

T.C.
ERZİNCAN BİNALİ YILDIRIM ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI

GENÇLERİN SPORA KATILIM DÜZEYLERİNE GÖRE
İLETİŞİM BECERİLERİYLE PROBLEM ÇÖZME
YETENEKLERİNİN İNCELENMESİ (ERZURUM İLİ ÖRNEĞİ)

Eda BAKİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Tez Danışmanı

Doç. Dr. Erdiñ ŞIKTAR

ERZİNCAN

2019

TEZ KABUL SAYFASI

Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Yüksek Lisans programında öğrenci Eda BAKİ tarafından Doç. Dr. Erdinç ŞIKTAR danışmanlığında hazırlanan "Gençlerin Spora Katılım Düzeylerine Göre İletişim Becerileriyle Problem Çözme Yeteneklerinin İncelenmesi" başlıklı tez aşağıdaki jüri üyeleri tarafından 04/07/2019 tarihinde yapılan tez savunma sınavında başarılı bulunmuş ve Yüksek Lisans tezi olarak kabul edilmiştir.

Unvan Adı Soyadı

İmza

Jüri Başkanı Doç. Dr. Erdinç ŞIKTAR

Üye Dr. Öğr. Üyesi Fatih AĞDUMAN

Üye Dr. Öğr. Üyesi Serhat ÖZBAY

TEZ BEYANI

Tez yazım kurallarına uygun olarak hazırlanan bu tezin yazılmasında bilimsel ahlâk kurallarına uygunluğunu, başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunduğumu, tezin içerdiği yenilik ve sonuçların başka bir yerden alınmadığını, kullanılan verilerde herhangi bir tahrifat yapılmadığını, tezin herhangi bir kısmının başka bir tez çalışması olarak sunulmadığını beyan ederim.

Eda BAKİ

TEŐEKKÖR

Gençlerin Spora Katılım Düzeylerine Göre İletişim Becerileriyle Problem Çözme Yeteneklerinin İncelenmesi adlı tez çalışmamın her aşamasında bilgi, birikimini ve desteğini esirgemeyen saygıdeğer tez danışmanım Doç. Dr. Erdiñ ŞIKTAR' a,

Yaşamım boyunca yanımda olan, ilgi ve alakalarını benden esirgemeyen canım anneme, babama ve kardeşlerime,

Desteklerini ve güzel dileklerini benden esirgemeyen İbrahim Tuğrul Yılmaz'a ve Arş. Gör. Hasan Hüseyin Yılmaz'a teşekkürü borç bilirim.

İÇİNDEKİLER

TEZ KABUL SAYFASI.....	i
TEZ BEYANI.....	ii
TEŞEKKÜR.....	iii
SİMGELER VE KISALTMALAR.....	vi
TABLolar DİZİNİ.....	vii
ÖZET.....	viii
ABSTRACT.....	ix
1.GİRİŞ.....	1
2. GENEL BİLGİLER.....	6
2.1. Spor.....	6
2.2. İletişim.....	8
2.2.1. İletişimin Tanımı.....	8
2.2.2. İletişim Sürecinde Yer Alan Öğeler.....	11
2.2.2.1. Kaynak.....	12
2.2.2.2. Kanal.....	12
2.2.2.3. Mesaj.....	13
2.2.2.4. Alıcı.....	13
2.2.2.5. Geribildirim (Dönüt).....	14
2.2.3. İletişim Çeşitleri.....	14
2.2.3.1. Sözlü İletişim.....	14
2.2.3.2. Sözsüz İletişim.....	15
2.2.3.3. Yazılı İletişim.....	15
2.2.3.4. Kişi İçi (Kişisel) İletişim.....	16

2.2.3.5. Kişiler Arası İletişim.....	16
2.3. Problem Çözme.....	17
3. YÖNTEM.....	21
3.1. Araştırmanın Evren ve Örneklemi.....	21
3.2. Verilerin Toplanması.....	21
3.2.1. Kişisel Bilgi Formu.....	21
3.2.2. Fiziksel Aktivite Ölçeği.....	21
3.2.3. İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği.....	23
3.2.4. Problem Çözme Becerisi Ölçeği.....	23
3.3. İstatistiksel Analiz.....	24
4. BULGULAR.....	25
5. TARTIŞMA.....	34
6. SONUÇ VE ÖNERİLER.....	47
KAYNAKÇA.....	49
EKLER.....	64
EK 1. Demografik Özellikler ve Ufaö Anketi.....	64
EK 2. İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği.....	65
EK 3. Problem Çözme Envanteri.....	66
EK 4. Alt Etik Kurul Kararı.....	68
EK 5. Kurumlarda Ölçek Uygulama İzinleri.....	69
ÖZGEÇMİŞ.....	75

SİMGELER VE KISALTMALAR

CDC	: Amerikan Hastalık Kontrolü ve Korunma Merkezi
DSÖ	: Dünya Sağlık Örgütü
FATP	: Fiziksel Aktivite Toplam Puanı
İBDÖ	: İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği
MET	: Metabolik Eş Değer
IPAQ	: International Physical Activity Questionnaire
PÇBÖ	: Problem Çözme Becerisi Ölçeği

TABLolar DİZİNİ

Tablo 4.1. Katılımcıların Demografik Özellikleri.....	25
Tablo 4.2. Cinsiyet Değişkenine Göre Fiziksel Aktivite Ölçeğinin İncelenmesi.....	26
Tablo 4.3. Cinsiyet Değişkenine Göre İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeğinin İncelenmesi.....	27
Tablo 4.4. Cinsiyet Değişkenine Göre Problem Çözme Becerisi Ölçeğinin İncelenmesi.....	27
Tablo 4.5. Aylık Gelir Değişkenine Göre Fiziksel Aktivite Ölçeğinin İncelenmesi. .	28
Tablo 4.6. Aylık Gelir Değişkenine Göre İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeğinin İncelenmesi.....	28
Tablo 4.7. Aylık Gelir Değişkenine Göre Problem Çözme Beceri Toplam Puanı İle Alt Boyut Puanlarının İncelenmesi.....	29
Tablo 4.8. Fakülte Değişkenine Göre Fiziksel Aktivite Ölçeğinin İncelenmesi.....	30
Tablo 4.9. Fakülte Değişkenine Göre İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeğinin İncelenmesi.....	30
Tablo 4.10. Fakülte Değişkenine Göre Problem Çözme Beceri Toplam Puanı İle Alt Boyut Puanlarının İncelenmesi.....	31
Tablo 4.11. İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği, Fiziksel Aktivite Ölçeği, Problem Çözme Becerisi ve Alt Boyut Puanları Arasındaki İlişki.....	32

ÖZET

Gençlerin Spora Katılım Düzeylerine Göre İletişim Becerileriyle Problem Çözme Yeteneklerinin İncelenmesi

Amaç: Bu çalışmanın amacı, gençlerin spor katılım düzeylerine göre iletişim becerilerini ve problem çözme yeteneklerini incelemektir.

Materyal ve Metot: Çalışmaya üniversitede öğrenim gören 18-30 yaş arası 742 (369 erkek 373 kadın) genç katıldı. Çalışmada gençlerin spora katılma durumlarını belirlemek amacıyla Uluslararası Fiziksel Aktivite Ölçeği (UFAÖ)'nin kısa formu kullanıldı. İletişim beceri düzeylerini belirlemek amacıyla, Fidan Korkut (1996) tarafından geliştirilen İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği (İBDÖ) ve problem çözme becerilerini belirlemek amacıyla Hepenner ve Petersen (1982) tarafından oluşturulan, Türk kültürüne uyarlaması ise Şahin, Şahin ve Hepenner tarafından yapılan Problem Çözme Becerisi Ölçeği (PÇBÖ) kullanıldı. Araştırma sonucunda elde edilen veriler SPSS 22.0 paket programında analiz edilmiştir. Parametrik testlerden ikili değişkenler için Independent T testi kullanılmıştır. Tanımlayıcı özelliklere ait istatistikler için standart sapma, ortalama ve varyans analizi kullanılmıştır. İki den fazla değişkenler de ise One Way Anova testi kullanılmıştır. Gruplar arasındaki ilişkiyi belirlemek için korelasyon analizi kullanılmıştır. Elde edilen veriler istatistiksel olarak $p < 0.05$ düzeyinde anlamlı kabul edilmiştir.

Bulgular: Elde edilen bulgulara göre; gençlerin fiziksel aktivite yapma alışkanlıklarının cinsiyet değişkeni açısından incelendiğinde kadın ve erkek katılımcılar arasında anlamlı farklılıklar olduğu ve bu farklılığın erkek katılımcılar lehine olduğu tespit edilmiştir. Gençlerin fiziksel aktivite yapma alışkanlıklarının aylık gelir düzeyleri açısından incelendiğinde katılımcılar arasında anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Katılımcıların fakülte değişkenine göre yapılan analiz sonucunda fiziksel aktivite düzeyi toplam puanı arasında anlamlı farklılıklar olduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların fakülte değişkenine göre yapılan analiz sonucunda iletişim becerileri toplam puanlarında anlamlı farklılıklar olduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların fakülte değişkenine göre yapılan analiz sonucunda problem çözme becerisi toplam puanı ve alt boyut puanlarında anlamlı farklılıklar olduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların iletişim becerileri değerlendirme ölçeği toplam puanı, fiziksel aktivite toplam puanı, problem çözme becerisi ölçeği toplam puanı ve alt boyutları arasındaki ilişki incelendiğinde anlamlı farklılıklar olduğu tespit edilmiştir.

Sonuç: Gençlerin fiziksel aktiviteye katılımları, iletişim becerileri, problem çözme becerileri ve alt boyutları arasında ilişki olduğu belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Fiziksel Aktivite, İletişim, Problem Çözme, Spor.

ABSTRACT

Investigation of Communication Skills and Problem Solving Skills of Young People According to Sport Participation Levels

Aim: The purpose of the study is to examine communication skills and problem solving abilities of young people according to their level of sport participation.

Material and Method: Young people aged between eighteen and thirty, 742 (369 male, 373 female) attended the study. In this study, International Physical Activity Questionnaire (IPAQ) short form was used to determine the participation of young people to sports. In order to determine the communication skill levels, the Communication Skills Assessment Scale (IBAS) developed by Fidan Korkut (1996) was used. Problem Solving Skills Scale, developed by Hепенner and Petersen (1982) and adapted to Turkish culture by Şahin, Şahin and Hепенner, was used to determine Problem Solving Skills Levels. The data obtained from the study were analyzed in SPSS 22.0 package program. Standard deviation, mean and variance analysis were used for the statistics of descriptive characteristics. According to normality homogeneity test, Independent T test was used for parametric variables. One Way Anova test was used for more than two variables. Correlation analysis was used to determine the relationship between the groups. Statistical results were evaluated $p < 0.05$ significance level.

Results: According to the findings; When the physical activity behavior of young people were examined in terms of gender variables, it was found that there were significant differences, this difference was in favor of male participants. When the physical activity behavior of the youth were examined in terms of monthly income levels, it was determined that there was a significant difference between the participants. As a result of the analysis conducted according to the faculty variables, It was determined that there was a significant difference among physical activity total score of the participants. As a result of the analysis conducted according to the faculty variables, it was found that there were significant differences in the communication skills total scores. As a result of the analysis conducted according to the faculty variables, it was determined that there were significant differences in the problem solving ability total score and sub-dimension scores. There were significant differences among the participants' communication skills assessment scale total score, physical activity total score, problem solving skill total score and sub-dimensions.

Conclusion: It was determined that there was a relationship between youth participation in physical activity, communication skills, problem solving skills and sub-dimensions.

Keywords: Communication, Physical Activity, Problem Solving, Sport.

1.GİRİŞ

Spor; yarışma, zevk, sağlık, estetik, eğlence, oyun, reklam, propaganda, meslek, bilim, serbest zamanları değerlendirme biçimi gibi birçok farklı amaç için gerçekleştiriliyor olsa da, bireysel ve toplumsal bağları düzenleyen bir konu olmasından ötürü önemli bir kavramdır. Spor gençlerin, çocukların ve yetişkinlerin her konuda birbirlerine destek olması, işbirliği duygusunu oluşturması ve geliştirmesi, kural bilincini oluşturması, paylaşım, adalet, hoşgörü ve yardım severlik gibi insanı ilgilendiren değerlerin içselleştirilmesinde ve bütünlük sağlamasında önemli bir yer teşkil etmektedir. Sporun yapıldığı alanlarda ortaya konulan bu gibi davranış örüntüleri sportmenlik davranışı olarak adlandırılmakta ve sportmenlik iyi bir insan olmada da önemli bir yer teşkil etmektedir (1).

Sporun en önemli unsuru insandır. Spor, ister iş verimi yüksek bir toplum oluşturmak olsun, ister geleceğin yapıcı, yaratıcı, ahlâklı ve sağlıklı gençlerini yetiştirmek olsun, tüm bunlar neticesinde toplumsal farklılaşmaya karşı koyabilecek bir sosyal olgu haline gelmiştir. Literatürde spor kavramının tanımına ilişkin olarak birçok görüş ifade edilmiş, ifade edilen bu görüşler birbirinden farklı olsa da ortak noktalarının aynı olduğu görülmektedir (2-5).

Spor; ekonomik, kültürel ve sosyal oluşumun en temel ögesi olan insanların bedensel, ruhsal ve duygusal sağlıklarını oluşturmak ve geliştirmek, kişilik ve karakter oluşumlarını desteklemek, bireylere bilgi, beceri ve yetenekler kazandırmak suretiyle çevreye adaptasyonunu kolaylaştırmaktadır. Bireyler, toplumlar ve ülkeler arasında dayanışma sağlayan, bireyin mücadeleye gücünü arttırarak rekabet ortamında

yarişmasını sağlayan, heyecan duyma, yarişa katılma ve yarişmada üstünlük sağlama amacıyla yapılan faaliyetler bütünüdür (6, 3).

Günümüz dünyasında spor, toplumsal, sosyal ve kültürel alt yapıda ayırım gözetmeksizin bütün bireyleri kapsayan evrensel bir yapı haline bürünmüştür. Spor kavramı birçok alanda olduğu gibi hızlı bir değişim sürecine girmiş, bunun sonucunda kendisine ek olarak birçok alanı da aynı şekilde değişime uğratarak etkilemiştir (7).

Sporun kişiler ve toplumlar üzerinde sosyolojik etkileri bulunmaktadır. Bu etkiler; hakkını aramayı, başkasının hakkını yememeyi, sevgiyi saygıyı, paylaşım yapmayı, yarişmayı, kurallara uymayı, kazanma ve kaybetmeyi kabullenmeyi, ilkel dürtülerin toplumun benimsediği biçimlerde yer bulmasını, yeni toplumsal ortamlara uyum sağlamayı, yeni arkadaşlar edinmeyi, haz duyma gibi davranış örüntülerini kapsamaktadır (8, 9).

Spor evrensel olarak düşünöldüğünde birçok anlaşmazlığın ve problemin çözölmesinde araç olarak kullanılmaktadır. Günümüzde toplumun en büyük problemleri arasında iletişim kopukluğu gelmektedir. Spor farklı kültür ve çevrelerden insanları bir araya getirmenin en kolay yolu olarak düşünöldüğünde insanların iletişim becerilerini geliştireceği düşünölmektedir (10).

Kişiler, çocukluğa adım attıkları ilk andan itibaren ait olduğu toplumun kültürel özelliklerini temsil eden oyunlar, fiziksel aktiviteler ile birlikte yetişir ve bu özellikleri benimser. Bu oyunlar ve fiziksel aktiviteler bir taraftan kişilerin yeteneklerini, kişilik özelliklerini, ruhsal ve duygusal özelliklerinin yapısında ilerleme sağlarken diğer taraftan da etrafındaki kişilerin kişilik özelliklerinin ve toplumsal kuralların bilincine varmasına katkı sağlar. Bu faktörlere ek olarak

kişilerin diğer bireyler ile iletişim kurabilme becerilerini de kazandırır (11, 12). Fiziksel aktivite, bireylere, kişisel benlik ve bir gruba ait olma hissi tattırarak bu insanların bir çatı etrafında birleşmesini sağlar. Ayrıca fiziksel aktivite; yaş, cinsiyet, din, dil, ırk ve kültür ayrımı gözetmeyen bir olgu olması sebebiyle kişiler arası çatışmanın sınırını aşarak, kişiler ve toplumlar arasındaki iletişimin oluşmasında katkı sağlar (13, 12).

İnsanların dış dünyayı kavraması yoluyla yorumlaması ve anlamlandırması iletişim olarak tanımlanmaktadır. Bu tanımlamaya ek olarak bireylerin içten gelen duygularının ve düşüncelerinin kelimeler ya da beden dili aracılığıyla dışa yansıtılmasıdır. Yani bir bakıma bilgi üretmek ve onu başkalarıyla paylaşmaktır (14, 15). İletişim bir davranış biçimi olduğu kadar aynı zamanda da devam eden bir süreçtir. Anlatılmak istenen duygu ve düşünce gibi mesajları ileten ve iletilen mesajları alma arasında hem zihinsel, hem duygusal hem de bedensel faaliyetler oluşturmaktadır (16).

Bireylerin yaşadıkları çevreye adapte olabilmeleri için gerekli olan unsurlardan birisi de iletişim kavramıdır. Bireyler arası etkileşimin temel birimini meydana getiren iletişimin bütün bireylerin hayatında önemli bir yeri vardır. Günlük yaşamın temelini bireyler arasındaki ilişkiler meydana getirdiğinden dolayı insanlar bağlantılarını iletişim kavramı sayesinde düzenlerler. İletişim sürecini aktif bir şekilde meydana getirme, sürdürme ve bundan doyum sağlamak için iletişim becerileriyle donanımlı olmak gerekmektedir (17, 18).

İnsanlar doğduğu andan itibaren kendilerini bedensel hareketler vasıtasıyla kavramaya başlarlar. Bireylerin benlik saygısının temelini meydana getiren başarı ve güdülenmenin en belirgin olarak görülebileceği ortamlar oyun ve sportif etkinlik

ortamlarıdır. Birçok yetenek ve ilgilere seslenen sportif etkinlikler bu özellik ile bireye “ben yapabiliyorum, yapabilirim” hissiyatını tattırmaktadır. Sportif etkinlikler bireye çeşitli ortamları yaşama ve deneyimler kazanma, psikolojik ve fizyolojik doyumlar tatma fırsatı sağlayabilmektedir. Bu bağlamda bireyin olumlu benlik algısına sahip olmasında etkili olmakta ve dolayısıyla başarılı bir iletişim sürecini oluşturabilecek bireylerin yetişmesine olanak sağlayacaktır (19).

