

Üniversite Öğrencilerinin Pozitif ve Negatif Duygularının Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi

Ercan Zorba¹

Metin Bayrak²

Özet

Bu araştırmanın amacı, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin pozitif ve negatif duygu düzeylerini belirlemektir. Araştırmada spor yöneticiliği bölümünde öğrenim gören öğrencilerin, pozitif ve negatif duygu düzeyleri belirlenmiş; cinsiyet, sınıf düzeyi, öğrenim gördüğü bölüm, akademik başarı, sosyo-ekonomik durum ve sosyal etkinliğe katılma değişkenleri açısından karşılaştırılmıştır. Araştırma gurubunu Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören toplam 300 (126 kız, 174 erkek) öğrenci oluşturmuştur. Araştırmada veri toplama aracı olarak pozitif ve negatif duygu ölçeği kullanılmıştır. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre; öğrencilerin pozitif duygu puan ortalamalarının, negatif duygu puan ortalamalarına kıyasla yüksek olduğu görülmüştür. Pozitif ve negatif duygu puan ortalamaları ile cinsiyet, öğrenim gördükleri bölüm, sınıf düzeyi ve akademik başarı açısından anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. Sosyo-ekonomik durum ve sosyal etkinliğe katılma durumu değişkenleri açısından anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir.

GİRİŞ

Duygular, insan yaşamında büyük bir etkiye sahiptir (Özturan, 2018). Binlerce yıllık yaşam serüveninde duygular, insan deneyimlerinin merkezinde yer almaktadır (Soran, 2011). Nesnelere, durumlar veya olaylar karşısında ortaya çıkan tepkilerimizi “duygu” olarak adlandırırız (Brady, 2013).

1 Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Anabilim Dalı <https://orcid.org/0000-0002-7864-0556>, ezorba@mu.edu.tr

2 Siirt Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Siirt/Türkiye, <https://orcid.org/0000-0001-9536-965X>, mtmbyrk@gmail.com

Goleman (2009), duyguyu “kişiyeye özgü bir his durumu” olarak tanımlar (Goleman, 2009). Ayrıca, kişilerin davranışlarını yönlendiren ve hedeflerine ulaşmalarında bilgi desteği sağlayan tepkilere de “duygu” adı verilmektedir (Mumcuoğlu, 2002). Duygular, bir pusula gibi derin arzularımızı hatırlatır ve bize önemli olan şeyleri gösterir. Bu bakımdan, duygular hayatta kalabilmemiz için tasarlanmış yardımcı olgular olarak düşünülebilir (Beales ve Whitten, 2010).

Olumlu veya olumsuz duygular, bireylerin hayatlarında büyük bir öneme sahiptir. Duygular, kişilerin sahip oldukları değerlerle uyum içinde olma ve onlara uygun tepkiler verme yeteneğiyle şekillenir. Olumlu duygular, değerlerle tam bir uyum sağlarken, olumsuz duygular bu uyumu sağlayamazlar (Bilginer, 2017). Duyguların pozitif veya negatif olarak ayrıştırılması, çalışmaların sistematik ve sürdürülebilir olması açısından büyük önem taşır (Mürtezoğlu, 2016). İnsanlar yaşamları boyunca olumlu veya olumsuz pek çok olayla karşılaşmaktadır (Tugade ve Barbara, 2016). Pozitif duygular, günlük yaşamın ayrılmaz bir parçasıdır. Bireylerin değerleriyle uyum sağlayan ve bireyin zihninde olumlu bir duygu durumu oluşturan pozitif duygular, yüksek ve düşük duygular olarak farklı alt kategorilere ayrılır. Pozitif duygular, yaşamdan keyif alma ve genel anlamda haz duyma tepkisi oluşturur (Gençöz, 2000). Pozitif duygular, uygun düzeylerde hissedildiğinde bireylerin “öznel iyi oluşuna” katkıda bulunabilirken, negatif duyguların ise tam tersi bir etkiye sahip olması beklenir (Kuyumcu, 2013). Pozitif veya negatif duygular, bazı durumlarda karşıtına göre daha yoğun bir şekilde hissedilebilir (Tugade ve Barbara, 2016). Bir zaman dilimi içinde farklı duygular deneyimlense de sürecin sonunda bazı duygular daha belirgin bir şekilde hatırlanırken, bazıları zamanla etkisini kaybederek unutulur. Çünkü duyguların etkisi zamanla azalır (Lench, 2018).

