (2019). "Man up!": Exploring intersections of sport participation, masculinity, psychological distress, and help-seeking attitudes and intentions. *Psychology of Men & Masculinities*, 20(4), 515-527. <https://doi.org/10.1037/men0000198>
- Rochlen, A. B., & Mahalik, J. R. (2004). Women's perceptions of male partners' gender role conflict as predictors of psychological well-being and relationship satisfaction. *Psychology of Men & Masculinity*, 5(2), 147-157. <https://doi.org/10.1037/1524-9220.5.2.147>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1082.
- Salar, B., Hekim, M., & Tokgöz, M. (2012). 15-18 yaş grubu takım ve ferdi spor yapan bireylerin duygusal durumlarının karşılaştırılması. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 6, 123-135.
- Sarıtaş, E., & Şahin, Ü. (2018). Hayat bilgisi ders kitaplarında toplumsal cinsiyet rolleri üzerine bir inceleme. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 48, 463-477.
- Schmitt, D. P., Realo, A., Voracek, M., & Allik, J. (2008). Why can't a man be more like a woman? Sex differences in Big Five personality traits across 55 cultures. *Journal of Personality and Social Psychology*, 94(1), 168-182. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.94.1.168>
- Steffens, M. C., Jelenec, P., & Noack, P. (2010). On the leaky math pipeline: comparing implicit math-gender stereotypes and math withdrawal in female and male children and adolescents. *Journal of Educational Psychology*, 102(4), 947-961.
- Telef, B. (2013). Psikolojik iyi oluş ölçeği: Türkçe'ye uyarlama, geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28(28-3), 374-384.
- Trainor, S., Delfabbro, P., Anderson, S., & Winefield, A. (2010). Leisure activities and adolescent psychological well-being. *Journal of Adolescence*, 33(1), 173-186.
- Uluç, E. A. (2022). Psikolojik iyi oluş ve psikolojik kırılganlık arasındaki ilişki: üniversiteler arası müsabakalarda mücadele eden sporcular örneği. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 5(4), 1035-1047. <https://doi.org/10.38021/asbid.1194403>



Üstündağ, H. (2019). *Elit kadın takım ve bireysel sporcuların toplumsal cinsiyet ile sosyalleşme düzeylerinin incelenmesi*. (Tez No. 559605). [Yüksek lisans Tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.

Varlı Gürer, S. Z., & Gürer, M. (2020). Toplumsal cinsiyet rolleri bağlamında Türkiye’deki televizyon dizilerinde sunulan kadın stereotipi. *Alanya Akademik Bakış*, 4 (3), 631-650. [https://doi.org/10.29023/alanya\\_akademik.684492](https://doi.org/10.29023/alanya_akademik.684492)

Von Mackensen, S., Harrington, C., Tuddenham, E., Littley, A., Will, A., Fareh, M., & Khair, K. (2016). The impact of sport on health status, psychological well-being and physical performance of adults with haemophilia. *Haemophilia*, 22(4), 521-530. <https://doi.org/10.1111/hae.12912>

<b>KATKI ORANI</b> <b>CONTRIBUTION RATE</b>	<b>AÇIKLAMA</b> <b>EXPLANATION</b>	<b>KATKIDA BULUNANLAR</b> <b>CONTRIBUTORS</b>
Fikir ve Kavramsal Örgü <i>Idea or Notion</i>	Araştırma hipotezini veya fikrini oluşturmak <i>Form the research hypothesis or idea</i>	Sinem PARLAKYILDIZ Sevim KÜL AVAN
Tasarım <i>Design</i>	Yöntem ve araştırma desenini tasarlamak <i>To design the method and research design.</i>	Sinem PARLAKYILDIZ Sevim KÜL AVAN
Literatür Tarama <i>Literature Review</i>	Çalışma için gerekli literatürü taramak <i>Review the literature required for the study</i>	Sinem PARLAKYILDIZ Sevim KÜL AVAN
Veri Toplama ve İşleme <i>Data Collecting and Processing</i>	Verileri toplamak, düzenlemek ve raporlaştırmak <i>Collecting, organizing and reporting data</i>	Sinem PARLAKYILDIZ Sevim KÜL AVAN
Tartışma ve Yorum <i>Discussion and Commentary</i>	Elde edilen bulguların değerlendirilmesi <i>Evaluation of the obtained finding</i>	Sinem PARLAKYILDIZ Sevim KÜL AVAN
<b>Destek ve Teşekkür Beyanı/ Statement of Support and Acknowledgment</b>		
Bu çalışmanın yazım sürecinde katkı ve/veya destek alınmamıştır. <i>No contribution and/or support was received during the writing process of this study.</i>		
<b>Çatışma Beyanı/ Statement of Conflict</b>		
Araştırmacıların araştırma ile ilgili diğer kişi ve kurumlarla herhangi bir kişisel ve finansal çıkar çatışması yoktur. <i>Researchers do not have any personal or financial conflicts of interest with other people and institutions related to the research.</i>		
<b>Etik Kurul Beyanı/ Statement of Ethics Committee</b>		
Bu araştırma, Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi Etik Kurulunun 2024.03.16 sayılı kararı ile yürütülmüştür. <i>This research was conducted with the decision of Nevşehir Hacı Bektaş Veli University Ethics Committee numbered 2024.03.16</i>		



Bu eser [Creative Commons Atıf-Gayri Ticari 4.0 Uluslararası Lisansı \(CC BY 4.0\)](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/) ile lisanslanmıştır.