Problemi, cevabı aranan bir soru veya ortadan kaldırılmak istenen bir güçlük olarak tanımlayabiliriz. Bingham (1980) “bir durumun problem olabilmesi için bazı özellikleri taşıması gerektiğini ifade etmiş ve problem durumunun aşağıdaki özellikleri taşıması gerektiğini söylemiştir” (20).

- Bireyin kafasında aşağı yukarı belirli bir amaç vardır.
- Bireyin amaca ulaşan yolu önüne şu veya bu şekilde bir engel çıkar.
- Birey kendisini gayeye erişmeye teşvik eden, içsel bir gerginlik duyar

Problem çözme, belirli şartlarla başa çıkma için etkili yöntemleri meydana getirmeyi, birini tercih etmeyi ve hayata geçirmeyi kapsayan bilişsel, duyuşsal ve davranışsal bir süreçtir. İnsanların birçoğu problem çözebilme kapasitesiyle donanımlı olarak hayata geldiği fikrindedir. Ancak bu konuda yeterince eğitim almış ve problem çözenin önemini anlayabilmiş çok az birey vardır (21, 9).

Problem çözme süreci duyuşsal, devinişsel ve bilişsel becerileri içinde barındıran karmaşık bir olaydır. Bireyler problem çözme becerisi ile bir hedefe varmayı, o hedefe varmak için yöntemler oluşturmayı ve bu yöntemleri oluştururken de karşılarına çıkan zorlukları aşma durumlarını yerine getirmiş olur (22, 23).

Bireylerin hayatlarının her anında etkili olan ve basitten karmaşığa doğru yaşamlarının tüm etkinliklerinde var olan yaşam becerilerinden biride problem

özme ve karar verme becerisidir. Bireylerin kendi durumlarına uygun, yerinde ve zamanında vermiş olduğu kararlar sayesinde yaşamlarında pozitif yönde oluşum ve değişimlere yol açarken, vermiş olduğu yanlış kararlarda bireylerin yaşamlarını negatif yönde etkileyebilir. Söz konusu bu oluşumlar spor yapan bireyler içinde geçerlidir (24, 9).

Fiziksel aktivite ve spor, kitlelerin büyük bir bölümünün ilgisini çekmekte, sağlığın göstergesi olarak kabul edilmektedir. Fakat bu kavramlar gün geçtikçe gelişmekte ve değişmektedir. Popüler kültürde fiziksel aktivite; sağlık, eğlence ve boş zaman etkinlikleri çerçevesinde değerlendirilmektedir (25).

Yapılan araştırmalarda sportif verime etki eden birçok faktörden bahsedilmektedir. Bu faktörlerin bir kısmını içsel bir kısmını ise dışsal etmenler oluşturmaktadır. Bu içsel ve dışsal etmenlerin herhangi birinin duruma göre az veya çok öneme sahip olmaması ile birlikte tek başına başarı ve başarısızlığın nedeni olarak gösterilememektedir. Örnek verecek olursak bir sporcunun başarılı olması için yüksek kondisyona sahip olması yeterli bir etmen değildir. Yerinde ve zamanında doğru karar alan sporcuların başarıya ulaşması kendisi için avantaj sağladığını söyleyebiliriz. Bu bakış açısıyla bakılırsa sporcunun başarıya ulaşması için problem çözme becerisine sahip olma yeterliliğinin önem taşıdığını söyleyebiliriz (9).

Bu çalışmanın amacı, gençlerin spor katılım düzeylerine göre iletişim becerilerini ve problem çözme yeteneklerini incelemektir.

2. GENEL BİLGİLER

2.1. Spor

Spora katılımın sağlık üzerine etkisinin var olduğu bilinmektedir (26, 27, 28). Yapılan çalışmalarda Spora katılımın fizyolojik, psikolojik, metabolik ve zihinsel sağlık üzerine olumlu yönde etki ettiği tespit edilmiştir. Sadece bu faktörleri değil sosyal gelişimin desteklenmesine de spora katılımın katkı sağladığı bilinmektedir (29). Spor; kişiler ve toplumlar arasında kaynaşma, evrensel barışı sağlama, bireylerin mücadele gücünü ve isteğini arttırmanın yanı sıra belirlenmiş kurallara göre yarışma ve yarışmada galip gelme ve bu durumlarda heyecan duymayı sağlayan durumların nedeni olarak tanımlanabilir. Ayrıca ekonomik, sosyal ve kültürel gelişimin temel unsurunu oluşturan, insanın fiziksel ve ruhsal sağlığını korumak ve geliştirmek, kişilik oluşumunu desteklemek, bilgi, beceri ve yeteneklerini ortaya çıkararak gelişmesini sağlamaktadır. Bu bağlamda spor insanın hareketli yaşamının en önemli unsurudur. Günümüz dünyasında spor çeşitli yönler ve faydalar kazanarak evrenselleşmiştir (30, 29).

İnsanları spor yapmaya iten çeşitli nedenler vardır. Bu nedenlerden bazıları şu şekilde sıralanabilir;

-bireylerin stresle başa çıkmasında yardımcı olup depresyonun hafifletilip ya da önlenmesinde (31),

-bireylerin fiziksel uygunluğunun korunmasında,

-kişinin kendine olan güven duygusunun artmasında,

-hastalıklara karşı vücut direncinin artırılmasında,



- sosyal ilişkiler kurmaya,
- yaşam kalitesini arttırmaya ve geliştirmeye,
- yaratıcılık gücünün artmasına,
- fiziksel zindeliği geliştirerek, hayata karşı daha yaratıcı olmaya katkı sağlar.

Fiziksel aktivite ve düzenli olarak yapılan spor, genç bireylerin ve yetişkin bireylerin fiziki ve psikolojik yapısının güçlenmesinde, kendisine ve çevresine zarar verecek kötü alışkanlıklardan uzak durmasında etkili olan faktörlerin başında gelmektedir. Başka bir deyişle ilerleyen yaşlarda karşılaşılabileceği kronik hastalıklar ve bu hastalıkların tedavisinde olumlu etkileri söz konusudur. Fiziksel aktiviteye katılım ilerleyen yaşlarda bireylerin yaşam kalitesini arttırılmasında önemli farklar yaratmaktadır (32, 25). Günümüz dünyasında fiziksel aktivite; boş zamanların değerlendirilmesinde, sağlıklı yaşamın elde edilmesi ve korunmasında, bireylerin özgüvenli bir yaşam sürmesinde, herhangi bir sorun karşısında hızlı ve doğru kararlar alıp bu kararları uygulamasında, bireyler arası iletişimin sağlanmasında önemli bir yere sahiptir (33, 34).

İnsanın iradesini güçlü kılmak, beden ve ruh sağlığını geliştirmek spor ve fiziksel aktivitenin temel hedefleri arasında yer aldığı gibi aynı zamanda sosyal ve ekonomik kalkınmanın da temel unsurları arasında yer almaktadır. Spor, kişilerin iradesini güçlendirerek, insanların kendilerine güven duymasını sağlayarak kişiliğin oluşmasını kolaylaştırır. Bireyin ortaya çıkmamış özelliklerinin ortaya çıkmasına ve yaratıcı yönünü harekete geçirmesine olanak sağlar (35, 34).

2.2. İletişim

2.2.1. İletişimin Tanımı

Bireyler arasında, haber alışverişi, duygu, düşünce gibi durumlarda akla gelebilecek şekillerle kişiden kişiye karşılıklı olarak aktarılması becerisine iletişim denir (36). İletişim, sembolik mesajların karşılıklı olarak iletilmesi ve toplumsal etkileşimin sağlanmasında önemli bir süreçtir. Ayrıca iletişim, çeşitli davranış örüntülerini kaynaktan alıp alıcıya aktarılması ile sağlanan bir süreçtir (37).

İletişim, hayatımıza yön veren ve bu hayatın sürdürülmesi için gerekli olan bir durumdur. Bireyler yaşamlarının her alanında çevresiyle iletişim kurma ihtiyacı hisseder. Bundan dolayı etkili iletişim sağlayabilmek adına bütün iletişim sürecinin nasıl çalıştığını bilmeli ve bu sürece etki eden faktörlerin farkında olunması önem taşımaktadır (38). İletişim becerisinin daha verimli olması için etkin bir dinleme becerisi ve etkili bir yanıt mekanizmasının gelişmiş olması gerekmektedir. Etkin dinleme, karşımızdaki bireyin sözel olmayan davranışlarını; vücut kompozisyonu, jest ve mimikler, yüz hareketleri, ses tonu ve şiddeti, gözlemlene ve anlama; sözel mesajları dinleme ve anlamayı içermektedir. Etkili yanıt verme mekanizması ise gelen mesajı içsel olarak anlamlandırıp duruma uygun olan cevabı vermektir (39, 40).

İletişim bağı kurabilmek adına davranış ve becerilerin tümünü iletişim becerisi olarak tanımlayabiliriz. İletişime geçilirken oluşan sorunların büyük bir kısmını, kişilerin yaptıkları bir takım hatalardan ve bunların arkasında yatan psikolojik nedenlerden kaynaklandığı düşünülmektedir (38). İletişim kurulmasını gerektiren konuyla ilgili yapılan hataların düzeltilmesi için farkına varılmadan yapılan bu hatalara dikkat çekmek çözüm uygulamaları için oldukça önem

taşımaktadır. Karşıdaki bireyle iletişime geçerken iletişim çatışmalarına yol açmamak adına, konuşurken iletişim kurulan kişinin gözlerinin içine bakılması, tarafların birbirinin sözünü kesmemesi, iletişime girilen yöne doğru vücut pozisyonu alınmasına dikkat edilmelidir (41).

Etkili bir iletişim sürecinde;

- Öğelerin benzer şekilde tanımlanmasına,
- Dilin açık, sade ve anlaşılır bir biçimde kullanılmasına,
- Çeşitli kanal kullanılmasına,
- Geribildirim sistemlerinin sağlanmasına bağlıdır (42).

Doğru iletişimin kurulmasını engelleyen faktörler;

Gordon (2011), iletişim engellerinin şu durumlarda gerçekleştiğini ifade etmiştir.

- **Yönlendirmek, emir vermek:** Bu durumlarda bireyin duygularının önemsiz olduğunun mesajı verilir. Kişi kendini başkalarının istediklerini yapmak zorunda hisseder.

- **Gözdağı vermek, uyarmak:** Bu durumlar emir verme ve yönlendirmeye benzetilebilir fakat kişinin vereceği cevabın karşılığı olabilecek cümleleri de kapsar.

- **Ahlâk dersi vermek:** Bu tür ilişkilerde zorunluluklar ile otoritenin gücü kişiye karşı kullanılır; yapmalısın etmelisin mesajlarını iletir ve bireyi karşı çıkmaya iter.

- **Bireye mantıklı gelecek düşünceler önermek, nutuk çekmek, öğretmek:** Kişiye mantıklı gelebilecek düşünceler sunma, onun kendi bilgisinden şüphe etmesine neden olabilir.

-Çözüm önerileri getirme ve öğüt vermek: Kişinin sorunlarını tek başına çözemeyeceğine inanıldığını gösterir.

-Yargılamak, eleştirmek, suçlamak, benzer fikre sahip olmamak: Bu durumlar birey üzerinde diğer durumlara oranla daha fazla olumsuz etki oluşturur. Bu değerlendirmeler kişinin özgüvenini ve benlik saygısını olumsuz etkiler.

-Lakap takmak, dalga geçmek: Öz benlik saygısı üzerinde olumsuz etki oluşturur.

-Tanık koymak, yorum yapmak: Bu durum konuşma esnasında kendi duygularının ifade edilmesini engeller (43, 44).

Bıçakçı'ya (1999) göre iletişim becerilerinde; var olmak, öğrenmek, paylaşımda bulunmak, etkilemek, yönlendirmek, mutlu olmak gibi hedefler vardır. Bu hedefleri şu şekilde özetlemek mümkündür.

Var olmak: İnsanoğlu toplum içinde varlığını sürdürebilmek adına iletişim içinde olmak zorundadır. İnsanoğlunun toplum ile iletişimi sonucunda kendi varlığını ispatlayabilir ve toplum içinde kabul görebilir.

Öğrenmek: Dünyaya geldikten sonraki dönemden başlayıp, yaşamın son anına kadar devam eden süreç öğrenme olarak adlandırılır. Doğası gereği çevresinde olup biten durumlara kayıtsız kalamayan insanoğlu; çevresini tanıyarak, bilinmeyen durumları ortadan kaldırarak sürekli öğrenme eğilimindedir. Bu durum, bireyin sürekli iletişim içinde aktif olmasına neden olmaktadır.

Paylaşmak: İnsanoğlu yaşamı süresince hayatında yer alan durum ve olgularla toplumdaki insanlarla sürekli paylaşım içindedir. Yapılan bu paylaşımın çeşitli faydaları söz konusudur. Kişiler arasında ortak yaşam oluşturur, toplumsal onayın sağlanmasında yardımcı olur, bireyler arasındaki karşılıklı anlayışı geliştirir.

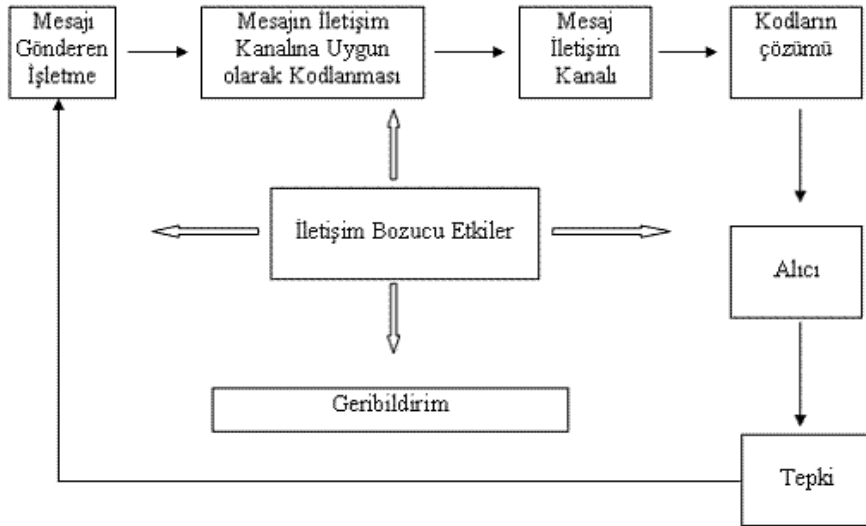
Bireyler arasındaki paylaşım ilk olarak duygu ve düşünce ile başlar ve yenilikler yaratma, öğrenme, düzenleme ve düzeltme yolu ile gelişim ve değişimle devam eder.

Etkilemek ve Yönlendirmek: İletişim açısından insanların tutum ve davranışları üzerinde değişiklik yapmak, ulaşılmak istenen nihai hedeftir. Sosyal bir varlık olan insan, iş bölümü ve iş birliği içinde bulunmak zorundadır. Buda diğer insanlar ile aynı duygu, düşünce ve istek paylaşımı ile mümkündür.

Mutlu Olmak: İnsanoğlu rahatlamak, tepkilerini dışa yansıtmak, dinlenmek, acısını ve üzüntüsünü unutmak, duygusal olarak rahatlamak için eğlenir ve sonucunda mutlu olma hissini yaşar (45, 15).

2.2.2. İletişim Sürecinde Yer Alan Öğeler

Demirel, iletişimde etkili olan beş durumdan bahsetmiş ve bu durumlar şu şekilde ifade edilmiştir; kaynak (gönderici), mesaj, kanal, alıcı ve geribildirim (46).



Şekil 1. İletişim sürecinde yer alan öğeler (47).

2.2.2.1. Kaynak

İletişim sürecinde, hedeflenen kişi ya da kişiler üzerinde davranış değişikliği meydana getirmek amacıyla iletişim sürecini başlatan kişiye kaynak denir. Kaynağın iletişime geçtiği bireyleri iyi tanınmasında; yaşantılarını, ekonomik düzeylerini, sosyal ve kültürel oluşumlarını, eğitim seviyeleri ve buna benzer özelliklerini biliyor olması onunla sağlıklı bir iletişime girmesinde önemli bir etkidir. Bu durum kişiler üzerinde istenilen davranış değişikliğinin meydana gelmesi açısından kolaylık sağlayacaktır. Kaynak güvenilir olduğunda hedef kitle mesaja daha duyarlı ve önyargısız yaklaşacaktır. Böyle bir durumda mesajın dikkate alınma ve benimsenme ihtimali artacaktır (48, 49). Kaynak ögesi kodladığı mesajı bir kanal vasıtasıyla hedef kitleye ulaştırır. Burada kaynağın asıl amacı hedef kitle üzerinde etki yaratmaktır. Hedef kitlenin tutum ve davranışlarının değiştirilmesinde kaynak birinci derecede rol oynamaktadır (50).

2.2.2.2. Kanal

İletişim sürecinde iletilmek istenen mesajın göndericiden alıcıya ulaşmasını sağlayan araç kanal ögesini oluşturur. Verilmek istenen mesajın hedeflenen noktaya ulaşması için, mesajın alıcının duyu organlarından bir veya bir kaçına birden iletilmesi gereklidir. Bu durumda mesajın alıcıya iletilmesini sağlayan araç olan kanal, ses, müzik, yazı, jest ve mimikler vb. aracılığıyla verilmek istenen mesajı iletir. Bu duruma örnek verecek olursak; yazılı iletişimde, örneğin bir gazetede başlıkların genişliği ve büyüklüğü, yazıların yerleştiriliş biçimi, açık ve koyu renkli yazılar sözlü iletişimde ise bazı sözcüklerin vurgulanması, sesin ince ve kalın oluşu, değişik iletişim kanallarını oluşturur (51).