Literatürün incelenmesi sonucunda, pozitif ve negatif duyguların farklı örneklem grupları üzerinde araştırıldığı tespit edilmiştir (Avcı ve diğerleri, 2023; Kuyumcu ve diğerleri, 2019; Mürtezoğlu, 2016; Baykal, 2013; Yüceant ve diğerleri, 2019; Deniz ve diğerleri, 2012; Topal, 2011). Ayrıca, üniversite öğrencilerinin pozitif ve negatif duygularının incelendiği çalışmalara da rastlanmaktadır (Dufey ve Fernandez, 2012; Kuyumcu ve diğerleri, 2019; Deniz ve diğerleri, 2012). Bu çalışmada, bireyler arası iletişimin yoğun bir şekilde deneyimlendiği, bireylerin daha sosyal olan bir ortama dâhil olduğu ve duygusal olarak da değişimlerin meydana geldiği üniversite hayatındaki öğrencilerin pozitif duygu düzeyleri ve negatif duygu düzeylerinin incelenmesi amaçlanmıştır.

MATERYAL VE METOT

Araştırma Modeli: Araştırma, antrenörlük, beden eğitimi ve spor öğretmenliği, rekreasyon ve spor yöneticiliği öğrencilerinin pozitif ve negatif duygu durumlarını incelemek amacıyla tarama modelinde tasarlanmıştır.

Araştırma Grubu: Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesinde farklı bölümlerde (antrenörlük, beden eğitimi ve spor öğretmenliği, rekreasyon ve spor yöneticiliği) öğrenim gören 126'sı (%42) kız, 174'ü (% 58) erkek olmak üzere toplam 300 öğrenci araştırma grubunu oluşturmuştur.

Araştırma grubunda yer alan öğrencilerden 54'ü(% 18,3)1.sınıfta, 72'si(%23,7) 2.sınıfta, 84'ü(% 27,7) 3.sınıfta ve 90'ı (% 30,3) 4.sınıfta öğrenim görmektedir. Araştırma grubunda yer alan öğrencilerden 69'u (%23,3) beden eğitimi ve spor öğretmenliği, 75'i (%25) antrenörlük, 66'sı (%21,7) rekreasyon ve 90'ı (%30,3) spor yöneticiliği bölümlerinde öğrenim görmektedir. Ayrıca öğrencilerin başarı düzeylerine göre dağılımları 2,00 ve altı (n=27; % 9,3), 2,00-2,99 (n=114; %37,7), 3,00 ve üstü (n=159; %53) ; sosyo-ekonomik durumlarına göre 0-500 (n=6; %2), 501-1500 (n=117; %39), 1501-3000 (n=114; %38), 3001-4000(n= 39; %13), 4001 ve üzeri(n=24; %8) ve sosyal etkinliğe katılma durumlarına göre evet (n=108; %36), bazen (n=150; %50), hayır (n=42; %14) olarak belirlenmiştir. Araştırmada öğrencilerin akademik başarı, sosyo-ekonomik durumu ve sosyal etkinliğe katılma düzeylerinin belirlenmesinde, öğrencilerden kendilerine sorulan akademik başarı düzeyiniz sorusuna; 2,00 ve altı () 2,00-2,99 () 3,00 ve üstü () seçeneklerinden, sosyo-ekonomik durumunuz sorusuna; 0-500 () 501-1500 () 1501-3000 () 3001-4000() 4001 ve üzeri() seçeneklerinden ve sosyal etkinliğe katılma düzeyiniz sorusuna da; evet () bazen () hayır () seçeneklerinden kendilerine en uygun olanı işaretlemeleri istenmiştir.

Veri Toplama Araçları: Araştırmada araştırmanın temel problemini teşkil eden öğrencilerin pozitif ve negatif duygu durumlarını incelemek amacıyla "Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırmanın verilerinin toplanmasında, araştırmacı tarafından geliştirilen ve araştırma grubundaki öğrencilerin sosyo-demografik özelliklerini tespit etmek amacıyla "Kişisel Bilgi Formu" kullanılmıştır.

Kişisel Bilgi Formu: Kişisel bilgi formu araştırmacı tarafından geliştirilmiştir. Amaç araştırmaya katılan öğrencilerin kişisel bilgilerini elde etmektir. Pozitif ve negatif duygu durumlarını etkileyeceği düşünülen değişkenlerin yer aldığı ölçme aracı yaş, cinsiyet, okuduğu bölüm, sınıf

düzeyi, akademik başarı düzeyi, sosyo-ekonomik durumu ve sosyal etkinliğe katılım durumları ile ilgili sorular sorulmuştur.

Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği: Araştırmada öğrencilerin pozitif ve negatif duygu düzeylerini belirleyebilmek amacıyla pozitif ve negatif duygu ölçeği (PNDÖ) kullanılmıştır. PNDÖ Watson ve diğ. (1988) tarafından geliştirilmiştir. PNDÖ'nün Türkçe uyarlaması; geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Gençöz (2000) tarafından yapılmıştır [8]. Ölçek toplamda 20 maddeden oluşmaktadır. Pozitif duygu ve negatif duygu olmak üzere toplamda 2 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçekteki; “ilgili(1.), heyecanlı(3.), güçlü(5.), hevesli(9.), gururlu(10.), uyanık(12.), ilhamlı(14.), kararlı(16.), dikkatli(17.), aktif(19.)” maddeler pozitif duyguyu ve sıkıntılı (2.), mutsuz (4.), suçlu (6.), ürkmüş (7.), düşmanca (8.), asabi (11.), utanmış (13.), sinirli (15.), tedirgin (18.), korkmuş (20.) maddeler ise negatif duyguyu ölçmektedir. Ölçekte ters madde belirtilmemiştir. PNDÖ, “1 (Çok az veya hiç), 2 (Biraz), 3 (Ortalama), 4 (Oldukça), 5 (Çok fazla)” ifadelerinin yer aldığı 5’li likert tipindeki bir ölçektir. Bu çalışma için ölçeğin cronbach alfa iç tutarlılık kat sayısı pozitif duygu alt boyutu için 0,93 ve negatif duygu alt boyutu için ise 0,89 olarak hesaplanmıştır.

Verilerin Analizi: Verilerin analizinde SSPS 26 paket programı kullanılmıştır. Araştırmada, öğrencilerin pozitif ve negatif duygu puan ortalamalarının saptanmasında “aritmetik ortalama ve standart sapma” teknikleri kullanılmıştır. Araştırmada, öğrencilerin cinsiyet değişkeni açısından pozitif ve negatif duygu puan ortalamalarının saptanmasında T testi tekniğinden yararlanılmıştır. Ayrıca öğrencilerin, pozitif ve negatif duygu puan ortalamalarının; sınıf düzeyi, bölümleri, akademik başarı düzeyi, sosyo-ekonomik durum ve sosyal etkinliğe katılma durumu değişkenleri açısından farklılaşıp farklılaşmadığını tespit etmek amacıyla tek yönlü varyans analizi (One-Way Anova) kullanılmıştır. Yapılan varyans analizlerinde ise varyansın kaynağını tespit etmek amacıyla da Post Hoc (Tukey) testine başvurulmuştur.

BULGULAR

Tablo 1. Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin pozitif ve negatif duygu düzeyleri sonuçları

	n	Ort.	SS
Pozitif Duygu	300	3,41	0,700
Negatif Duygu	300	1,90	0,726

Tablo 1’de araştırma örnekleminde yer alan Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin pozitif ve negatif duygu ölçeğinden elde ettikleri ortalamaya yer verilmiştir. Buna göre spor bilimleri öğrencilerinin pozitif duygu puan ortalamalarının $M=3,41 \pm 0,700$; negatif duygu puan ortalamalarının ise $M=1,90 \pm 0,726$ olduğu görülmüştür.

Tablo 2. Cinsiyet değişkeni açısından Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin pozitif ve negatif duygu düzeyleri sonuçları

	Cinsiyet	n	Ort.	SS	T	Sd	p
Pozitif Duygu	Kadın	126	3,40	0,679	0,120	298	0,904
	Erkek	174	3,41	0,716			
Negatif Duygu	Kadın	126	2.06	0,756	-3,389	298	0,001
	Erkek	174	1.78	0,682			

Tablo 2’de araştırma grubunda yer alan Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin cinsiyet değişkeni açısından pozitif duygu puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık görülmemiştir ($p>0,05$). Fakat katılımcıların cinsiyet değişkeni açısından katılımcıların negatif duygu puan ortalamaları arasında yüksek düzeyde anlamlı ilişki tespit edilmiştir ($p<0.01$).