2.2.2.3. Mesaj

Kaynağın alıcısı ile paylaşmak istediği ve onun üzerinde yaratmak istediği davranış değişikliğini kodlayarak duygu ve düşüncelerini ifade etmesine yarayan sembollere mesaj denir. Kaynak, sahibi olduğu fikri alıcısına iletmek istediğinde çizim, ışık, resim, heykel, yazı, formül, hareket, jest, mimik, ses, söz vb. durumlardan en az biri ya da bir kaçını kullanarak mesaj haline getirmektedir. Kaynağın bu şekilde kodlayarak oluşturulduğu bu mesaj alıcının duyu organlarına etki eden uyarıcılardır (52). Davranış değiştirme amaçlı bu uyarıcıların anlayabileceği sembollerden oluşması mesajı ayrıştırabilmesini kolaylaştırır. Alıcının işini kolaylaştırmak isteyen bir kaynak aşağıda verilen oluşumları ön planda bulundurmalıdır ve bu durum iletilmek isten mesajın daha kolay çözümlenmesine yardım eder (53).

-Bir mesajı oluşturan etmenler ne kadar mantıklı ise kavranması o kadar kolay olur. Bu unsurlar gerçeğe yakın seçilip diğer unsurlarla bağlantısı kurulursa öğrenilmesi daha kolay olur.

-Öğrenme durumunda iletilmek istenen mesaj ne kadar çok duyu organına ulaştırılırsa öğrenme o kadar başarılı olur. Ted Cobun'a göre öğrendiklerimizin; % 83' ü görme, % 11' i işitme, % 3,5' ini koklama, % 1,5'ini dokunma ve % 1' ini duygularımızla edindiğimiz yaşantı yoluyla öğreniriz (53).

2.2.2.4. Alıcı

Kanal aracılığıyla gelen mesajı alan, o mesajı çözümleyen ve bunun sonucunda mesajı ileten kaynağa geribildirim veren öğeye alıcı denir. Alıcı kaynağın gönderdiği mesajı kanal aracılığıyla alır, anlar ve çözer. Kişiliği, ailesi, toplumun kültürel özellikleri ve değer yargıları kaynaktan gelen mesajı alıp çözümlemesinde

etkilidir. Alıcı bazen kaynağın iletmek istediğini tam anlamıyla alamaz. Tam anlamıyla alması kod çözümlenmesiyle ilgilidir. Bu durumda kanalın mesajı iletmeye şeklide önemli bir yer teşkil eder. Alıcının görevi mesajı anlayıp anlamadığını kaynağa bildirmek yani geribildirim olayını gerçekleştirdiğinde mesajın doğru iletilip iletilmediği ortaya çıkar (38).

2.2.2.5. Geribildirim (Dönüt)

Alıcının verilmek isten mesaja verdiği her türlü yanıt, geribildirim ögesini oluşturur. İletişim türlerinde değişimin tek yönlü iletişimden karşılıklı yani geribildirimli iletişime doğru geçmekte olduğu bilinmektedir. Alıcının verilen mesajlara verdiği tepki ya da tepki verme süreci olan geribildirim (dönüt); “kaynaktan iletilen mesajın anlamının alıcı tarafından algılanıp algılanmadığı, algılanmış ise nasıl bir tepki gösterdiğini ifade eden bir süreç” olarak tanımlanmaktadır (54). Geribildirim; iletişimin hangi ölçüde gerçekleştiği, iletişimin düzeltilmesi gereken yönleri, noktalanması veya sürdürülmesi için gereklidir. Dönüt iletişim sürecinin başarılı gerçekleşip gerçekleşmeme durumunu gösterir. İletişime yön verir. Gönderilen mesajın tekrar edilmesi, düzeltilmesi ya da değiştirilmesini alıcıdan alınan dönütler belirler (38). Geri bildirim; iletişimi tek yönlü ve pasif bir süreç olmaktan çıkararak, karşılıklı gerçekleşen ve aktif bir sürece dönüştürmektedir. Anında oluşan geri bildirimde hedeflenen kitle kaynağın direkt etkisi altındadır (49).

2.2.3. İletişim Çeşitleri

2.2.3.1. Sözlü İletişim

Sözlü iletişim; bireylerin konuşarak kendisini ifade ettiği bir iletişim çeşididir. Sözlü iletişim kişilerin kendisini tanımasında, toplum içerisinde var olmasında ve ya topluma kendisini kabul ettirmesinde etkili olan bir iletişim türüdür.

İnsanoğlu isteyerek ya da istemeyerek bütün yaşamı boyunca iletişim içerisinde. Soru soran, düşünen, düşündüren ve bireyin her aşamasında aktif olduğu iletişim çeşididir (55). Sözlü iletişim “dil ve dil ötesi” olmak üzere iki alt bölüme ayrılmaktadır. İnsanların karşılıklı konuşmaları dil ile iletişim olarak kabul edebilir. Dil ile iletişimde bireyler ürettiklerini, bilgilerini birbirine aktararak anlamlandırır. Dil tesi iletişim, sesin niteliği ile ilgilidir; sesin hızı, şiddeti, ses tonu, hangi kelimenin vurgulandığı, duraklamalar gibi özelliklerdir. Dil ile iletişimde kişilerin ne söyledikleri, dil ötesi iletişimde ise ne şekilde söyledikleri önemlidir (56).

2.2.3.2. Sözsüz İletişim

Sözsüz iletişimde; insanlar yazı ya da konuşma olmadan birbirine bir takım mesajlar iletirler. Sözsüz iletişim de insanların ne söyledikleri değil, nasıl söyledikleri ve ne yaptıkları önemlidir. Günümüz dünyasında artık iletişimin sadece dil üzerinde gerçekleşen bir durum olmadığı, arkasındaki diğer durumlarında dikkate alınması gerektiği anlaşılmıştır. Beden dilini okuma, ses tonunu algılayabilme gibi durumlardan dolayı sözsüz iletişimin önemi artmaktadır (50). Sözsüz iletişim araçları çoğu durumlarda sözlü iletişimin tamamlayıcısı olarak, nadiren de tek başına kullanılır (57).

Gobbott ve Hogg (2001) de yapmış oldukları çalışmasında sözsüz iletişimi dört grupta ifade etmektedir. Bu araştırmacılara göre; duruş mesafesi, beden duruşu- beden hareketleri, göz teması ve ses tonunu sözsüz iletişimin temel unsurları olarak ifade etmektedir (58, 50).

2.2.3.3. Yazılı İletişim

Yazılı iletişimde amaç, hedefe, alıcıya ya da muhataba anlatmak ve aktarmak istediklerimizi yazı yoluyla en iyi şekilde ve kalıcı olarak anlatmaktır. Yazılı iletişim

yaşamın her alanında yaygın olarak kullanılmasına karşın özellikle iş yaşamında, devlet işlerinde ve bütün resmi işlemlerde yaygın olarak kullanılmaktadır. Mesajların karşı tarafa yazı dili kullanılarak aktarıldığı iletişim türüdür. Bu iletişim türünde kullanılan araçlar; mektuplar, makaleler, notlar, gazeteler, afişler, ilanlar vb. araçlardır (59).

2.2.3.4. Kişi İçi (Kişisel) İletişim

Kişinin kendi kendine iletişim kurması şeklinde ifade edilebilir. Diğer bir deyişle, kişinin kendi iç sesi ile konuşmasını, sonuca varmak için kendisine mantıklı sorular sormasını ve doğru kararlar verebilmek için iç sesine kulak vermesi şeklinde tanımlanabilir. Kişisel iletişim veya İçsel iletişim şekliyle karşımıza çıkan bu iletişim çeşidinde hedef kişinin kendisine yönelmesi ve isteklerinin farkına varmasıdır. Fakat kişi içi iletişim bilinçli bir şekilde gerçekleşebileceği gibi bilinç dışı da gerçekleşebilmektedir. Yani bilincin onay verdiği bir eyleme bilinç ötesi onay vermeyebilmekte ve bu da kişinin içsel bir çatışma içerisine girmesine neden olmaktadır. Kısacası; kişi içi iletişimde bu tarz çatışmalar olabilmektedir, önemli olan çatışmaların farkına olmak ve bireyin kendisiyle en doğru şekilde iletişim kurabilmesidir (60).

2.2.3.5. Kişiler Arası İletişim

İçeriği ne olursa olsun, var olan bir problemi çözmek için insanların karşılıklı bir şekilde düşünce alışverişinde bulunmaları yani iletişim kurmaları gerekir. Konuşma veya tartışma becerileri gelişmemiş olan toplumlarda, ortadaki bir problemi çözmek amacıyla başlatılan etkileşim, kısa bir süre içinde sürtüşme ve çatışmaya dönüşebilir. Bu durumda var olan sorunu ortadan kaldırmak bir yana, soruna yenileri eklenir. Dünyanın birçok yerinde var olan çatışmaların temelinde de

bilinçsiz koşullarla yetiştirilmiş insanların sosyal ortamdaki iletişim konusundaki bilgisizliği yatmaktadır. Toplum içindeki problemlerin adil olarak çözümlenmesi için karşılıklı iletişim gereklidir. Bu koşullarla bir iletişim gerçekleştirilemediği zaman da var olan sorunların çözümüne ulaşamaz. Gücü o anda elinde bulunduran iktidar emir vererek, toplumsal soruna bir çözüm getireceğine inanabilir. Ancak iletişim kurmadan ortaya atılan ve zorla kabul ettirilen bu tür "çözüm" biçimlerinin ömrü, emri veren iktidarın varlığı kadar sürecektir. İktidar değişince, yeni otorite eski emri ortadan kaldırır ve çoğu kere, öncekine taban tabana zıt yeni emirler verir (61).

2.3. Problem Çözme

Çağdaş yaşam insanların hayatlarında hızlı değişimler meydana getirmektedir. Bu değişimlere uyum sağlayabilmesi için insanların sorunlarının üstesinden gelebiliyor olması çok önemlidir. Var olan bu sorunlar, insanların hayatlarını sağlıklı ve düzgün bir biçimde devam ettirmesine engel olabilecek ağır ve karmaşık sorunlar olabilirler ya da insanların hayatlarına çok fazla etki etmeyen problemler de olabilir. İnsanların var olan her türlü sorununu benzer yöntemler ile çözmesi mümkün olmadığından çeşitli beceriler geliştirmesi ya da bu sorunlara yönelik farklı bakış açıları keşfetmesi gerekmektedir. Problem çözme becerisi insanlık için de yaşamsal bir önem taşımaktadır. Toplumsal ilerleyiş sadece karşılaşılan sorunların ortadan kaldırılmasıyla gerçekleşebilmektedir (62). İnsanlar karşılaştıkları sorunların çözümünde ilk olarak, daha önceden kullandıkları çözüm yollarına başvurmaktadır. Bu çözüm yolunun başarı getirmeyeceğini fark ettiklerinde ise bireysel yeteneklerini kullanarak bir çözüm yolu üretmek adına çaba göstermektedirler (63, 64).

Problem; bir sistemin ve kişinin iç dünyasında huzursuzluk oluşturan, çözüme ulaşmadıkça sistemin işleyiş mekanizmasını çökerten, bireyin iç dünyasını huzursuz eden, normal hayatına devam etmesine olanak vermeyen ve kişinin varmak istediği nihâyi sonuca ulaşmasına engel olan bir çatışma durumudur. Problem; insanın engellere karşı duruşuna çatışma durumu anında açıklanamayan ve bir çözüm üretilmesi gereken herhangi bir durum veya aşmak istediği ya da üstesinden gelmeye çalıştığı zorluk olarak tanımlanabilir (65).

Problem çözme; insanın var olan sorunu fark etmemesi ile başlayan ve bu soruna çözüm buluncaya kadar süren bilişsel ve davranışsal bir süreçtir. Ayrıca istenilen hedefe ulaşmak için karşımıza çıkan engelleri ortadan kaldırmaya yönelik çabaların bütününden oluşup, bu süre zarfında bulunulan şartlara uymak, sorunları ortadan kaldırmak ve insanı bir iç dengeye kavuşturmak gibi durumları içermektedir (66).

Heppner (1987)'e göre problem çözme, karşılaşılan sorunlarla başa çıkma kavramı ile aynı anlamı taşımaktadır. Gerçek hayatta kişinin problem çözme becerisi ise içsel ya da dışsal dürtülerin çağrılara uyum sağlamak amacı ile davranışsal tepkilerde bulunma gibi bilişsel ve duygusal işlemleri bir hedefe yöneltmek olarak tanımlanmaktadır (67, 68).

İnsanların hayatlarında çeşitli problemlerle karşı karşıya kaldıklarında bu problemlere ilişkin çeşitli çözüm yolları bulabilmeleri beklenmektedir. Ayrıca problem çözme becerisi karşılaşılan zorlukları ortadan kaldırma sürecidir. İnsanların hayatlarını sağlıklı bir şekilde devam ettirebilmesi adına problem çözme becerisi büyük önem taşımaktadır (69).

Stevens (1980) problem çözme sürecini şu şekilde ele almaktadır:

- Problemin anlaşılması,
- Gerekli bilgilerin toplanması,
- Problemin köküne inilmesi,
- Çözüm yollarının ortaya konulması,
- En iyi çözüm yolunun seçilmesi,
- Problemin çözülmesi (69).

Problem çözme becerisinin yönteminin yararları ise şu şekilde ifade edilebilir;

- Bireyler etkin olur,
- Bireylerin kalıcı izli öğrenmeleri arar,
- Öğrenme sorumluluğu artar,
- Problemin çözümü için bağımsız düşünme yeteneği gelişir,
- Karar verme sürecinde çok yönlü düşünme gerekliliği düşüncesi kazanılır,
- Yardımlaşma duyguları gelişir,
- Tek kaynak yerine, çeşitli kaynaklara ulaşma ve yararlanmayı sağlar,
- Bilişsel alanın uygulama basamağındaki kazanımlarda etkili olur,
- Değişik çözüm yollarının denenmesine olanak sağlar,
- Sistemli çalışma alışkanlığı kazandırır,
- Bilimsel yöntemin kullanılmasını sağlar,
- Araştırma yapmaya yöneltir (70).

Problem çözme becerisi, kişinin bir amacı olup da ona nasıl ulaşacağını bilmediği anlarda ne yaptığıdır. Buradan hareketle böyle zamanlarda olumsuz ve engelleyici bir deneyim olması beklentisi de oldukça yüksektir. Bu duruma ek olarak çocuklarda yeni bir problemin çözülme süreci içerisinde yeni fikirler üretmeyi,

stratejiler geliştirmeyi de içine alan zevkli bir uğraştır. Aynı zamanda problem çözme becerisi, insanoğlunun yaradılışına ilişkin çocukluğumuzun ilk uyum davranışlarını geliştirmek adına bir başlangıçtır (71,72). İnsanların yaşamlarında karşılaşabilecekleri çeşitli koşullara uyum sağlamalarına yardımcı olmaktadır. Bu sebepten dolayı tüm insanların parçası oldukları ortama etkin ve etkili bir şekilde adapte olabilmeleri adına, problem çözme becerilerini geliştirmeleri gerekmektedir (73, 72). Problem özme becerisi; bilgiyi kullanarak ve buna orijinallik, yaratıcılık ya da hayal gücünü ekleyerek çözüme varma süreci olarak açıklanabilir. Problem özme becerisi, insanların sağlıklı şekilde hayatlarını sürdürebilmeleri ve ruh sağlığını koruması için zorunludur (74).

3. YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Araştırma evrenini Erzurum Atatürk Üniversitesinde öğrenim gören öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklem grubunu Erzurum Atatürk Üniversitesi'nde öğrenim gören 18-30 yaş arası 742 öğrenci (369 erkek, 373 kadın) meydana getirmektedir.

3.2. Verilerin Toplanması

3.2.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından geliştirilen 'Kişisel Bilgi Formu'; araştırmaya konu olan örneklem grubu hakkında bilgi toplamak amacıyla hazırlanmıştır. Kişisel bilgi formu; yaş, cinsiyet, ailenin eğitim durumu, bireyin spor yaşı gibi bağımsız değişkenler ile ilgili sorulardan oluşmaktadır.

3.2.2. Fiziksel Aktivite Ölçeği

International Physical Activity Questionnaire (IPAQ) kısa formu Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) ile Amerikan Hastalık Kontrolü ve Korunma Merkezi (CDC)'nin katkılarıyla oluşturulmuştur. Kişilerin düşük, orta ve yüksek tempolu fiziksel aktivitelerde harcadıkları süre ve oturma süreleri hakkında bilgi vermektedir. Yapılan fiziksel aktiviteler değerlendirilirken; her aktivitenin bir defada minimum 10 dk yapılması ölçüt olarak kabul edilmektedir. Yapılan her fiziksel aktivite düzeyi için

metabolik eşdeğer gün ve dakika şeklinde çarpılarak MET-dk/hafta sonucu elde edilir (75).

Ulaşılan skor fiziksel aktiviteye katılım göstermeyenler için “MET=3000” enerji düzeyi şeklinde sınıflandırılmaktadır. Yapılan bütün fiziksel aktiviteye ait ne kadar enerji tüketildiğinin belirlenmesinde; her aktivitenin haftalık süresi “dk” ile IPAQ için belirlenen “MET” değerleri ile çarpılmıştır. Sonucunda bireylerin düşük, orta, şiddetli fiziksel aktivite düzeyi ve toplam fiziksel aktivite düzeyinde harcadıkları enerji miktarları hesaplanmaktadır. Toplam puan hesaplanırken, aktivitelere verilen metabolik eşitlik “MET” değerleri (şiddetli aktivite; 8 MET, orta şiddetli aktivite; 4 MET, yürüme; 3.3 MET) ile aktivitelerin yapılma süresi “dk” ve uygulama sıklığı yani gün sayısı ile çarpıldığında olguların haftalık “MET-dk” skorları elde edilir. Elde edilen skorlara göre katılım gösteren kişilerin fiziksel aktivite düzeyleri “inaktif”, “minimal aktif” ve “çok aktif” olmak üzere üç bölüme ayrılmaktadır (76).

MET, kişinin dinlenme halinde dakikada yaktığı enerji miktarı olarak tanımlanmaktadır. 1 MET; vücudun kg başına yaklaşık olarak 3.5 ml oksijen tüketimine eşittir. Kitap okurken, telefon ile konuşurken veya oturur pozisyonda vücut tarafından kullanılan enerji miktarıdır. Vücut fiziksel aktivite esnasında ne kadar fazla aktif tutulursa, MET değeri de o kadar yüksek olacaktır. Örneğin; haftada 3 gün 30 dakika yürüyen bir kişinin yürüme MET-dk/hafta puanı; $3.3 \times 30 \times 3 = 297$ MET- dk/ hafta olarak hesaplanmaktadır. Bu sürekli puanlamayla birlikte, elde edilen sınıflama sayısal verilerle, kategorisel puanlama yapılmaktadır (77). Düşük grup (sedanter inaktif) fiziksel aktivite grubu; 600 MET-dk/hafta’ dan az egzersiz katılım

gösteren gruptur. Orta düzeydeki (minimal aktif) fiziksel aktivite grubu; 601-3000 MET- dk/hafta aralığında egzersiz katılımı olduğunu bildiren gruptur. Fiziksel olarak aktif grup ise 3000 MET- dk/hafta' dan fazla egzersiz katılımı olduğunu bildiren gruptur (78).

3.2.3. İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği

İnsanların iletişim becerilerini nasıl değerlendirdiklerini belirlemek amacıyla Korkut (1996) tarafından iletişim becerileri değerlendirme ölçeği geliştirilmiştir. Geliştirilen bu ölçek 5li likert (1=her zaman, 2=sıklıkla, 3=bazen, 4=nadiren, 5=hiçbir zaman) ve 25 maddeden oluşmaktadır. Ters yönde hesaplanan maddeler bulunmamaktadır. Ölçekten elde edilen toplam puanın yüksek olması bireylerin kendi iletişim becerilerini olumlu yönde değerlendirdikleri anlamına gelmektedir. İletişim becerilerini değerlendirme ölçeğinin geçerliğini, lise öğrencilerinden elde edilen veriler sonucunda yapılan varyans analiz sonuçlarıyla, ölçeğin tek boyutlu olduğu sonucuna ulaşılmıştır. İletişim becerileri değerlendirme ölçeğinin güvenilirliği ise, test tekrar yöntemi ile yapılmış çalışma sonucunda ölçeğin güvenirlik katsayısı 0.76 şeklinde tespit edilmiştir. İç tutarlılık katsayısı olarak cronbach alfa değeri ise .80 olarak hesaplanmıştır (79).

3.2.4. Problem Çözme Becerisi Ölçeği

İnsanların günlük hayatlarında karşı karşıya kaldıkları sorunlara nasıl tepki verdiklerini ölçmeyi hedefleyen bir ölçme yöntemidir. Heppner ve Petersen tarafından 1982 yılında geliştirilmiş ve toplumumuzun yaşayış tarzına uyarlama çalışmaları ise Taylan (1990) ve Şahin, Şahin ve Heppner (1993) tarafından yapılmıştır. Olumlu ve olumsuz formüle edilen toplam 35 maddenin yer aldığı

ölçekte 32 madde hesaplamaya dâhil edilmektedir. Bu üç madde (9,22,29) ise gerekli koşulları sağlamadığından puanlama dışında tutulmaktadır. Puanlamada tersine çevrilmiş 14 madde (1, 2, 3, 4, 11, 13, 14, 15, 17, 21, 25, 26, 30, 34) yer almaktadır. Bu maddelerin yeterli oranda problem çözme becerilerini temsil ettiği kabul edilmektedir (23).

Ölçeğin yurt dışındaki geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarında; problem çözme yeteneğine güven, yaklaşma-kaçınma ve kişisel kontrol olmak üzere üç faktör, yurt içindeki çalışmalar da ise; aceleci yaklaşım, düşünen yaklaşım, kaçınan yaklaşım, değerlendirici yaklaşım, kendine güvenli yaklaşım ve planlı yaklaşım olmak üzere 6 faktör belirlenmiştir (72). Ölçekten alınabilecek en düşük puan 32, en yüksek puan 192'dir. Ölçekten alınan en yüksek puan; bireyin problem çözme becerisi algısının düşük olduğunu ifade ederken, alınan en düşük puan problem çözme becerisi algısının yüksek olduğunu ifade etmektedir. Yapılan analiz sonucunda cronbach alfa katsayısı 0.90, alt ölçeklerden ise elde edilen katsayılar 0.72 ile 0.85 arasındadır (80).

3.3. İstatistiksel Analiz

Araştırma sonucunda elde edilen veriler SPSS 22.0 paket programında analiz edilmiştir. Tanımlayıcı özelliklere ait istatistikler için standart sapma, ortalama ve varyans analizi kullanılmıştır. Normallik homojenlik testi sonucuna göre parametrik testlerden ikili değişkenler için Independent T testi kullanılmıştır. İki'den fazla değişkenler de ise One Way Anova testi kullanılmıştır. Gruplar arasındaki ilişkiyi belirlemek için korelasyon analizi kullanılmıştır. Elde edilen veriler istatistiksel olarak $p < 0.05$ düzeyinde anlamlı kabul edilmiştir.

4. BULGULAR

Tablo 4.1. Katılımcıların Demografik Özellikleri

	N	%
Cinsiyet	742	%100
Kadın	373	50.3
Erkek	369	49.7
Aylık Geliri	742	%100
1600 altı	116	15.6
1601-2500	238	32.1
2501-4000	249	33.6
4001 üstü	139	18.7
Fakülte	742	%100
Edebiyat Fakültesi	138	18.6
Eğitim Fakültesi	136	18.3
İletişim Fakültesi	110	14.8
Güzel Sanatlar Fakültesi	102	13.7
Sağlık Hizmetleri Meslek Y.O.	139	18.7
Spor Bilimleri Fakültesi	117	15.8
Spora başlama yaşı	742	%100
Yapmayan	187	25.2
4-8	115	15.5
9-13	222	29.9
14-18	170	22.9

18yaş üstü	48	6.5
Evdeki Kardeş Sayısı	742	%100
0-1	68	9.2
2	184	24.8
3	230	31.0
4 ve üstü	260	35.0
İlk ve Ortaöğretimde Spor Yapar mıydınız?	742	%100
Evet	448	60.4
Hayır	294	39.6

Katılımcıların demografik özellikleri incelendiğinde; % 50.3'ünü (373) kadın, %49.7'sini (369) erkek katılımcılar oluşturmaktadır. Katılımcıların yaş ortalaması 23.16'dır. Katılımcıların ailelerinin aylık gelir düzeyleri incelendiğinde; %15.6'sını

(116) 1600tl altı, %32.1'ini (238) 1601-2500tl, %33.6'sını (249) 2501-4000tl ve %18.7'sini (139) ise 4001 tı geliri olanlar oluşturmaktadır. Katılımcıların eğitim durumları incelendiğinde; %18.6'sını (138) Edebiyat Fakültesi, %18.3'ünü (136) Eğitim Fakültesi, %14.8'ini (110) İletişim Fakültesi, %13.7'sini (102) Güzel Sanatlar Fakültesi, %18.7'sini (139) Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu ve %15.8'ini (117) Spor bilimleri fakültesi öğrencileri oluşturmaktadır. Katılımcıların spora başlama yaşı incelendiğinde; %25.2'sini (187) hiç spor yapmayan, %15.5'ini 4-8 (115) yaş arası, %29.9'unu 9-13 (222) yaş arası, %22.9'unu 14-18 (170) yaş arası ve %6.5'ini (48) 18 yaş üstü gençler oluşturmaktadır. Katılımcıların evdeki kardeş sayıları incelendiğinde; %9.2'sinin (68) 0-1 kardeşe, % 24.8'inin (184) 2 kardeşe, %31'inin (230) 3 kardeşe ve %35'inin (260) 4 ve üstü kardeşe sahip olduğu görülmektedir. Katılımcıların ilk ve ortaöğretimde spor yapma durumu incelendiğinde; %60.4'ü (448) ilk ve ortaöğretim yıllarında spor yapmaktayken, %39.6'sı (294) ilk ve ortaöğretim yıllarında spor yapmamaktadır.

Tablo 4.2. Cinsiyet Değişkenine Göre Fiziksel Aktivite Ölçeğinin İncelenmesi

	Cinsiyet	n	x	ss	t	P
FATP	Kadın	373	1974.34	1854.16	-5.439	.000*
	Erkek	369	2848.84	2483.61	-5.430	

(p<0.05)

Cinsiyet değişkenine göre Fiziksel aktivite toplam puanı değerlendirildiğinde erkek katılımcıların fiziksel aktivite toplam puanları $X=2848.84$, kadın katılımcıların

fiziksel aktivite toplam puanı $X=1974.34$ olduğu gözlemlenmiş ve erkek katılımcılar lehine anlamlı bir farklılığın olduğu belirlenmiştir ($p<0.05$).

Tablo 4.3. Cinsiyet Değişkenine Göre İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeğinin İncelenmesi

	Cinsiyet	n	X	ss	t	P
İBDTP	Kadın	373	46.06	12.55	-1.827	.068
	Erkek	369	47.84	13.84	-1.826	

($p>0.05$)

Cinsiyet değişkenine göre yapılan analiz sonucunda (kadın $x=46.06$ ve erkek $x=47.84$) iletişim becerileri değerlendirme ölçeği toplam puan ortalaması arasında anlamlı bir farklılık olmadığı gözlemlenmiştir ($p>0.05$).

Tablo 4.4. Cinsiyet Değişkenine Göre Problem Çözme Becerisi Ölçeğinin İncelenmesi

Alt Boyut	Cinsiyet	n	x	ss	t	P
Acelecı Yaklaşım	Kadın	373	32.67	7.89	-1.274	.203
	Erkek	369	33.39	7.48		
Düşünen Yaklaşım	Kadın	373	12.81	5.08	.128	.898
	Erkek	369	12.76	5.16		
Kaçıngan Yaklaşım	Kadın			5.59	-1.598	.110
	Erkek	373	11.22	5.43		

		369	11.86				
Değerlendirici Yaklaşım	Kadın	373					
	Erkek	369	7.75	3.81	-.349	.727	
			7.85	3.80			
Kendine Güvenli Yaklaşım	Kadın	373					
	Erkek	369	20.01	5.66	.046	.964	
			19.99	5.59			
Planlı Yaklaşım	Kadın						
	Erkek	373	10.75	4.10			
		369	10.90	4.21	-.506	.613	
PÇBTB	Kadın		103.30	19.42			
	Erkek	373	105.27	19.82			
		369			-1.370	.171	

(p>0.05)

Cinsiyet değişkenine göre yapılan analiz sonucunda katılımcıların problem çözme becerileri toplam puanı ve alt boyut puanları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı gözlemlenmiştir (p>0.05).

Tablo 4.5. Aylık Gelir Değişkenine Göre Fiziksel Aktivite Ölçeğinin İncelenmesi

Aylık Gelir	n	x	ss	f	p	Fark
-------------	---	---	----	---	---	------

FATP	a-1600-altı	116	2935.57	2556.33			
	b-1601-2500	238	2289.44	1956.30			
	c-2501-4000	249	2268.00	2348.98	2.734	.043*	a>b,c
	d-4001-üstü	139	2428.08	2125.10			
	total	742	2409.23	2231.75			

(p<0.05)

Aylık gelir değişkenine göre yapılan analiz sonucunda fiziksel aktivite ölçeği toplam puanı ile arasında düşük ve yüksek gelir lehine anlamlı farklılık olduğu gözlemlenmiştir (p<0.05).

Tablo 4.6. Aylık Gelir Değişkenine Göre İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeğinin İncelenmesi

	Aylık Gelir	n	x	ss	f	P
İBDTP	a-1600altı	116	47.77	14.44		
	b-1601-2500	238	47.18	12.38		
	c-2501-4000	249	47.29	13.78	.994	.395
	d-4000üstü	139	45.25	12.57		
	total	742	46.95	13.23		

(p>0.05)

Aylık gelir değişkenine göre yapılan analiz sonucunda iletişim becerileri değerlendirme ölçeği toplam puanı ile arasında anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir (p>0.05).

Tablo 4.7. Aylık Gelir Değişkenine Göre Problem Çözme Beceri Toplam Puanı İle Alt Boyut Puanlarının İncelenmesi

Alt Boyut	Aylık Gelir	n	x	ss	f	p
Aceleci Yaklaşım	a-1600altı	116	32.85	7.54		
	b-1601-2500	238	32.58	7.41		
	c-2501-4000	249	33.10	7.80	.755	.519
	d-4000üstü	139	33.79	8.12		
	Total	742	33.02	7.69		
Düşünen Yaklaşım	a-1600altı	116	13.00	5.19		
	b-1601-2500	238	12.89	5.04		
	c-2501-4000	249	12.59	4.98	.224	.880
	d-4000üstü	139	12.78	5.45		
	total	742	12.79	5.12		
Kaçınan Yaklaşım	a-1600altı	116	12.12	5.21		
	b-1601-2500	238	11.49	5.71		
	c-2501-4000	249	11.22	5.63	.749	.523
	d-4000üstü	139	11.70	5.24		
	total	742	11.54	5.52		
Değerlendirici Yaklaşım	a-1600altı	116	7.94	3.59		
	b-1601-2500	238	7.82	3.92		
	c-2501-4000	249	7.71	3.73	.103	.958
	d-4000üstü	139	7.79	3.93		
	total	742	7.80	3.80		
Kendine Güvenli Yaklaşım	a-1600altı	116	20.12	5.59		
	b-1601-2500	238	20.14	5.79		
	c-2501-4000	249	19.59	5.50	.704	.550
	d-4000üstü	139	20.38	5.59		
	total	742	20.00	5.62		

Planlı Yaklaşım	a-1600altı	116	10.82	4.31		
	b-1601-2500	238	11.20	4.18		
	c-2501-4000	249	10.51	3.99	1.123	.339
	d-4000üstü	139	10.74	4.25		
	total	742	10.82	4.15		
PÇBTB	a-1600altı	116	105.40	19.34		
	b-1601-2500	238	104.63	21.26		
	c-2501-4000	249	102.68	18.59	.918	.431
	d-4000üstü	139	105.63	18.75		
	total	742	104.28	19.63		

(p>0.05)

Aylık gelir değişkenine göre yapılan analiz sonucunda problem çözme becerisi ölçeği toplam puanı ile alt boyut puanları arasında anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir (p>0.05).

Tablo 4.8. Fakülte Değişkenine Göre Fiziksel Aktivite Ölçeğinin İncelenmesi

Alt Boyut	Fakülte	n	x	ss	f	p	Fark
FATP	a-Edebiyat F.	138	2289.31	2286.61			
	b- Eğitim F.	136	2167.49	1939.71			
	c-İletişim F.	110	2058.95	2363.00			
	d-Güzel S.F.	102	2414.34	2167.61	9.007	.000*	f>a,b, c,d,e
	e-Sağlık H.Y.O.	139	2026.57	1934.04			
	f-Spor B.F	117	3611.17	2374.94			
	Total	742	2409.23	2231.75			

(p<0.05)

Fakülte değişkenine göre yapılan analiz sonucunda Fiziksel aktivite toplam puanı değerlendirildiğinde; Spor Bilimler Fakültesi $x=3611.17$, Güzel Sanatlar Fakültesi $x=2414.34$ en yüksek ortalamalara sahip olduğu belirlenmiş ve bu fakülteler arasında anlamlı farklılıklar olduğu tespit edilmiştir ($p<0.05$). Tespit edilen bu farklılıklar neticesinde Spor Bilimler Fakültesi öğrencilerinin diğer fakültele oranla daha yüksek oranlarda fiziksel aktivitede buldukları anlaşılmaktadır.

Tablo 4.9. Fakülte Değişkenine Göre İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeğinin İncelenmesi

Alt Boyut	Fakülte	n	x	ss	f	p	Fark
İBDTP	a-Edebiyat F.	138	44.47	11.96	5.184	.000*	a<b,c,d
	b-Eğitim F.	136	50.93	12.98			b>a,e,f
	c-İletişim F.	110	47.82	14.98			c>a,e
	d-Güzel S.F.	102	48.13	13.94			d>a,e
	e-Sağlık H.Y.O.	139	44.02	11.01			e<b,c,d
	f-Spor B.F	117	46.85	13.83			f<b
	Total	742	46.95	13.23			

($p<0.05$)

Fakülte değişkenine göre yapılan analiz sonucunda İBDÖ değerlendirildiğinde; Eğitim Fakültesi $x=50.93$, Güzel Sanatlar Fakültesi $x=48.13$, İletişim Fakültesi $x=47.82$ ve Spor Bilimler Fakültesi'nin $x=46.85$ en yüksek ortalamalara sahip olduğu belirlenmiş ve bu fakülteler arasında anlamlı farklılıklar olduğu gözlemlenmiştir ($p<0.05$).

Tablo 4.10. Fakülte Değişkenine Göre Problem Çözme Beceri Toplam Puanı İle Alt Boyut Puanlarının İncelenmesi

Alt Boyut	Fakülte	N	x	ss	f	p	Fark
Aceleci Yaklaşım	a-Edebiyat F.	138	33.36	8.25			
	b-Eğitim F.	136	31.41	7.24			
	c-İletişim F.	110	34.30	7.83			
	d-Güzel S.F.	102	32.93	7.88	1.879	.096	
	e-Sağlık H.Y.O	139	33.17	7.57			
	f-Spor B.F.	117	33.21	7.22			
	Total	742	33.02	7.69			
Düşünen Yaklaşım	a-Edebiyat F.	138	12.43	5.33			
	b-Eğitim F.	136	13.73	4.63			
	c-İletişim F.	110	12.60	4.97			
	d-Güzel S.F.	102	13.67	5.58	2.501	.029*	b<a,e,f
	e-Sağlık H.Y.O.	139	12.43	5.21			d<f
	f-Spor B.F	117	11.94	4.82			
	Total	742	12.79	5.21			
Kaçıngan Yaklaşım	a-Edebiyat F.	138	10.95	5.40			
	b-Eğitim F.	136	11.05	5.03			
	c-İletişim F.	110	13.24	6.38			
	d-Güzel S.F.	102	11.79	5.62	3.243	.007*	c<a,b,e,f
	e-Sağlık H.Y.O.	139	11.75	5.02			
	f-Spor B.F	117	10.73	5.55			
	Total	742	11.54	5.52			
Değerlendirici Yaklaşım	a-Edebiyat F.	138	7.55	3.86	1.090	.364	
	b-Eğitim F.	136	7.88	3.71			
	c-İletişim F.	110	7.95	3.43			

	d-Güzel S.F.	102	8.12	4.22		
	e-Sağlık H.Y.O.	139	8.11	3.85		
	f-Spor B.F	117	7.19	3.73		
	Total	742	7.80	3.80		
Kendine Güvenli Yaklaşım	a-Edebiyat F.	138	19.68	5.60	1.686	.136
	b-Eğitim F.	136	20.60	5.79		
	c-İletişim F.	110	20.21	4.97		
	d-Güzel S.F.	102	20.66	5.51		f>b,d
	e-Sağlık H.Y.O.	139	20.02	5.90		
	f-Spor B.F	117	18.86	5.69		
	Total	742	20.00	5.62		
Planlı Yaklaşım	a-Edebiyat F.	138	10.42	3.72	2.704	.020*
	b-Eğitim F.	136	11.67	4.14		
	c-İletişim F.	110	10.69	4.21		
	d-Güzel S.F.	102	11.15	4.47		b<a
	e-Sağlık H.Y.O.	139	11.10	3.99		f>b,d,e
	f-Spor B.F	117	9.94	4.34		
	Total	742	10.82	4.15		
PÇBTB	a-Edebiyat F.	138	102.30	20.58	2.407	.035*
	b-Eğitim F.	136	104.93	20.01		
	c-İletişim F.	110	107.10	17.27		
	d-Güzel S.F.	102	107.01	19.13		f>b,c,d, e
	e-Sağlık H.Y.O.	139	105.10	20.05		
	f-Spor B.F	117	99.88	19.46		
	Total	742	104.28	19.63		

(p<0.05)

Fakülte değişkenine göre yapılan analiz Problem çözme becerisi ölçeği toplam puanı ile alt boyut puanları değerlendirildiğinde; Problem çözme becerisi

toplam puanı, düşünen yaklaşım, kaçınan yaklaşım ve planlı yaklaşım alt boyutlarında anlamlı farklılıklar gözlemlenmiştir ($p<0.05$).