Tablo 3. Sınıf değişkeni açısından Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin pozitif ve negatif duygu düzeyleri sonuçları

	Sınıf	n	Ort.	SS	F	Sd	p	Tukey
Pozitif Duygu	I	55	3,47	0,661	0,633	296	0,595	-
	II	75	3,31	0,703				
	III	83	3,42	0,675				
	IV	91	3,44	0,744				
Negatif Duygu	I	55	1,75	0,638	4,405	296	0,005	IV-I, III
	II	75	1,88	0,644				
	III	83	1,77	0,793				
	IV	91	2,11	0,733				

Tablo 3’de araştırma grubunda yer alan Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin sınıf değişkeni açısından pozitif duygu puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$). Fakat katılımcıların negatif duygu puan ortalamaları arasında anlamlı

farklılığa rastlanmıştır ($p < 0,01$).Yapılan post hoc testinde (Tukey) 4. Sınıf öğrencilerinin ($M=2,11 \pm 0,733$) 1.Sınıf ($M=1,75 \pm 0,638$) ve 3.Sınıf ($M=1,77 \pm 0,793$) öğrencilerinden negatif duygu puan ortalamasının anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür ($p=0,01$).

Tablo 4. Bölüm değişkeni açısından Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin pozitif ve negatif duygu düzeyleri sonuçları

	Bölüm	n	Ort.	SS	F	Sd	p
Pozitif Duygu	I	70	3,40	0,637	0,299	296	0,826
	II	74	3,38	0,743			
	III	65	3,37	0,771			
	IV	91	3,46	0,663			
Negatif Duygu	I	70	1,84	0,648	1,429	296	0,234
	II	74	2,05	0,816			
	III	65	1,84	0,705			
	IV	91	1,86	0,715			

I: Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği II: Antrenörlük Eğitimi III: Rekreasyon IV: Spor Yöneticiliği

Tablo 4’de araştırma grubunda yer alan Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin bölüm değişkeni açısından pozitif ve negatif duygu puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p > 0,05$).

Tablo 5. Akademik başarı değişkeni açısından Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin pozitif ve negatif duygu düzeyleri sonuçları

	Akademik Başarı	n	Ort.	SS	F	Sd	p	Tukey
Pozitif Duygu	2,00 ve altı	28	2,99	0,792	8,461	297	0,000	I- II,III
	2,00-2,99	159	3,37	0,620				
	3,00 ve üstü	113	3,57	0,736				
Negatif Duygu	2,00 ve altı	28	2,29	0,778	9,340	297	0,000	I,II-III
	2,00-2,99	159	1,96	0,747				
	3,00 ve üstü	113	1,70	0,625				

Tablo 5’de araştırma grubunda yer alan Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin akademik başarı değişkeni açısından

pozitif ve negatif duygu puan ortalamaları arasında yüksek düzeyde anlamlı farklılığa rastlanmıştır ($p < 0,001$). Pozitif duygu puan varyansı homojen olarak dağıldığı için yapılan Post Hoc testinde (Tukey) Akademik olarak 2,00-2,99 ($M = 3,37 \pm 0,620$) arasında ortalamaya sahip ve 3,00 ve üstü ($M = 3,57 \pm 0,736$) ortalamaya sahip katılımcıların pozitif duygu puan ortalaması 2,00 ve altı ($M = 2,99 \pm 0,792$) ortalamaya sahip katılımcılardan yüksek olduğu belirlenmiştir ($p < 0,05$). Negatif duygu puan varyansı homojen dağılmadı için yapılan Post Hoc testinde (Games-Howell) akademik olarak 2,00 ve altı ($M = 2,29 \pm 0,778$) ortalamaya sahip ve 2,00-2,99 ($M = 1,96 \pm 0,747$) arasında ortalamaya sahip katılımcıların negatif duygu puan ortalaması, 3,00 ve üstü ($M = 1,70 \pm 0,625$) ortalamaya sahip katılımcılardan yüksek olduğu görülmüştür ($p < 0,01$).