Tablo 4.11. İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği, Fiziksel Aktivite Ölçeği, Problem Çözme Becerisi ve Alt Boyut Puanları Arasındaki İlişki

Alt Boyut		1	2	3	4	5	6	7	8	9
İBDTP	r	-								
	p									
PÇBTP	r	.335**	-							
	p	.000								
FATP	r	-.079**	-.099**	-						
	p	.032	.007							
Aceleci Yaklaşım	r	.039	.367**	-.030						
	p	.291	.000	.418						
Düşünen Yaklaşım	r	.272**	.673**	-.063	-.195**					
	p	.000	.000	.085	.000					
Kaçınan Yaklaşım	r	.239**	.529**	-.068	.450**	.057				
	p	.000	.000	.064	.000	.120				
Değerlendirici Yaklaşım	r	.193**	.584**	-.009	-.152**	.487**	.018			
	p	.000	.000	.817	.000	.000	.616			
Kendine Güvenli Yaklaşım	r	.241**	.758**	-.124**	.132**	.514**	.187**	.413**		
	p	.000	.000	.001	.000	.000	.000	.000		
Planlı Yaklaşım	r	.236**	.625**	-.059	-.255**	.664**	.047	.578**	.473**	
	p	.000	.000	.106	.000	.000	.201	.000	.000	

Yaptığımız çalışmada; İBDTP ile PÇBTP arasında pozitif yönde ilişki tespit edilmiştir. FATP ile PÇBTP arasında negatif yönde ilişki tespit edilmiştir. PÇBTP ile alt boyutlarından aceleci yaklaşım ile pozitif yönde ilişki tespit edilmiştir. Düşünen yaklaşım ile PÇBTP ve İBDTP arasında pozitif yönde, aceleci yaklaşım ile negatif yönde ilişki tespit edilmiştir. Kaçınan yaklaşım ile İBDTP, PÇBTP ve aceleci yaklaşım ile pozitif yönde ilişki tespit edilmiştir. Değerlendirici yaklaşım ile PÇBTP, İBDTP ve düşünen yaklaşım arasında pozitif yönde, aceleci yaklaşım ile negatif yönde ilişki tespit edilmiştir. Kendine güvenli yaklaşım ile İBDTP, PÇBTP, aceleci yaklaşım, düşünen yaklaşım ve değerlendirici yaklaşım ile pozitif yönde, FATP ile negatif yönde ilişki tespit edilmiştir. Planlı yaklaşım ile İBDTP, PÇBTP, düşünen

yaklaşım, değerlendirici yaklaşım ve kendine güvenli yaklaşım arasında pozitif yönde, aceleci yaklaşım ile negatif yönde ilişki tespit edilmiştir.



5. TARTIŞMA

Bu çalışmanın amacı; gençlerin spor katılım düzeylerine göre iletişim becerilerini ve problem çözme yeteneklerini incelemektir.

Çalışmamızda gençlerin fiziksel aktivite yapma alışkanlıklarının cinsiyet değişkeni açısından incelendiğinde kadın ve erkek katılımcılar arasında anlamlı farklılıklar olduğu ve bu farklılığın erkek katılımcılar lehine olduğu tespit edilmiştir ($p<0.05$). Yapılan literatür çalışması doğrultusunda; yapılan çalışmalar ile çalışmamız arasında benzer sonuçlar olduğu görülmektedir.

Cengiz ve ark. (2009), 1180 üniversite öğrencisine (496 erkek, 457 kadın) yapmış olduğu çalışmalarında erkek öğrencilerin kadın öğrencilere oranla daha fazla fiziksel aktiviteye katılım gösterdikleri sonucuna ulaşmıştır (81).

Genç ve ark. (2011), kadın (387) ve erkek (323) toplam 710 erişkine yönelik yapmış olduğu çalışmalarında erkek erişkinlerin kadın erişkinlerden daha fazla fiziksel aktiviteye katılım sağladıkları gözlemlenmiştir (82).

Vural ve ark. (2010), masa başında oturarak çalışan 313 bireyin (172 kadın, 141 erkek) fiziksel aktivite düzeylerini belirlemek amacıyla yapmış olduğu çalışmalarında kadın katılımcıların erkek katılımcılara oranla daha yüksek oranda fiziksel aktiviteye katılım gösterdikleri belirlenmiştir (83).

Şahin ve ark. (2017), spor bilimleri fakültesinde öğrenim gören 200 öğrenciye (100 kadın, 100 erkek) yönelik yapmış olduğu çalışmalarında kadın öğrenciler ile

erkek öğrenciler arasında fiziksel aktiviteye katılım sağlamada herhangi bir farklılığa rastlanmamıştır (84).



Özdoğru (2013), 278 üniversite personeline (115 kadın, 163 erkek) yönelik yapmış olduğu çalışmasında erkek personelin kadın personele oranla daha fazla fiziksel aktiviteye katılım gösterdikleri belirlenmiştir (85).

Türkiye şartlarında kadınların erkeklere oranla kendilerine ayırabilecekleri zaman, yetiştirilme tarzlarının farklı olması nedeniyle kısıtlıdır. Toplumumuzda kadınlara yüklenen çeşitli görev ve sorumluluklar vardır. Bu durumların sonucunda kadınlar kendilerine daha az vakit ayırabilmektedirler. Erkek bireylerin günlük yaşamda üstlendikleri sorumluluklar kadınlardan farklı olduğundan kendilerine daha fazla vakit ayırabilmektedirler. Yapılan çalışmadaki farklılığın nedeni bu durum olarak gösterilebilir.

Çalışmamızda gençlerin iletişim becerileri toplam puanının cinsiyet değişkeni açısından incelendiğinde kadın ve erkek katılımcılar arasında anlamlı bir farklılık göstermediği tespit edilmiştir ($p>0.05$). Yapılan literatür çalışması doğrultusunda; bu çalışmalar ile çalışmamız arasında farklı sonuçların yanı sıra benzer sonuçların da olduğu gözlemlenmiştir.

Tepeköylü ve ark. (2011), beden eğitimi ve spor yüksekokulunda öğrenim gören 658 öğrenciyle (351 erkek, 307 kadın) yapmış olduğu çalışmalarında, kadın öğrencilerin iletişim becerilerinin erkek öğrencilere nazaran daha olumlu algıladıklarını tespit etmişlerdir (86).

Korkut (2005), yetişkinlere yönelik yapmış olduğu çalışmasında kadın katılımcıların erkek katılımcılara oranla iletişim becerilerini daha olumlu algıladıkları tespit edilmiştir (87).

Pehlivan (2005), 592 öğretmen adayına (486 kadın, 124 erkek) yönelik yapmış olduğu çalışmasında kadın öğretmen adayları ile erkek öğretmen adaylarının iletişim becerileri arasında anlamlı farklılık olmadığı saptanmıştır (88).

Erigüç ve ark. (2013), 364 üniversite öğrencisine (158 kadın, 206 erkek) yapmış olduğu çalışmalarında kadın katılımcıların erkek katılımcılara oranla iletişim becerilerini daha olumlu algıladıkları tespit edilmiştir(89).

Saraçoğlu ve ark. (2009), 384 öğretmen adayına (310 kadın, 74 erkek) yönelik yapmış oldukları çalışmalarında kadın öğretmen adaylarının erkek öğretmen adaylarından daha yüksek iletişim becerisi algısına sahip oldukları belirlenmiştir (90).

Mutlu ve ark. (2014), tenis sporu ile uğraşan 115 üniversite öğrencisine (58 erkek, 47 kadın) yönelik yapmış olduğu çalışmalarında cinsiyet değişkeni açısından iletişim becerilerini incelediğinde anlamlı farklılık göstermediği gözlemlenmiştir (91).

Çalışmamızda gençlerin problem çözme becerileri toplam puanı ve alt boyut puanları cinsiyet değişkeni açısından incelendiğinde kadın ve erkek katılımcılar arasında anlamlı bir farklılık göstermediği tespit edilmiştir ($p>0.05$). Yapılan literatür çalışması doğrultusunda; yapılan çalışmalar ile çalışmamız arasında benzer sonuçların yanı sıra farklı sonuçlarında olduğu görülmektedir.

Gürbüz ve ark. (2010), üniversite hentbol takımına yönelik toplam 97 sporcuya (55 kadın, 42 erkek) yapmış olduğu çalışmalarında kadın sporcular ve erkek sporcular arasında problem çözme becerisi toplam puanı ve alt boyut puanları arasında anlamlılık tespit etmiş ve bu farklılığın kadın sporcular lehine olduğu belirlenmiştir (92).

Özdenk ve Kaya (2017), beden eğitimi ve spor yüksekokulunda öğrenim gören 442 (140 erkek, 302 kadın) öğrenciye yönelik yapmış olduğu çalışmalarında problem çözme becerisi toplam puanı ve alt boyut puanları arasında anlamlı farklılık olmadığı saptanmıştır (93).

Dönmez ve Kaçar (2015), beden eğitimi ve spor yüksekokulunda öğrenim gören 103 kişiye (37 kadın, 66 erkek) yapmış olduğu çalışmalarında problem çözme becerisi toplam puanı ve alt boyut puanları arasında anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir (72).

Tanrikulu ve Takşın (2002), yetiştirme yurdunda ve aile ortamında yaşayan 379 ergene yönelik yapmış olduğu çalışmalarında, problem çözme becerisi toplam puanı ve alt boyut puanları arasında erkek katılımcıların kız katılımcılara oranla daha yüksek problem çözme becerilerine sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır (94).

Arslan ve ark. (2010), 483 ergene yönelik (180 kadın, 483 erkek) yapmış olduğu çalışmalarında cinsiyet değişkenine göre problem çözme becerilerine ilişkin sonuçlar incelendiğinde, erkek katılımcıların kendine güvenli yaklaşım puanlarının kız katılımcılardan yüksek olduğu, kız katılımcıların ise probleme olumsuz yaklaşım, yapıcı problem çözme becerilerinin erkek katılımcılardan daha yüksek olduğunu gözlemlemişlerdir (95).

Arslan ve Kabasakal (2013), 332 ergen bireye (176 kadın, 156 erkek) yönelik yapmış olduğu çalışmalarında cinsiyet değişkenine göre problem çözmeye ilişkin bulgular incelendiğinde erkek ergenlerin kız ergenlere oranla daha yüksek problem çözme becerisine sahip oldukları sonucuna ulaşılmıştır (96).

Cinsiyet faktörünün iletişim becerileri ve problem çözme becerileri üzerinde etkili olmamasının temel sebebi, araştırma grubunu üniversite öğrencilerinin

oluşturmasından kaynaklı olduğu düşünülmektedir. Üniversite öğrencileri oldukları için belli eğitimlerden geçerek geldiklerinden, homojen olarak dağılım gösterdikleri düşünülmektedir.

Çalışmamızda gençlerin fiziksel aktivite yapma alışkanlıklarının aylık gelir düzeyleri açısından incelendiğinde katılımcılar arasında anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir ($p<0.05$). 1600 tl ve altı gelire ve yüksek gelire sahip bireylerin orta gelire sahip bireylere oranla daha yüksek oranda fiziksel aktiviteye katılım sağladıkları tespit edilmiştir. Yapılan literatür çalışması doğrultusunda; yapılan çalışmalar ile çalışmamız arasında benzer sonuçların yanı sıra farklı sonuçlarında olduğu tespit edilmiştir.

Karagün ve ark. (2016), 719 üniversite öğrencisine yapmış olduğu çalışmalarında aylık gelir durumuna göre fiziksel aktiviteye katılım değerlendirildiğinde anlamlı farklılıklar olduğu saptanmıştır (97).

Kaplan ve Akkaya (2013), Antalya ilinde yaşayan bireylere yönelik yapmış olduğu çalışmasında yüksek gelire sahip olan gençlerin düşük gelire sahip olan gençlere oranla daha fazla fiziksel aktiviteye katılım gösterdiklerini belirtmişlerdir (98).

Yılmaz (2019), 400 üniversite öğrencisine yönelik yapmış olduğu çalışmasında ekonomik durumunun fiziksel aktiviteye katılımı etkileyen bir faktör olmadığı belirlenmiştir (99).

Bireylerin sahip oldukları ekonomik rahatlığın fiziksel aktiviteye katılımıda kısıtlayıcı bir etken olmadığı söylenilebilir. İyi imkânların sporu teşvik edici bir faktör veya kötü imkânların kısıtlayıcı faktör olmadığı söylenilebilir. Bu durumu başka bir açıdan değerlendirecek olursak, üzerinde araştırma yapılan grubun

üniversitede eğitim görmesi ve üniversitenin spor olanaklarından faydalanyor olmaları böyle bir farklılığın oluşmasında neden olarak gösterilebilir.

Çalışmamızda katılımcıların aylık gelir düzeyleri değişkenine göre yapılan analizi sonucunda iletişim becerileri değerlendirme ölçeği toplam puanı arasında anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir ($p>0.05$). Yapılan literatür çalışması doğrultusunda; yapılan çalışmalar ile çalışmamız arasında benzer sonuçlar olduğu tespit edilmiştir.

Tepeköylü ve ark. (2009), beden eğitimi ve spor yüksekokullarında eğitim alan 466 öğrenciye yapmış olduğu çalışmalarında aylık gelir düzeyine göre iletişim becerileri toplam puanının istatistiksel olarak değerlendirdiğinde anlamlı farklılıklar olmadığı sonucuna ulaşılmıştır (100).

Bingöl ve Demir (2011), 232 sağlık yüksekokulu öğrencisine yönelik yapmış olduğu çalışmalarında aylık gelir düzeyine göre iletişim becerileri toplam puanının istatistiksel olarak değerlendirdiğinde anlamlı farklılık göstermediğini tespit etmiştir (101).

Tepeköylü ve ark (2011), üniversite takımlarında sporcu olan 329 öğrenci ile 329 spor yapmayan öğrenciye yönelik yapmış olduğu çalışmalarında aylık gelir düzeyine göre iletişim becerileri toplam puanının istatistiksel olarak değerlendirdiğinde anlamlı farklılıklar olmadığını belirtmiştir (86).

Erigüç ve ark. (2013), 364 meslek yüksekokul öğrencisine yönelik yapmış olduğu çalışmalarında aylık gelir düzeyine göre iletişim becerileri toplam puanı istatistiksel olarak değerlendirildiğinde anlamlı farklılıklar olmadığı sonucuna ulaşılmıştır (89).

Aşçı ve ark. (2015), 289 sağlık yüksekokul öğrencisine yönelik yapmış olduğu çalışmalarında aylık gelir düzeyine göre iletişim becerileri toplam puanının istatistiksel olarak değerlendirildiğinde anlamlı farklılıklar olmadığı sonucuna ulaşılmıştır (102).

Ulukan (2012), takım ve bireysel olarak spor yapan 92 sporcuya uygulamış olduğu anket çalışmasında aylık gelir düzeyine göre iletişim becerileri toplam puanının istatistiksel olarak değerlendirildiğinde anlamlı farklılıklar olduğu sonucuna ulaşılmıştır (10).

Çalışmamızda katılımcıların aylık gelir düzeyleri değişkenine göre yapılan analizi sonucunda problem çözme becerisi toplam puanı ve alt boyutları arasında anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir ($p>0.05$). Yapılan literatür çalışması doğrultusunda; yapılan çalışmalar ile çalışmamız arasında benzer sonuçlar olduğu tespit edilmiştir.

Durmaz ve ark. (2007), sağlık yüksekokulunda öğrenim gören 313 öğrenciye uygulamış olduğu çalışmalarında aylık gelir düzeyine göre problem çözme becerisi toplam puanı ve alt boyut puanları arasında anlamlı farklılıklar olmadığı sonucuna ulaşılmıştır (103).

Güngör (2013), 233 öğretmen adayına yönelik yapmış olduğu çalışmasında aylık gelir düzeyine göre problem çözme becerisi toplam puanı ve alt boyut puanları arasında anlamlı farklılıklar olmadığı sonucuna ulaşılmıştır (104).

Kanat (2017), güzel sanatlar fakültesinde öğrenim gören 204 öğrenciye yapmış olduğu çalışmasında aylık gelir düzeyine göre problem çözme becerisi toplam puanı ve alt boyut puanları arasında anlamlı farklılıklar olmadığı sonucuna ulaşılmıştır (105).

Türkçapar (2009), beden eğitimi spor yüksekokulunda öğrenim gören 100 öğrenciye yönelik yapmış olduğu çalışmada aylık gelir düzeyine göre problem çözme becerisi toplam puanı ve alt boyut puanları arasında anlamlı farklılıklar olmadığı sonucuna ulaşılmıştır (80).

Çağlayan ve ark. (2008), 145 lise öğrencisine yönelik yapmış olduğu çalışmalarında aylık gelir düzeyine göre problem çözme becerisi toplam puanı ve aceleci yaklaşım ve kaçınan yaklaşım alt boyut puan ortalamalarına ilişkin hesaplanan değerlerinde anlamlı farklılıklar olduğu sonucuna ulaşılmıştır (106).