Tablo 6. Sosyo-ekonomik durum değişkeni açısından Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin pozitif ve negatif duygu düzeyleri sonuçları

	Sosyo- Ekonomik Durum	n	Ort.	SS	F	Sd	p	Tukey
Pozitif Duygu	0 - 500	6	3,20	0,505	2,984	295	0,019	V-II
	501 - 1500	116	3,29	0,652				
	1501 - 3000	113	3,42	0,644				
	3001 - 4000	40	3,53	0,824				
	4001 +	25	3,78	0,852				
Negatif Duygu	0 - 500	6	2,16	0,799	0,407	295	0,803	-
	501 - 1500	116	1,90	0,710				
	1501 - 3000	113	1,90	0,752				
	3001 - 4000	40	1,80	0,717				
	4001+	25	1,94	0,713				

Tablo 6'da sosyo-ekonomik durum değişkeni açısından Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin pozitif duygu puan ortalamaları arasında anlamlı farklılığa rastlanmıştır ($p < 0,05$). Fakat sosyo-ekonomik durum değişkeni açısından Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin negatif duygu puan ortalamaları arasında anlamlı farklılığa rastlanmamıştır ($p > 0,05$). Yapılan Post Hoc testinde (Tukey) Sosyo-ekonomik durumu 4001 TL ve üzeri ($M = 3,78 \pm 0,852$) katılımcıların pozitif duygu ortalaması, 501 - 1500 TL ($M = 3,29 \pm 0,652$) arasındaki katılımcılara göre yüksek olduğu belirlenmiştir ($p < 0,05$).

Tablo 7. Sosyal etkinliğe katılma değişkeni açısından Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin pozitif ve negatif duygu düzeyleri sonuçları

Sosyal Etkinliğe Katılma	n	Ort.	SS	F	Sd	p	Tukey
Pozitif Duygu	Evet	109	3,86	0,617			
	Bazen	148	3,25	0,549	57,876	297	0,000 I-III
	Hayır	43	2,80	0,686			
Negatif Duygu	Evet	109	1,65	0,670			
	Bazen	148	1,96	0,696	15,070	297	0,000 I-III
	Hayır	43	2,30	0,749			

Tablo 7'de sosyal etkinliğe katılma değişkeni açısından Muğla Sıtkı Koçman Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin pozitif ve negatif duygu puan ortalamaları arasında yüksek düzeyde anlamlı farklılığa rastlanmıştır ($p < 0,001$). Yapılan Post Hoc testinde (Tukey) Sosyal etkinliğe katılma durumlarını evet ($M = 3,86 \pm 0,617$) olarak değerlendirenlerin pozitif duygu ortalaması bazen ($M = 3,25 \pm 0,549$) ve hayır ($M = 2,80 \pm 0,686$) olarak cevaplayan öğrencilerden anlamlı düzeyde yüksek olduğu belirlenmiştir ($p < 0,001$). Ayrıca sosyal etkinliğe katılma durumlarını hayır ($M = 2,30 \pm 0,749$) olarak değerlendiren öğrencilerin negatif duygu puan ortalaması ise evet ($M = 1,65 \pm 0,670$) ve bazen ($M = 1,96 \pm 0,696$) olarak değerlendiren öğrencilerden yüksek olduğu görülmüştür ($p < 0,05$).

TARTIŞMA VE SONUÇ:

Bu çalışmada, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim görmekte olan öğrencilerinin pozitif ve negatif duygu durumlarının farklı değişkenler açısından incelenmesi amaçlanmıştır. Elde edilen bulgular doğrultusunda araştırma örnekleminde yer alan Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin pozitif duygu puan ortalamalarının $M = 3,41 \pm 0,700$; negatif duygu puan ortalamalarının ise $M = 1,90 \pm 0,726$ olduğu görülmüştür. Araştırmamızı destekler nitelikte olan Bozdağ ve Kaplan (2021) tarafından yapılan çalışmada sporcu ve sedanter üniversite öğrencilerinin, pozitif ve negatif duygu ölçeğinden aldıkları puan ortalamaları incelendiğinde pozitif duygu puan ortalamalarının negatif duygu puan ortalamalarından daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmamızı destekler nitelikte olan bir diğer çalışma ise Yüceant ve diğerleri (2019) tarafından yapılmıştır. Spor yöneticiliği öğrencilerinin pozitif ve negatif duygu durumları inceledikleri çalışmada; pozitif duygu puan ortalamalarının negatif duygu puan ortalamalarına göre yüksek olduğu

belirtmiştir. Bu bağlamda, öğrencilerin iyi bir psikolojik sağlık durumuna sahip olabileceğini ve eğitim ortamında olumlu bir deneyim yaşadıkları düşünülebilir.

Araştırma grubunda yer alan öğrencilerinin cinsiyet değişkeni açısından pozitif duygu puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Fakat katılımcıların cinsiyet değişkeni açısından katılımcıların negatif duygu puan ortalamaları arasında yüksek düzeyde anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Literatür incelendiğinde, araştırmamızı destekler nitelikte olan çalışmalara rastlanılmıştır (Ünlü ve diğerleri 2022; Yüceant ve diğerleri, 2021). Öte yandan Kuyumcu ve diğerleri (2019) tarafından yapılan, Türk ve Amerikan öğrencilerin pozitif ve negatif duygu durumlarını incelediği araştırmada, erkeklerin pozitif duygu durumunun kadınlara göre daha yüksek olduğu bulgusuna ulaşmıştır. Elde edilen bulgulardan yola çıkarak, toplumların belirlediği cinsiyet normları ve rolleri, duygu ifade biçimlerini etkileyebilir. Belirli toplumlarda, erkeklerin duygusal ifadeyi bastırması veya olumsuz duygularını gizlemesi beklenirken, kadınların duygusal ifadelerde daha özgür olduğu düşünülebilir. Bu toplumsal normlar, cinsiyetlere bağlı olarak negatif duygusal durumları etkileyebilir ve farklılıkların ortaya çıkmasına yol açabilir.

Araştırma grubunda yer alan öğrencilerinin sınıf değişkeni açısından pozitif duygu puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Fakat katılımcıların negatif duygu puan ortalamaları arasında anlamlı farklılığa rastlanmıştır. Yapılan post hoc testinde 4. sınıf öğrencilerinin, 1. sınıf ve 3. sınıf öğrencilerinden negatif duygu puan ortalamasının anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür. Bu durumun 4. sınıf öğrencilerin okulu bitirme ve hayata atılma sürecinin başlamasından ve iş bulamama stresinden kaynaklı olabileceği düşünülmektedir. İlgili literatür incelendiğinde Ünlü ve diğerleri (2022), Yüceant ve diğerleri (2019) ve Topal (2011) tarafından yapılan araştırmalarda pozitif duygu ve negatif duygu durumunun sınıf değişkeni açısından anlamlı düzeyde yordamadığı bulgusuna ulaşılmıştır.

Araştırma grubunda yer alan öğrencilerinin bölüm değişkeni açısından pozitif ve negatif duygu puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Bu durumun, öğrenci profilinin benzer olmasından kaynaklı olabileceği düşünülmektedir.

Araştırma grubunda yer alan öğrencilerinin akademik başarı değişkeni açısından pozitif ve negatif duygu puan ortalamaları arasında yüksek düzeyde anlamlı farklılığa rastlanmıştır. Pozitif duygu puan varyansı homojen olarak dağıldığı için yapılan Post Hoc testinde (Tukey) Akademik olarak 2,00-2,99 ($M=3,37\pm0,620$) arasında ortalamaya sahip ve 3,00 ve

üstü ($M=3,57\pm0,736$) ortalamaya sahip katılımcıların pozitif duygu puan ortalaması 2,00 ve altı ($M=2,99\pm0,792$) ortalamaya sahip katılımcılardan yüksek olduğu belirlenmiştir. Negatif duygu puan varyansı homojen dağılmadı için yapılan Post Hoc testinde akademik olarak 2,00 ve altı ($M=2,29\pm0,778$) ortalamaya sahip ve 2,00-2,99 ($M=1,96\pm0,747$) arasında ortalamaya sahip katılımcıların negatif duygu puan ortalaması, 3,00 ve üstü ($M=1,70\pm0,625$) ortalamaya sahip katılımcılardan yüksek olduğu görülmüştür. Araştırmamızı destekler nitelikte olan Yüceant ve diğerleri (2019) tarafından yapılan araştırmada, akademik başarısı yüksek olan öğrencilerin pozitif duygu düzeylerinin; akademik başarısı düşük olan öğrencilerin negatif duygu düzeylerinin yüksek olduğu tespit edilmiştir. Topal (2011) tarafından yapılan araştırmada da üniversite öğrencilerinin akademik başarı düzeyleri ile pozitif ve negatif duygu düzeyleri arasında anlamlı düzeyde bir ilişki olduğu sonucuna ulaşmıştır. Literatürden hareketle, öğrencilerin akademik başarı düzeylerinin pozitif duygu durumlarını etkilediğini göstermektedir. Pozitif duygu puan ortalamaları, akademik başarı düzeyi arttıkça yükselme eğilimi göstermektedir. Akademik başarının duygu durumlarını etkilediğini ve daha yüksek akademik başarıya sahip öğrencilerin daha yüksek pozitif duygu puanlarına ve daha düşük negatif duygu puanlarına sahip olduğunu göstermektedir.