Çalışmamızda katılımcıların fakülte değişkenine göre yapılan analiz sonucunda fiziksel aktivite düzeyi toplam puanı arasında anlamlı farklılıklar olduğu tespit edilmiştir ($p < 0.05$). Spor Bilimleri ve Güzel Sanatlar Fakültesi öğrencilerinin diğer fakültele oranla daha fazla fiziksel aktiviteye katılım sağladıkları sonucuna ulaşılmıştır. Yapılan literatür çalışması doğrultusunda; yapılan çalışmalar ile çalışmamız arasında benzer sonuçlar olduğu tespit edilmiştir.

Cengiz ve ark. (2009), 953 üniversite öğrencisine yönelik yapmış olduğu çalışmalarında fiziksel aktivite düzeyinin fakülteler arasında anlamlı farklılık gösterdiği ve bu fakülteler içinde mimarlık fakültesi öğrencilerinin daha fazla spora katılım sağladıkları sonucuna ulaşılmıştır(81).

Uluöz ve ark. (2017), farklı fakültelerde görev yapan 160 akademisyen ile yapmış olduğu çalışmada fiziksel aktivite düzeyi fakülteler arasında anlamlı farklılıklar göstermediği ve ziraat fakültesinde görev yapan akademisyenlerin daha fazla fiziksel aktiviteye katılım sağladıkları sonucuna ulaşılmıştır (107).

Kartal ve Balcı (2018), Harran üniversitesinde öğrenim gören 930 öğrenciyle yapmış olduğu çalışmalarında fiziksel aktivite düzeyinin beden eğitimi ve spor

yüksekokulu ve diğer fakülte öğrencileri arasında farklılık gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır. Bu farklılığın beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerin lehine olduğu sonucuna ulaşılmıştır (108).

Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin diğer fakültede öğrenim gören öğrencilere oranla daha fazla fiziksel aktiviteye katılım sağlamaktadırlar. Bu durumun temel sebebi olarak bu öğrencilerin ders içeriklerinin uygulama derslere yönelik olmasından ya da bu öğrencilerin daha yüksek oranda spor kültürüne sahip olmasından kaynaklandığı düşünülebilir.

Çalışmamızda katılımcıların fakülte değişkenine göre yapılan analiz sonucunda iletişim becerileri toplam puanı ile bölümler arasında anlamlı farklılıklar olduğu tespit edilmiştir ($p<0.05$). Eğitim Fakültesi, Güzel Sanatlar Fakültesi ve İletişim Fakültesi öğrencilerinin diğer fakülte öğrencilerine oranla iletişim becerilerini algılama düzeyleri daha yüksektir. Yapılan literatür çalışması doğrultusunda; çalışmalar ile çalışmamız arasında benzer sonuçlar olduğu tespit edilmiştir.

Dilekmen ve ark. (2008), eğitim fakültesinde öğrenim gören öğrencilerine yönelik yapmış olduğu çalışmalarında sınıf öğretmenliği, fen bilgisi, psikolojik danışma ve rehberlik anabilim dalı ile ilköğretim matematik anabilim dalı öğrencileri arasında anlamlı farklılıklar olduğu; bu farklılıkların sınıf öğretmenliği, fen bilgisi, psikolojik danışma ve rehberlik bölümlerinin lehine olduğu sonucuna ulaşılmıştır (109).

Arıcı ve Angın (2017), ilahiyat fakültesi öğrencilerine yönelik yapmış olduğu çalışmalarında öğrencilerin iletişim beceri düzeyleri ile bölümleri arasında anlamlı bir şekilde farklılıklar olmadığı sonucuna ulaşılmıştır (110).

Ocak ve Erşen (2015), 315 öğretmen adayına uygulamış olduğu çalışmalarında öğrencilerin iletişim beceri düzeyleri ile bölümleri arasında anlamlı farklılıklar olduğu sonucuna ulaşılmıştır (111).

Şirin ve Izgar (2013), 478 üniversite öğrencisiyle yapmış olduğu çalışmalarında öğrencilerin iletişim beceri düzeyleri ile bölümleri arasında anlamlı farklılıklar olduğu yönde sonuçlara ulaşılmıştır (112).

Arslantaş (2011), farklı fakültelerde görev yapan 568 öğretim görevlisiyle yapmış olduğu çalışmasında eğitim fakültesinde çalışan öğretim görevlilerinin iletişim beceri düzeylerinin diğer bölümlere oranla daha iyi algıladıkları sonucuna ulaşmıştır (113).

Elkin ve ark. (2016), sağlık bilimleri yüksekokulu öğrencisiyle (1116) yapmış olduğu çalışmalarında öğrencilerin iletişim beceri düzeyleri ile kendi bölümleri arasında anlamlı farklılıklar olduğu yönünde sonuçlara ulaşılmıştır (114).

Eğitim Fakültesi'nin iletişim becerilerini değerlendirme konusunda en yüksek puanı almasının temel sebebi; bu bölümde okuyan öğrencilerin öğretmenlik bölümü öğrencisi olması gösterilebilir. Çünkü alıcı grubu öğrenciler ve aileleri oluşturduğundan bu bölüm öğrencilerinin etkili iletişim becerilerine sahip olması gerekmektedir.

Çalışmamızda katılımcıların fakülte değişkenine göre yapılan analiz sonucunda problem çözme becerisi toplam puanı ve alt boyut puanları ile bölümler arasında anlamlı farklılıklar olduğu tespit edilmiştir ($p<0.05$). Problem çözme becerisi toplam puanından alınabilecek en yüksek puan düşük problem çözme becerisini, en düşük puanda yüksek problem çözme becerisini ifade etmektedir. Çalışmamız sonucunda Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin problem çözme

becerisi diğer fakültelere oranla daha fazla gelişmiştir. Yapılan literatür çalışması doğrultusunda; yapılan çalışmalar ile çalışmamız arasında benzer sonuçların yanı sıra farklı sonuçların da olduğu tespit edilmiştir.

Er ve ark. (2018), spor bilimleri ve sınıf öğretmenliğinde öğrenim gören 600 öğrenciye yönelik yapmış olduğu çalışmalarında problem çözme becerisi toplam puan ve alt boyut puanlarında anlamlı farklılık olmadığı bulunmuştur (66).

Kanat (2017), 204 güzel sanatlar ve tasarım fakültesi öğrencisine yönelik yapmış olduğu çalışmasında fakültenin kendi içindeki bölümleri arasındaki değerlendirilmesinde resim bölümü ile baskı bölümü arasında anlamlı farklılıklar olduğu sonucuna ulaşmıştır (105).

Ocak ve Eğmir (2014), 266 öğretmen adayıyla yapmış olduğu çalışmasında öğretmen adaylarının bölüm değişkenine göre problem çözme becerileri arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir. Buna karşın aceleci ve kaçınan alt boyutlarında anlamlı farklılık belirlenmiştir. Sosyal alanda öğrenim gören öğretmen adaylarının problem çözme becerisi diğer bölümlere oranla daha iyi algıladıkları sonucuna ulaşılmıştır (115).

Erdoğan ve Puruççuoğlu (2015), 140 üniversite öğrencisine yönelik yapmış olduğu çalışmalarında okul öncesi öğretmenliği bölümü öğrencilerinin problem çözme becerilerine güvenme ve planlı yaklaşım alt boyutlarına yönelik puanlarının, sosyal hizmet bölümü öğrencilerinden daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır (116).

Aksan ve Sözer (2006), 208 üniversite öğrencilerine yönelik yapmış olduğu çalışmalarında problem çözme becerisi toplam puanı ve düşünen yaklaşım alt boyutu ile bölümler arasında anlamlı farklılıklara rastlanmıştır. Fen edebiyat fakültesi

öğrencilerinin eğitim fakültesi öğrencilerine oranla problemlerini daha düşünen bir yaklaşımla benimsedikleri sonucuna varılmıştır (117).

Saraçoğlu ve ark. (2001), üniversite öğrencilerine yönelik yapmış olduğu çalışmada problem çözme becerisi ve alt boyutları arasında anlamlı farklılıklara rastlanmamıştır (118).

Bakioğlu ve ark. (2015), 235 öğretmen adayına yönelik yapmış olduğu çalışmalarında sınıf öğretmenliği bölümü öğrencilerinin fen bilgisi öğretmenlerine oranla problem çözme becerilerini daha yüksek bulunmuştur (119).

Var olan bir sorunu çözmek yeni bir bakış açısı ve farklı yolları keşfederek sonuca varılan, düşünme yeteneğini geliştiren bir eylemdir. Bireylerde yaratıcılığı geliştirme ve buna bağlı olarak da problem çözme becerisi kazandırmada sporun önemli bir görevinin var olduğu düşünülmektedir. Spor bilimleri öğrencilerinin problem çözme becerilerinin yüksek olmasının sebebi olarak eğitimin bir aracı olan ve spor eğitimi etkinlikleri bireylere, gruplayabilme, analiz yapabilme, sentezleyebilme, hipotez kurabilme, problem çözme gibi zihinsel becerilerin kazandırılması için son derece uygun bir ortam hazırladığı düşünülebilir.

Çalışmamızda katılımcıların iletişim becerileri değerlendirme ölçeği toplam puanı, fiziksel aktivite toplam puanı, problem çözme becerisi ölçeği toplam puanı ve alt boyutları arasındaki ilişki incelendiğinde anlamlı farklılıklar olduğu tespit edilmiştir. Yapılan literatür çalışması doğrultusunda; yapılan çalışmalar ile çalışmamız arasında benzer sonuçlar olduğu tespit edilmiştir.

Küçük (2012), müzik öğretmen adaylarına yönelik yaptığı çalışmada iletişim becerileri toplam puanı ile problem çözme becerileri toplam puanı arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu sonucuna ulaşmıştır (62).

Başar ve ark (2015), hemşirelik bölümünde eğitim gören öğrencilere yönelik yaptığı çalışmalarında iletişim becerileri toplam puanı ile problem çözme becerileri toplam puanı arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır (120).

Tepeköylü ve ark. (2011), üniversite öğrencilerine yönelik yapmış olduğu çalışmalarında fiziksel aktiviteye katılım ile iletişim becerileri arasında anlamlı ilişki olmadığı sonucuna ulaşılmıştır (86).

Ergin ve Dağ (2012), yetişkinlere yönelik yaptığı çalışmalarında problem çözme becerisi ve alt boyutları arasındaki ilişkinin pozitif yönde olduğu sonucuna ulaşılmıştır (121).

Murat (2018), üniversitelerin havacılık bölümünde eğitim gören 1226 öğrenciye yönelik yapmış olduğu çalışmasında, iletişim becerileri ile aceleci ve planlı yaklaşım arasında negatif yönde ilişkiye rastlanmışken, düşünen, planlı yaklaşım ile kendine güvenli yaklaşım arasında pozitif yönde ilişkiye rastlanmıştır (122).

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

Sonuçlar

- ✓ Erkek katılımcıların kadın katılımcılara oranla fiziksel aktivite düzeylerinin daha yüksek olduğu,
- ✓ Erkek ve kadın katılımcılar arasında iletişim becerileri arasında farklılık olmadığı,
- ✓ Erkek ve kadın katılımcılar arasında problem çözme becerisi toplam puanı ile alt boyut puanları arasında farklılıklar olmadığı,
- ✓ Erkek ve kadın katılımcıların fiziksel aktiviteye katılım göstermesinde ekonomik seviyenin etkili bir etmen olduğu,
- ✓ Erkek ve kadın katılımcıların iletişim beceri yeteneklerini ekonomik seviyenin etkilemediği,
- ✓ Katılımcıların problem çözme becerilerini ekonomik seviyenin etkilemediği,
- ✓ Spor Bilimleri Fakültesi ve Güzel Sanatlar Fakültesi öğrencilerinin diğer fakültede eğitim gören öğrencilere oranla daha fazla fiziksel aktiviteye katılım sağladıkları,
- ✓ Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi, Güzel Sanatlar Fakültesi ve İletişim Fakültesi öğrencilerinin çalışmaya katılan diğer fakültelere oranla daha fazla iletişim becerisine sahip oldukları,

- ✓ Spor Bilimler Fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin çalışmaya katılan diğer fakültede öğrenim gören öğrencilere oranla problem çözme becerilerinin daha fazla gelişmiş olduğu,



- ✓ İletişim becerileri toplam puanı, problem çözme becerisi toplam puanı ve fiziksel aktivite toplam puanı arasında ilişki olduğu tespit edilmiştir.

Öneriler

- ✓ İletişim ve problem çözme becerileri çok erken yaşlarda bireylere kazandırılması gereken özelliklerdir. Çocukların oyun ve sportif ortamlara yönlendirilerek sosyalleşmesini sağlamak bu özelliklerin erken dönemlerde kazandırılmasına yardımcı olabilir.
- ✓ İletişim ve problem çözme becerilerini konu olan seminerler düzenlenmeli ve toplum bu konuda bilgilendirilmelidir.
- ✓ Spora katılımın ve problem çözme becerisi üzerindeki etkisinin ortaya konması adına, değişik örneklem gruplarına yönelik çeşitli çalışmalar yapılması literatüre katkı sağlayacaktır.
- ✓ Spora katılımının artışı sağlayarak insanların kendilerini daha kolay ifade etme, karşılıklı ilişkilerde daha başarılı olma, bir sorun karşısında daha hızlı ve doğru kararlar alması yönünde becerilerini geliştirmesi toplumun gelişimi açısından fayda sağlayacaktır. Bu anlamda sportif etkinliklerin yaygınlaştırılması ve etkinliklere katılımın artırılması ülke politikası haline getirilmesi herkes tarafından desteklenmelidir.

KAYNAKÇA

1. Kayışoğlu, N. B. ,Altınkök, M., Temel, C. ve Yüksel, Y. (2015). Ortaokul Öğrencilerinin Beden Eğitimi Dersi Sportmenlik Davranışlarının İncelenmesi. Karabük İli Örneği. International Journal of Social Sciences and Education Research, 1(3), 1045-1056.
2. Dever, A. (2010). Spor Sosyolojisi. İstanbul: Başlık Yayınları.
3. Ülker, M. (2017). Spor Yapan ve Yapmayan Ortaöğretim Öğrencilerinin Kişilik Özellikleri, Karar Verme Stilleri, Stresle Başa Çıkma Stratejilerinin Karşılaştırılması. Yüksek Lisans Tezi. Burdur.
4. Kerr, J. H. (2013). Motivation and Emotion In Spor. Taylor and Francis.
5. Tel, M. ve Köksalan, B. (2008). Öğretim Üyelerinin Spor Etkinliklerinin Sosyolojik Olarak İncelenmesi (Doğu Anadolu Örneği). Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 18(1), 261-278.
6. Yetim, A. A. (2005). Sosyoloji ve Spor. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
7. Yıldız, A. B., Arı, Ç. ve Yılmaz, B. (2017). Üniversite Öğrencilerinin Spora Yönelik Tutumlarının İncelenmesi (Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Örneği).
8. Doğan O. (2004). Spor Psikolojisi Ders Kitabı. Sivas. Cumhuriyet Üniversitesi Yayınları 1, 97.42.

9. Acar, K. (2013). Futbol Eğitimi Alana Çocuklarda Problem Çözme Becerileri ve Fonksiyonel Olmayan Tutumların İncelenmesi (Doktora Tezi, Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü). Konya.



10. Ulukan, H. (2012). İletişim Becerilerinin Takım ve Bireysel Sporculara Olan Etkisi (Yüksek Lisans Tezi, Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Spor Öğretmenliği Ana Bilim Dalı). Karaman.
11. İnal A. N. (2003). Beden eğitimi ve Spor Bilimi. Ankara: Nobel.
12. Alemdağ, S. ve Öncü, E. (2015). Öğretmen Adaylarının Fiziksel Aktiviteye Katılım ve Sosyal Görünüş Kaygılarının İncelenmesi. International Journal of Science Culture and Sport (Intjcs). 4(1), 229-239.
13. Yıldırım, İ. ve Yetim, A. A. (1996). Ortaöğretimde Beden Eğitimi ve Spor Dersinin Öncelikli Amaçları Üzerine Bir Araştırma. Gazi Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 1(3).
14. Kılıç, V. (2002). Dilin İşlevleri ve İletişim, İstanbul.
15. Sağbaş, N. Ö. (2013). İletişim, Örgütsel İletişim ve Okul Yönetimi: Güngören İlçesi Örneği. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İşletme Yönetimi Anabilim Dalı İnsan Kaynakları ve Örgütsel Değişim Bilim Dalı. İstanbul.
16. Hoşgör, D. (2014). İletişim ve Sağlık İletişimi. Beykent Üniversitesi, İstanbul
17. Erigüç G, Şener T, Eriş H. (2013). İletişim Becerilerinin Değerlendirilmesi: Bir Meslek Yüksekokulu Öğrencileri Örneği. Hacettepe Sağlık İdaresi Dergisi, 16: 45-65.
18. Kıssal, A., Kaya, M. ve Koç, M. (2016). Hemşirelik ile Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin İletişim Beceri Düzeyleri ve Etkileyen Faktörlerin Değerlendirilmesi. 3, 134-141.
19. Karademir, T. ve Türkçapar, Ü. (2016). Bireysel ve Takım Sporcularında İletişim Becerilerinin İncelenmesi. Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 18(4), 67-80.
20. Türkçapar, Ü. (2009). Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu Öğrencilerinin Farklı Değişkenler Açısından Problem Çözme Becerileri. Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi, 10(1), 129-139.

21. Kneeland S. (2001). Problem Çözme. Çeviren; Kalaycı N. Ankara. Gazi Kitapevi.
22. Ellis, S. and Siegler, R.S. (1994) Development of Problem Solving. Thinking and Problem Solving-Handbook of Perception and Cognition (Sternberg, R.J.), Academic Press, USA. 336–363.
23. Çam, S. ve Tümkeya, S. (2008). Kişilerarası Problem Çözme Envanteri Lise Öğrencileri Formunun Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi, 5(2), 1-17.
24. Konter E. (1997). Futbolda Süratin Teori ve Pratiği. Ankara. Bağırğan Yayınevi.
25. Şentürk, H. E. (2015). Sportif Tutum Ölçeği: Geliştirilmesi, Geçerliliği ve Güvenirliği. Cbü Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 7(2), 8-18.
26. Williams, J. M. E. (1993). Applied Sport Psychology: Personal Growth to Peak Performance. Mayfield Publishing Co.
27. Houlihan, B., and Green, M. (Eds.). (2007). Comparative Elite Sport Development. Routledge.
28. Gill, D. L., Williams, L., and Reifsteck, E. J. (2018). Psychological Dynamics of Sport and Exercise. Human Kinetics.
29. Güllü, S. (2017). Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Beceri Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. International Journal of Sport, Exercise and Training Sciences, 3(3), 86-92.
30. Çiriş, V. (2014). Spor Yapan ve Yapmayan Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Beceri Düzeylerinin Karşılaştırılması, Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Gazi Üniversitesi.
31. Gökdağ, M. (2018). Okul Yöneticilerinin Spora Yönelik Tutumları ve Kadınların Spor Etkinliklerine Katılımlarına Dair Görüşlerinin Araştırılması (Bartın Örneği). (Yüksek Lisans Tezi, Bartın Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü).
32. Erkan, E. (1992). Toplum Sağlığı Açısından Spor. Editör: Ergen E, TTB Merkezi Konseyi Spor Hekimliği Kolu Yayın, (1).

33. Lumpkin, A. (1990). Physical Education and Sport: A Contemporary Introductory Text. St. Louis: Times Mirror.
34. Güven, Ö. ve Öncü, A. (2006). Beden Eğitimi ve Spora Katılımda Aile Faktörü. Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi, 10(10), 81-90.
35. Erkal, M. E., Güven, Ö. ve Ayan, D. (1998). Sosyolojik Açısından Spor. Der Yayınları.
36. Harlak, H., Dereboy, C., and Gemalmaz, A. (2008). Validation of A Turkish Translation of The Communication Skills Attitude Scale With Turkish Medical Students. Education For Health, 21(1), 55.
37. Erogluer, K. (2011). Örgütsel İletişim ile İş Tatmini Unsurları Arasındaki İlişkiler: Kuramsal Bir İnceleme. Ege Akademik Bakış Dergisi, 11(1), 121-136.
38. Yanpar, T. (2005). Öğretim Teknolojileri ve Materyal Geliştirme. Ankara. Anı Yayıncılık.
39. Egan, G. (1994). The Skilled Helper; A Problem Management Approach to Helping. Brooks/Cole Publishing Company, Adivision of Wadsworth.
40. Ersanlı, K. (2016). İletişim Becerileri Envanterinin Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi. 2(10).
41. Öksüz, N. (2018). Spor Yöneticilerinin İletişim Becerileri ile Öz Etkililik Yeterlilik Düzeylerinin Değerlendirilmesi (Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü).
42. Araz, G. (2014). Öğreti Akademi Kpss Eğitim Bilimleri Program Geliştirme Öğretiyoruz Serisi. İstanbul. Öğreti Akademi.
43. Gordon, T. (2011). Etkili Anne-Baba Eğitimi, Çevirmen: Nazlı Özkan, Dilek Tekin, İstanbul: Profil Yayıncılık.
44. Ceyhun, S. ve Malkoç, N. (2015). Karabük Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin İletişim Beceri Düzeyleri. International Journal of Social Sciences and Education Research, 1(4), 1570-1580.
45. Bıçakçı, İ. (1998). İletişim ve Halkla İlişkiler, Ankara. Madiacat yayınları.

46. Karagöz, Y. ve Kösterelioğlu, İ. (2008). İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeğinin Faktör Analizi Metodu ile Geliştirilmesi. Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, (21).
47. Sedef, K. Sureci Erişim Tarihi: 10.04.2019. <https://Kirtesedef.Wordpress.Com/Teorik-Calismalarim/Iletisim>.
48. Odabaşı, Y. (1990). Pazarlama İletişiminde Kaynağın Nitelikleri ve Türleri. Kurgu Anadolu Üniversitesi İletişim Bilimleri Fakültesi Uluslararası Hakemli İletişim Dergisi, 7(7), 347-357.
49. Erdem, A. (2010). İletişim Sürecinde Geri Bildirimin Önemi ve İletişime Katkısı. Erciyes İletişim Dergisi, 1(3).
50. Erkuş, A. ve Günlü, E. (2009). İletişim Tarzının ve Sözsüz İletişim Düzeyinin Çalışanların İş Performansına Etkisi: Beş Yıldızlı Otel İşletmelerinde Bir Araştırma. Anatolia: Turizm Araştırmaları Dergisi, 20(1).
51. Bolat, S. (1996). Eğitim Örgütlerinde İletişim: Hü Eğitim Fakültesi Uygulaması. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 12(12).
52. Özerbaş, M. A., Bulut, M., Usta, E. ve Ertuğrul, U. (2007). Öğretmen Adaylarının Algıladıkları İletişim Becerisi Düzeylerinin İncelenmesi. Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi, 8(1), 123-135.
53. Koşar, E. (2002). Öğretim Teknolojileri ve Materyal Geliştirme. Bursa. Ezgi Kitapevi Yayınları.
54. Yılmaz, B. (2003). Toplumsal İletişim ve Kütüphane. Hacettepe Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi, 20(2).
55. Maden, S. (2010). Türkçe Öğretmeni Adaylarının Sözlü İletişim Becerileri Üzerine Bir Araştırma. Ekev Akademi Dergisi. (16), 327-365.
56. Saraç, C. (2006). Sözlü İletişim Becerileri Açısından Türk Dili ve Edebiyatı Eğitimi. Milli Eğitim Dergisi, 169.
57. Tanrıverdi, H., Adıgüzel, O. ve Çiftçi, M. (2010). Sağlık Yöneticilerine Ait İletişim Becerilerinin Çalışan Performansına Etkileri: Kamu Hastanesi Örneği. Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, (11), 101-122.

58. Gabbott, M., and Hogg, G. (2000). An Empirical Investigation of The Impact of Non- Verbal Communication On Service Evaluation. *European Journal of Marketing*, 34(3/4), 384-398.
59. Yetim, A. A., Cengiz, R. (2016). *Sporda Etkili İletişim*. Ankara. Spor Yayın Evi ve Kitapevi.
60. Bayraktar, N. İletişim Nedir, Öğeleri ve Çeşitleri Nelerdir? Erişim Tarihi 10.04.2019. <https://Paratic.Com/İletisim-Nedir>.
61. Cüceloğlu, D. (2000). *İnsan İnsana*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
62. Küçük, D. P. (2012). Müzik Öğretmenliği Anabilim Dalı Öğrencilerinin İletişim ve Problem Çözme Becerileri. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 32(1).
63. Carr, P. B., and Steele, C. M. (2009). Stereotype Threat and İnflexible Perseverance İn Problem Solving. *Journal of Experimental Social Psychology*, 45(4), 853-859.
64. Çetin, F., Basım, H. N. ve Karataş, M. (2011). Çalışanların Problem Çözme Becerilerinde Örgütsel Adalet Algısı ve İş Tatmininin Rolü. *Yönetim ve Ekonomi*, 18(1), 71-85.
65. Barutcu, C. D. (2019). Hemşirelik Öğrencilerinde Problem Çözme Becerisinin Klinik Karar Verme Düzeylerine Etkisi. *Sdü Tıp Fakültesi Dergisi*, 26(1), 22-29.
66. Er, Y., Aktaş, S., Türker, A., Güven, F. ve Alkan, N. (2018). Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği ve Sınıf Öğretmenliği Öğrencilerinin Benlik Saygısı ile Problem Çözme Becerilerinin Değerlendirilmesi. *Muş Alparslan Üniversitesi Uluslararası Spor Bilimleri Dergisi*, 2(1), 16-29.
67. Heppner, P. P., and Krauskopf, C. J. (1987). An İnformation-Processing Approach to Personal Problem Solving. *The Counseling Psychologist*, 15(3), 371-447.
68. Şahin, Ç. (2004). *Problem Çözme Becerisinin Temel Felsefesi*. Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi, (10).

69. Çevik, D. B. ve Özmaden, M. (2013). Öğretmen Adaylarının Problem Çözme Becerileri. Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi, 2(3), 270-275.
70. Karaağaçlı, M. (2005). Öğretimde Yöntemler ve Yaklaşımlar. Ankara. Pelikan ve Tıp Teknik Yayıncılık.
71. Düzakın, S. (2004). Lise Öğrencilerinin Problem Çözme Becerilerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bilim Dalı, Ankara.
72. Dönmez, K. H. ve Kaçar, F. (2015). Giresun Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü Öğrencilerinin Sosyal Öz-Yeterlik ve Problem Çözme Becerilerinin İncelenmesi. International Journal of Social Sciences and Education Research, 1(2), 537-546.
73. Senemoğlu, N. (2002). “Gelişim Öğrenme ve Öğretim”, Gazi Kitabevi, Ankara.
74. Temel, V. ve Ayan, V. (2015). Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenlerinin Problem Çözme Becerileri. KMÜ Sosyal ve Ekonomik Araştırmalar Dergisi 17 (29), 70-76.
75. Kılınç, H., Bayrakdar, A., Çelik, B., Mollaoğulları, H., and Gencer, Y. G. (2016). Physical Activity Level and Quality of Life of University Students Üniversite Öğrencilerinde Fiziksel Aktivite Düzeyi ve Yaşam Kalitesi. Journal of Human Sciences, 13(3), 3794-3806.
76. Orhan, C., Akbayrak, T., Kaya, S., Kav, T. ve Kerem Güne, M. (2015). Fiziksel Aktivite Seviyesi İle Konstipasyon Şiddeti Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Journal of Exercise Therapy and Rehabilitation, 2(2), 66-73.
77. Savcı, S., Öztürk, M., Arıkan, H., İnal İnce, D. ve Tokgözoğlu, L. (2006). Physical Activity Levels of University Students. Archives of the Turkish Society of Cardiology, 34(3), 166-172.

78. Tekkanat, Ç. (2008). Öğretmenlik Bölümünde Okuyan Öğrencilerde Yaşam Kalitesi ve Fiziksel Aktivite Düzeyleri (Yüksek Lisans Tezi, Pamukkale Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü).
79. Korkut, F. (1996). İletişim Becerilerini Değerlendirme Ölçeğinin Geliştirilmesi. Güvenirlik ve Geçerlik Çalışmaları. Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi; 2 (7), 18-23.
80. Türkçapar, Ü. (2009). Beden Eğitimi Spor Yüksek Okulu Öğrencilerinin Farklı Değişkenler Açısından Problem Çözme Becerileri. Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi, 10(1).
81. Cengiz, C., İnce, M. L. ve Çiçek, Ş. (2009). Üniversite Öğrencilerinin Fiziksel Aktivite Düzeyleri ve Fiziksel Aktivite Tercihleri. Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 14(2), 23-32.
82. Genç, A., Şener, Ü., Karabacak, H. ve Üçok, K. (2011). Kadın ve Erkek Genç Erişkinler Arasında Fiziksel Aktivite ve Yaşam Kalitesi Farklılıklarının Araştırılması. Kocatepe Tıp Dergisi, 12(3), 145-150.
83. Vural, Ö., Eler, S. ve Güzel, N. A. (2010). Masa Başlı Çalışanlarda Fiziksel Aktivite Düzeyi ve Yaşam Kalitesi İlişkisi. Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 8(2), 69-75.
84. Şahin, M., Kırandı, Ö., Atabaş, G., ve Bayraktar, B. (2017). Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Fiziksel Aktivite Düzeyleri (İstanbul Üniversitesi Örneği). Spor Eğitim Dergisi, 1(1), 26-33.
85. Özüdoğru, E. (2013). Üniversite Personelinin Fiziksel Aktivite Düzeyi ile Yaşam Kalitesi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi (Doktora Tezi) Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Burdur.
86. Öztürk, Ö. T., Soytürk, M., Ada, E. N. D. ve Çamlıyer, H. (2011). Üniversite Takımlarında Sporcu Olan Öğrencilerle Spor Yapmayan Öğrencilerin İletişim Becerisi Düzeylerinin Karşılaştırılması. Spor Bilimleri Dergisi, 22(2), 43-53.

87. Korkut, F. (2005). Yetişkinlere Yönelik İletişim Becerileri Eğitimi. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 28(28), 143-149.
88. Pehlivan, K. B. (2005). Öğretmen Adaylarının İletişim Becerisi Algıları Üzerine Bir Çalışma. İlköğretim Online, 4(2).
89. Erigüç, G., Şener, T. ve Eriş, H. (2013). İletişim Becerilerinin Değerlendirilmesi: Bir Meslek Yüksekokulu Öğrencileri Örneği. Hacettepe Sağlık İdaresi Dergisi, 16(1), 45-65.
90. Saracaloğlu, A. S., Yenice, N. ve Karasakaloğlu, Ö. (2009). Öğretmen Adaylarının İletişim ve Problem Çözme Becerileri ile Okuma İlgisi ve Alışkanlıkları Arasındaki İlişki (Pp. 167-185). Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 6(2), 187- 206.
91. Mutlu, T. O., Şentürk, E. ve Zorba, E. (2014). Üniversite Öğrencisi Tenisçilerde Empatik Eğilim ve İletişim Becerisi. International Journal of Science Culture and Sport (Intjcs), 1, 129-137.
92. Gürbüz, T. (2010). Üniversiteler Hentbol B Kategorisindeki Takımların, Mevkilerine ve Demografik Özelliklerine Göre Problem Çözme Becerilerinin Karşılaştırılması. Milli Eğitim Dergisi, 40(188), 282-295.
93. Özdenk, S. ve Kaya, O. (2017). Düzenli Egzersizin Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Problem Çözme Becerileri Üzerine Etkisi Öz. 1-13.
94. Tanrıku, T. (2002). Yetiştirme Yurtlarında ve Aile Ortamında Yaşayan Ergenlerin Bilişsel Yapıları (Olumsuz Otomatik Düşünceler) ve Problem Çözme Becerileri Açısından İncelenmesi. 13-1.
95. Arslan, C., Hamarta, E., Arslan, E. ve Saygın, Y. (2010). Ergenlerde Saldırganlık ve Kişilerarası Problem Çözmenin İncelenmesi. İlköğretim Online, 9(1).
96. Arslan, G. ve Kabasakal, Z. (2013). Ergenlerin Problem Çözme Becerileri ve Ana-Baba Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Electronic Turkish Studies, 8(6).

97. Kargün, M., Togo, O. T., Biner, M. ve Pala, A. (2016). Üniversite Öğrencilerinin Fiziksel Aktivite Düzeylerinin İncelenmesi. Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi, 1(1), 61-72.
98. Kaplan, Y. ve Akkaya, C. (2013). Toplumsal Tabaka Farklılıklarının Spora Yansıyan Sonuçları (Antalya Örneği). Mediterranean Journal of Humanities, 3(2), 143-158.
99. Yılmaz, A. (2019). Üniversite Öğrencilerinde Fiziksel Aktivite, Sedanter Süre ve Yaşam Kalitesi İlişkisinin Değerlendirilmesi. OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi, 10(17), 1433-1453.
100. Tepeköylü, Ö., Soytürk, M. ve Çamlıyer, H. (2009). Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu (Besyo) Öğrencilerinin İletişim Becerisi Algılarının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 7(3), 115-124.
101. Aşçı, Ö., Hazar, G. ve Yılmaz, M. (2015). Sağlık Yüksekokulu Öğrencilerinin İletişim Becerileri ve İlişkili Değişkenler. 14. 187-202.
102. Bingöl, G. ve Demir, A. (2011). Amasya Sağlık Yüksekokulu Öğrencilerinin İletişim Becerileri. Göztepe Tıp Dergisi, 26(4), 152-159.
103. Durmaz, Ş., Kaçar, Z., Can, S., Koca, R., Yeşilova, D. ve Tortumluoğlu, G. (2007). Çanakkale Sağlık Yüksekokulu Öğrencilerinin Problem Çözme Becerileri ve Etkileyen Bazı Faktörler. Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi, 10(4), 63-71.
104. Güngör, M. (2013). Öğretmen Adaylarının Problem Çözme Becerisinin Sosyo-Ekonomik Yapı, Aile Tipi ve Aile Tutumları ile İlişkisinin İncelenmesi. Kastamonu Eğitim Dergisi, 21(3), 1071-1088.
105. Kanat, S. (2017). Güzel Sanatlar ve Tasarım Fakültesi Öğrencilerinin Problem Çözme Becerisi, Sinizm ve Sürekli Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. İnönü Üniversitesi Sanat ve Tasarım Dergisi, 7(16), 248-262.
106. Çağlayan, H. S., Taşgın, Ö. ve Yıldız, Ö. (2008). Spor Yapan Lise Öğrencilerinin Problem Çözme Becerilerinin Çeşitli Değişkenler Açısından

- İncelenmesi. Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 2(1), 62-77.
- 107.**Uluöz, E., Yılmaz, C. Y. ve Dinç, Z. F. (2017). Farklı Fakültelerde Görev Yapan Akademisyenlerin Fiziksel Aktiviteye Katılım Durumlarının İncelenmesi. Uluslararası Kültürel ve Sosyal Araştırmalar Dergisi (Uksad), 3(Special Issue 2), 326-336.
- 108.**Kartal, M. ve Balcı, E. (2018). Harran Üniversitesi Öğrencilerinin Fiziksel Aktivite Düzeyleri ve İlişkin Faktörler. Sağlık Akademisyenleri Dergisi, 5(4), 301-310.
- 109.**Dilekman, M., Başçı, Z. ve Bektaş, F. (2008). Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin İletişim Becerileri. Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 12(2), 223-231.
- 110.**Arıcı, İ. ve Angın, Y. N. (2017). İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinin İletişim Beceri Düzeyleri. Amasya Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi-Auid, 4(8), 199-219.
- 111.**Ocak, G. ve Erşen, Z. B. (2015). Öğretmen Adaylarının İletişim Becerileri Algılarının İncelenmesi. Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi; Sayı 33, 1-19.
- 112.**Şirin, H. ve Izgar, H. (2013). Üniversite Öğrencilerinin İletişim Becerileri ve Olumsuz Otomatik Düşünceleri Arasındaki İlişki. İlköğretim Online, 12(1).
- 113.**Arslantaş, H. İ. (2011). Öğretim Elemanlarının Öğretim Stratejileri-Yöntem ve Teknikleri, İletişim ve Ölçme Değerlendirme Yeterliklerine Yönelik Öğrenci Görüşleri/Student Views Regarding Teaching Staffs' Sufficiencies In eaching Strategies-Methods and Techniques, Communication. Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 8(15).
- 114.**Elkin, N., Karaman, F. ve Barut, A. Y. (2016). Sağlık Bilimleri Yüksekokulu Öğrencilerinin İletişim Becerileri Düzeyleri ve İlişkili Değişkenlerin Belirlenmesi. (9)2, 70-80.