Sosyo-ekonomik durum değişkeni açısından öğrencilerin pozitif duygu puan ortalamaları arasında anlamlı farklılığa rastlanmıştır. Fakat sosyo-ekonomik durum değişkeni açısından öğrencilerin negatif duygu puan ortalamaları arasında anlamlı farklılığa rastlanmamıştır. Yapılan Post Hoc testinde (Tukey) Sosyo-ekonomik durumu 4001 TL ve üzeri ($M=3,78\pm0,852$) katılımcıların pozitif duygu ortalaması, 501 – 1500 TL ($M=3,29\pm0,652$) arasındaki katılımcılara göre yüksek olduğu belirlenmiştir. Literatür incelendiğinde sosyo-ekonomik durumlarını yüksek olarak değerlendiren öğrencilerin pozitif duygu düzeylerinin; sosyo-ekonomik durumlarını düşük olarak değerlendiren öğrencilerin ise negatif duygu düzeylerinin yüksek olduğu görülmüştür (Yüceant ve diğerleri, 2019; Bozdağ ve Kaplan; 2021). Literatürden hareketle, daha yüksek sosyo-ekonomik duruma sahip öğrencilerin genel olarak daha yüksek pozitif duygu düzeylerine sahip olduğunu göstermektedir. Yani, ekonomik güvence ve olanakların artması, öğrencilerin olumlu duygusal deneyimler yaşamasını destekleyebileceği düşünülmektedir.

Sosyal etkinliğe katılma değişkeni açısından öğrencilerinin pozitif ve negatif duygu puan ortalamaları arasında yüksek düzeyde anlamlı farklılığa rastlanmıştır. Yapılan Post Hoc testinde (Tukey) Sosyal etkinliğe katılma durumlarını evet ($M=3,86\pm0,617$) olarak değerlendirenlerin pozitif duygu

ortalaması bazen ($M=3,25\pm0,549$) ve hayır ($M=2,80\pm0,686$) olarak cevaplayan öğrencilerden anlamlı düzeyde yüksek olduğu belirlenmiştir. Ayrıca sosyal etkinliğe katılma durumlarını hayır ($M=2,30\pm0,749$) olarak değerlendiren öğrencilerin negatif duygu puan ortalaması ise evet ($M=1,65\pm0,670$) ve bazen ($M=1,96\pm0,696$) olarak değerlendiren öğrencilerden yüksek olduğu görülmüştür. Araştırmamızın bulgusunu destekler nitelikte olan, Rogatko (2009) tarafından üniversite öğrencileri üzerinde yapılan bir araştırmada, rekreasyonel faaliyet sonrasında pozitif duygu düzeylerinin, faaliyet öncesine göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Literatürden hareketle (Cihan ve diğerleri, 2021; Pretty ve diğerleri, 2005; Ryan ve diğerleri, 2010), araştırmalarda çoğunlukla rekreasyonel faaliyet katılan bireylerin olumlu duygu duygularının arttığına yönelik bulgulara rastlanılmıştır. Bu bulgular ışığında öğrencilerin sosyal etkinliklere katılarak kendilerini daha pozitif hissetmeleri, diğer bireyler ile sosyalleşmeleri pozitif duygu durumlarını olumlu olarak etkilediği düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

- Avcı, P., Bayraktar, A. & Kılınçarslan, G. (2023). Reflections Of Squid Game on Children's Games and Viewers; An Example of Twitter Sentiment Analysis and Qualitative Research . *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 6 (1), 173-185. DOI: 10.38021/asbid.1212297
- Baykal, E. (2013). *Pozitif ve negatif duygulanımın hata farkındalığına etkisinin göz izleme yöntemiyle incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Beales, D. ve Whitten, H. (2010). *Emotional healing for dummies*. West Sussex: John Wiley & Sons, Ltd.
- Bilginer, G. (2017). Değer Temelli pazarlamada duyguların önemi, reklam kararlarında kullanımı ve tüketiciler üzerindeki etkileri. (Yüksek Lisans Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Bozdağ, B. ve Kaplan, E. (2021). Sporcu ve sedanter üniversite öğrencilerinin pozitif ve negatif duygu durumları üzerine bir karşılaştırma. *Uluslararası Bozok Spor Bilimleri Dergisi*, 2(1), 211-220.
- Brady, M. S. (2013). *Emotional insight. the epistemic role of emotional experience*. New York: Oxford University Press.
- Cihan, B. B., Araç-İlgar, E. ve Karavelioğlu, B. (2021). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin rekreasyon kavramına ilişkin metaforik algılarının incelenmesi. *Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 7(1), 255-269.
- Deniz, M. E., Arslan, C., Özyeşil, Z. ve İzmirli, M. (2012). Öz-anlayış, yaşam doyumu, negatif ve pozitif duygu: türk ve diğer ülke üniversite öğrencileri arasında bir karşılaştırma. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(23), 428- 446.
- Dufey, M. ve Fernandez, A. (2012). Validity and reliability of the positive affect and negative affect schedule (panas) in chilean college students. *Revista Iberoamericana De Diagnostico Y Evaluacion-E Avaluacao Psicologica*, 1(34), 157-173.
- Gençöz, T. (2000). Pozitif ve negatif duygu ölçeği: Geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*. 15(46), 19-26.
- Goleman, D. (2009). *Duygusal zekâ*. İstanbul: Varlık Yayınları.
- Kuyumcu, B. (2013). Üniversite Öğrencilerinin Pozitif ve Negatif Duygu Durumlarının Psikolojik İyi Oluşlarını Yordama Gücü. *Kuramsal Eğitimbilim Dergisi* 6(1), 62-76.
- Kuyumcu, B., Güven, M. ve Kara, F. İ. (2019) Türk ve Amerikan üniversite öğrencilerinin duygularını tanıma ve ifade etme zorluğunun pozitif-negatif duygu durumlarını yordama gücü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 9(53), 451-82.

- Lench, H. C. (2018). *The function of emotions: When and why emotions help us*. New York: Springer Science & Business Media LLC.
- Mumcuoğlu, Ö. (2002). Bar-On Duygusal Zekâ Testi 'nin Türkçe Dilsel Eşdeğerlik, Güvenirlik ve Geçerlik Çalışması. (Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Mürtezoğlu, S. (2016). *Pozitif-Negatif duyguların, otomatik düşüncelerin ve bazı kişisel değişkenlerin okul yöneticilerinin yenilik yönetimi yeterlik inanç düzeyleri üzerindeki etkisi*. (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Aydın Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Özturan, M. (2018). *Yöneticilerin duygusal zekâ düzeylerinin, yönetim tarzları ve örgütsel yabancılaşma duyguları üzerindeki etkisinin incelenmesi*. (Doktora Tezi). İstanbul Ticaret Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Pretty, J., Peacock, J., Sellens, M. ve Griffin, M. (2005). The mental and physical health outcomes of green exercise. *International Journal of Environmental Health Research*, 15(5), 319-337.
- Rogatko, T. P. (2009). The influence of flow on positive affect in college students. *Journal of Happiness Studies*, 10(2), 133-148.
- Ryan, R. M., Weinstein, N., Bernstein, J., Brown, K. W., Mistretta, L. ve Gagné, M. (2010). Vitalizing effects of being outdoors and in nature. *Journal of Environmental Psychology*, 30, 159-168.
- Soran, S. (2011). *Duyguların performansa etkisi: Bankacılık sektöründe bir araştırma*. (Doktora Tezi). İnönü Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Malatya.
- Topal, M. (2011). *Üniversite öğrencilerinin stresle başa çıkma stilleri ile pozitif ve negatif duygu arasındaki ilişki*. (Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Tugade, M. M. ve Barbara L. F. (2016). Positive emotions and emotional intelligence. *Counterpoints*, 336(1), 145-167.
- Ünlü, H., Balanlı, O. F., Yüceant, M. ve Karahan, M. (2022). Spor bilimleri fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin pozitif ve negatif duygu, sürekli umut ve yaşam doyum düzeylerinin incelenmesi: tanımlayıcı araştırma. *Türkiye Klinikleri Spor Bilimleri Dergisi*, 14(1), 1-10
- Yüceant, M., Ünlü, H. ve Balanlı, O. F. (2019). Üniversitelerin spor yöneticiliği bölümünde öğrenim gören öğrencilerin pozitif ve negatif duygularının farklı değişkenler açısından incelenmesi. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 10(1), 69-80.