115. Gürbüz, O. ve Eğmir, E. (2014). Öğretmen Adaylarının Problem Çözme Becerilerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Asya Öğretim Dergisi*, 2(1), 27-45.
116. Erdoğan, S. ve Purutçuoğlu, E. (2015). Okul Öncesi Öğretmenliği Programı ile Sosyal Hizmet Bölümü Öğrencilerinin Problem Çözme Becerilerinin İncelenmesi. 42, 223-237.
117. Aksan, N. ve Sözer, M. A. (2007). Üniversite Öğrencilerinin Epistemolojik İnançları ile Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişkiler. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8(1), 31-50.
118. Saraçaloğlu, A. S., Serin, O. ve Bozkurt, N. (2001). Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Öğrencilerinin Problem Çözme Becerileri ile Başarıları Arasındaki İlişki. 17. 237-242.
119. Bakioğlu, B., Küçükaydın, M. A. ve Karamustafaoğlu, O. (2015). Öğretmen Adaylarının Bilişötesi Farkındalık Düzeyi, Problem Çözme Becerileri ve Teknoloji Tutumlarının İncelenmesi. *Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 5(1), 22-33.
120. Başar, G., Semiha, A. ve Durna, Z. (2015). Hemşirelerde ve Hemşirelik Öğrencilerinde Problem Çözme ve İletişim Becerilerinin Değerlendirilmesi. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 4(1), 125-147.
121. Ergin, B. E. ve Dağ, İ. (2013). Kişilerarası Problem Çözme Davranışları Yetişkinlerdeki Bağlanma Yönelimleri ve Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkiler. *Anatolian Journal of Psychiatry*, 14(1), 36-45.
122. Uğur, M. (2018). Havacılık Bölümlerinde Lisans Düzeyinde Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin İletişim Becerileri İle Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi.

EKLER

EK 1. Demografik Özellikler ve Ufaö Anketi

DEMOGRAFİK ÖZELLİKLER

1. Fakülteniz:
2. Cinsiyetiniz: K () E ()
3. Yaşınız:
4. Spora Başlama Yaşınız:
5. Babanızın eğitim seviyesi: İlköğretim () Lise () Üniversite Master () Doktora ()
6. Annenizin eğitim seviyesi: İlköğretim () Lise () Üniversite Master () Doktora ()
7. Sız dâhil evinizdeki kardeş sayısı: Yok () 1 () 2 () 3 () 4 ve üstü ()
8. Bitirdiğiniz okul türü: Düz lise () Meslek Lisesi () Anadolu Lisesi () Diğer ()
9. Ailenizin aylık net geliri: 1601< () 1600-2500 () 2501-4000 () 4001> ()
10. Sizin aylık harcama miktarınız:
11. Ailenizin ikamet ettiği yerleşim yeri: Köy () Belde () İlçe () İl () Büyükşehir ()
12. Ailenizde spor yapanlar (siz hariç) : Yok () Baba () Anne () Kardeşler ()
13. İlk ve ortaöğretim yıllarında spor yapar mıydınız: Evet () Hayır ()
14. Üniversitede spor yapabiliyor musunuz: Evet () Hayır ()
Yapıyorsanız ne sıklıkla : Haftada.....
15. Üniversitenizin spor olanakları hakkında bilginiz var mı? Evet () Hayır ()
16. Üniversitenizde bulunan spor salonlarının yerlerini biliyor musunuz? Evet () Hayır ()

FİZİKSEL AKTİVİTE ANKETİ

- 1) Son bir hafta içinde kaç gün ağır kaldırma, kazma, aerobik, basketbol, futbol veya hızlı bisiklet çevirme gibi şiddetli bedensel güç gerektiren faaliyetlerden yaptınız?
- **Şiddetli fiziksel aktivite yapmadım. (3. Soruya Geçiniz) Haftada _____ gün**
- 2) Bu günlerin birinde şiddetli fiziksel aktivite yaparak genellikle ne kadar zaman harcadınız?
- **Bilmiyorum/Emin değilim Günde _____ dakika Günde _____ saat**

3) Son bir hafta içinde kaç gün hafif yük taşıma, normal hızda bisiklet çevirme, halk oyunları, dans, bowling veya tenis gibi orta dereceli bedensel güç gerektiren faaliyetlerden yaptınız? (Yürüme hariç.)

- Orta dereceli fiziksel aktivite yapmadım. (5. Soruya Geçiniz) Haftada _____ gün

Geçen bir hafta içinde yaptığımız orta dereceli fiziksel aktiviteleri düşünün. Bunlar 10 dakika veya daha uzun süren, orta derece fiziksel güç gerektiren ve normalden biraz sık nefes almaya neden olan aktivitelerdir.

4) Bu günlerin birinde orta dereceli fiziksel aktivite yaparak genellikle ne kadar zaman harcadınız?

-Bilmiyorum/Emin değilim Günde _____ dakika Günde _____ saat

Geçen bir hafta içinde yürüyerek geçirdiğiniz zamanı düşünün. Bu; işyerinde, evde, bir yerden bir yere ulaşım amacıyla veya sadece dinlenme, spor, egzersiz veya hobi amacıyla yaptığınız yürüyüş olabilir.

5) Geçen 7 gün içerisinde, bir seferde en az 10 dakika yürüdüğünüz gün sayısı kaçtır?

-Yürümedim. (7. Soruya Geçiniz) Haftada _____ gün

6) Bu günlerden birinde yürüyerek genellikle ne kadar zaman geçirdiniz?

-Bilmiyorum/Emin değilim Günde _____ dakika Günde _____ saat

Son soru, son bir hafta içinde oturarak geçirdiğiniz zamanlarla ilgilidir. İşte, evde, çalışırken ya da dinlenirken geçirdiğiniz zamanlar dahildir. Bu masanızda, arkadaşınızı ziyaret ederken, okurken, otururken veya yatarak televizyon seyrettiğinizde oturarak geçirdiğiniz zamanları kapsamaktadır.

7) Son bir hafta içinde günde oturarak ne kadar zaman harcadınız?

- Bilmiyorum/Emin değilim Günde _____ dakika Günde _____

İLETİŞİM BECERİLERİ DEĞERLENDİRME ÖLÇEĞİ	Her Zaman	Sıklıkla	Bazen	Nadiren	Hiçbir Zaman
Bu ölçek iletişimle ilgili bazı özelliklerimizi ölçmeye yöneliktir. Aşağıda sunulan ifadeleri, o ifadelerle ilgili genelde nasıl olduğunuzu düşünerek okuyunuz. Değerlendirmelerinizi: 5-HERZAMAN, 4- SIKLIKLA, 3-BAZEN, 2-NADİREN, 1-HİÇBİR ZAMAN olmak üzere derecelendirdikten sonra uygun yere (X) koyarak belirtiniz. Hiçbir ifadeyi boş bırakmayınız.					
1. Sorunlarımı dinlediğim insanlar benim yanımdan rahatlayarak ayrılırlar.					
2. Düşüncelerimi istediğim zaman anlaşılır biçimde ifade edebilirim.					
3. Başkalarını bir kasıt aramadan dinleyebilirim.					
4. Sosyal ilişkide olduğum insanları oldukları gibi kabul ederim.					
5. İnsanların önemli ve değerli olduklarını düşünürüm.					
6. Birisiyle ilgili bir karara ulaşmadan önce gözlemlerimi gözden geçiririm.					
7. İlişkide bulunduğum kişilerin anlatmak istediklerini dinlemek için onlara zaman ayırırım.					
8. İnsanlara karşı sıcak bir ilgi duyarım.					
9. İnsanlara gerektiğinde yardım etmekten hoşlanırım.					
10. Olaylara değişik açılardan bakabilirim.					
11. Düşüncelerimle yaptıklarım birbiriyle tutarlıdır.					
12. İlişkilerimin daha iyiye gitmesi için bana düşenleri yapmaya özen gösteririm.					
13. Kendime ve başkalarına zarar vermeden içimden geldiği gibi davranabilirim.					
14. Arkadaşlarımla beraberken kendimi rahat hissedirim.					
15. Yaşadığım olaylardaki coşkuyu her halimle başkalarına iletebilirim.					
16. İlişkilerimin nasıl geliştiği ve nereye gittiğini anlamak için düşünmeye zaman ayırırım.					
17. Karşımdakini dinlerken anlamadığım bir ayrıntı olduğunda konuyu açığa kavuşması için sorular sorarım.					

18. Benimle özel olarak konuşmak isteyen bir arkadaşım olduğunda konuyu ayaküstü konuşmamaya özen gösteririm.					
19. Birini anlamaya çalışırken sakın bir ses tonuyla konuşurum.					
20. İlişkilerimi zenginleştiren eğlenceli, keyifli bir yanım var.					
21. Birisine bir öneride bulunurken, onun öneri vermeme isteyip istemediğine dikkat ederim.					
22. Birini dinlerken ne karşılık vereceğimden çok onun ne demek istediğini anlamaya çalışırım.					
23. İletişim kurduğum insanlar tarafından anlaşıldığımı hissederim.					
24. Bir yakınımla sorunum olduğunda bunu onunla suçlayıcı olmayan bir dille konuşmak için girişimde bulunurum.					
25. Karşıdakini dinlerken sırf kendi merakını gidermek için ona özel sorular sormaktan kaçınırım.					

EK 2. İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği

EK 3. Problem Çözme Envanteri

PROBLEM ÇÖZME ENVANTERİ	Tamamen katılıyorum	Kısmen katılıyorum	Çok az katılıyorum	Çok az katılmıyorum	Kısmen katılmıyorum	Tamamen katılmıyorum
Her bir maddeyi okuyunuz ve size en yakın cevabı derecesine göre işaretleyiniz. 1-Tamamen katılıyorum 2-Kısmen katılıyorum 3-Çok az katılıyorum 4-Çok az katılmıyorum 5-Kısmen katılmıyorum 6 Tamamen katılmıyorum.						
1. Bir sorunun çözümünde başarısızlığa uğradığımda neden böyle sonuçlandığını düşünmem.	1	2	3	4	5	6
2. Karmaşık bir problem ile karşılaştığım zaman sorunun ne olduğunu belirlememe yardımcı olacak bilgiler toplamak için bir strateji geliştirmeye vakit ayırmam.	1	2	3	4	5	6
3. Bir sorunu çözmeye ilk çabalarım başarılı olmazsa sorunumla başa çıkabilme yeteneğim den kuşkulanaşmaya başlarım.	1	2	3	4	5	6
4. Bir sorunu çözdükten sonra neyin doğru neyin yanlış gittiğini düşünmem.	1	2	3	4	5	6
5. Genellikle sorunlarımı çözebilmek için yaratıcı ve etkili seçenekler bulabilirim.	1	2	3	4	5	6
6. Bir sorunu çözmek için belli bir yol izledikten sonra beklediğim sonuçla ortaya çıkan sonucu karşılaştırırım.	1	2	3	4	5	6
7. Bir sorunum olduğunda sorunu çözmeye; için çeşitli seçenekleri artık aklıma başka bir yol gelinceye kadar düşünürüm.	1	2	3	4	5	6
8. Bir sorun ile karşılaştığımda problem durumu ile ilgili olarak neler olup bittiğini anlamak için sürekli olarak duygularımın ne olduğunu anlamaya çalışırım.	1	2	3	4	5	6
9. Bir sorun aklıma karıştırdığımda belirsiz düşünce ve duygularım üzerinde düşünerek bunları somut bir şekilde açıklığa kavuşturmaya çalışırım.	1	2	3	4	5	6

10. Başlangıçta çözümü mümkün gibi görünmese bile pek çok sorunu çözebilme yeteneğim vardır.	1	2	3	4	5	6
11. Karşılaştığım sorunların çoğunun çözümü; bana çok zor gelir.	1	2	3	4	5	6
12. Bir problemi çözerken kararlar alırım ve sonunda bunlardan mutlu olurum.	1	2	3	4	5	6
13. Bir sorunla karşılaştığım da sorunu çözmek için aklıma ilk gelen şeyi yapma eğilimindeyimdir.	1	2	3	4	5	6
14. Küçük ya da büyük olsun sorunlarımı çözmek için zaman ayırmam her şeyi olurlarına bırakırım.	1	2	3	4	5	6
15. Bir soruna çözüm yolları düşünürken tek tek her seçeneğin başarılı olma şansını göz önüne alarak değerlendirme yapmam.	1	2	3	4	5	6
16. Bir sorunla karşılaştığım zaman bir sonraki adımın ne olacağına karar vermeden önce üzerinde düşünürüm.	1	2	3	4	5	6
17. Bir problemi çözerken genellikle ilk aklıma gelen fikri uygulamam.	1	2	3	4	5	6
18. Bir karar verirken seçenekleri karşılaştırırım ve her birinin diğerine göre sonuçlarını tartarım.	1	2	3	4	5	6
19. Sorunu çözmek için plan yaptığımda planın işe yarayacağından emin olurum.	1	2	3	4	5	6
20. Belli bir davranışın sonucunu tahmin etmeye çalışırım.	1	2	3	4	5	6
21. Küçük ya da büyük olsun bir sorunu çözerken aklıma fazla seçenek gelmez.	1	2	3	4	5	6
22. Bir sorunu çözmeye çalışırken sıklıkla başvurduğum bir yol geçmişteki benzer problemleri düşünmektir.	1	2	3	4	5	6
23. Yeterli çaba gösterdiğimde ve zamanım olduğunda karşılaştığım bütün sorunları çözebileceğime inanırım.	1	2	3	4	5	6
24. Değişik bir durumla karşılaşsam da ortaya çıkabilecek problemleri halledeceğimden eminim.	1	2	3	4	5	6
25. Bir problemi çözmek için uğraşırken bazen kötü körüne dolandığımı, asıl konuya bir türlü ulaşamadığımı hissederim.	1	2	3	4	5	6
26. Bir sorunla karşılaştığımda, ani kararlar veririm ve sonra yaptığımdan pişman olurum.	1	2	3	4	5	6
27. Yeni ve zor sorunları çözmeye yeteneğime güvenirim.	1	2	3	4	5	6
28. Seçenekleri karşılaştırmak ve karar vermek için sistematik bir yöntem kullanırım.	1	2	3	4	5	6
29. Bir problemi halletme yollarını düşünürken işe yarayacak bir çözümü bulmak için değişik seçeneklerdeki fikirleri nadiren birleştiririm.	1	2	3	4	5	6
30. Bir sorunla karşılaştığım zaman, çevremdeki dış etmenlerin bu soruna ne gibi katkıları olduğuna nadiren düşünürüm.	1	2	3	4	5	6
31. Bir sorunla karşılaştığım zaman genellikle ilk yaptığım şey ilgili bilgileri toparlamak ve durumu gözden geçirmektir.	1	2	3	4	5	6
32. Bazen duygusal bakımdan öyle yüklü olurum ki, belli bir sorunu çözmeye yarayacak seçenekleri göremem.	1	2	3	4	5	6
33. Bir karar verdikten sonra, beklediğim sonuçla gerçekleşen sonuç genellikle aynıdır.	1	2	3	4	5	6
34. Bir sorunla karşılaştığım da bunu çözebileceğimden pek emin olamam.	1	2	3	4	5	6

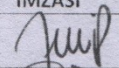

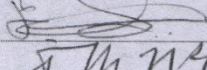
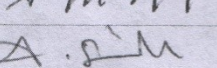

35. Bir sorun olduğunu fark ettiğimde, yaptığım ilk şeylerden birisi, sorunun ne olduğunu tam olarak anlamaya çalışmaktır.	1	2	3	4	5	6
--	---	---	---	---	---	---

EK 4. Alt Etik Kurul Kararı

01.08.2018

SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ALT ETİK KURUL KARARI

Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Yüksek Lisans öğrencisi Eda BAKI'nin "Gençlerin Spora Katılım Düzeylerine Göre İletişim Becerileri ile Problem Çözme Yeteneklerinin İncelenmesi" başlıklı Yüksek Lisans Tez çalışması görüşüldü. İlgili Yüksek Lisans Tez çalışması Alt Etik kurulunda onaylanmasına oy birliği ile karar verildi.

ADI SOYADI	GÖREVİ	İMZASI
Prof. Dr. Necip Fazıl KİŞHALI	SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ALT ETİK KURUL BAŞKANI	
Doç.Dr. Fatih KIYICI	SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ALT ETİK KURUL ÜYESİ	
Doç.Dr. Erdiñç ŞIKTAR	SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ALT ETİK KURUL ÜYESİ	
Prof. Dr. İlhan ŞEN	SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ALT ETİK KURUL ÜYESİ	
Dr. Öğr. Üyesi. Ahmet ŞİRİNKAN	SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ALT ETİK KURUL ÜYESİ	

EK 5. Kurumlarda Ölçek Uygulama İzinleri



T.C.
ATATÜRK ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Spor Bilimleri Fakültesi Dekanlığı

Sayı : 70400699-300-E.1800340820
Konu : Araştırma İzni (Eda BAKİ)

28.11.2018

ÖĞRENCİ İŞLERİ DAİRE BAŞKANLIĞINA

İlgi : 22.11.2018 tarihli ve 88179374-300-E.1800334772 sayılı belge.

Üniversitemiz Kış Sporları ve Spor Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı tezli yüksek lisans programı ile Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı ortak tezli yüksek lisans programı öğrencisi Eda BAKİ'nin tez çalışma isteği Dekanlığımızca uygun görülmüştür.

Bilgilerinizi ve gereğini arz ederim.

Doç.Dr. Erdiñ ŞIKTAR
Dekan V.





T.C.
ATATÜRK ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Edebiyat Fakültesi Dekanlığı

Sayı : 82806933-300-E.1800336870
Konu : Araştırma İzni (Eda BAKI)

23.11.2018

REKTÖRLÜK MAKAMINA
(Öğrenci İşleri Daire Başkanlığı)

İlgi : 22.11.2018 tarihli ve 88179374-300-E.1800334772 sayılı belge.

Üniversitemiz Kış Sporları ve Spor Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı tezli yüksek lisans programı öğrencisi Eda BAKI'nin tez çalışmasını 20.12.2018 - 05.03.2019 tarihleri arasında Fakültemizde yapma talebi Dekanlığımızca uygun görülmüştür.

Bilgilerinizi ve gereğini arz ederim.

Prof.Dr. Veyis DEĞİRMENÇAY
Dekan





T.C.
ATATÜRK ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
İletişim Fakültesi Dekanlığı

Sayı : 65725873-300-E.1800336830
Konu : Araştırma İzni (Eda BAKİ)

23.11.2018

REKTÖRLÜK MAKAMINA
ÖĞRENCİ İŞLERİ DAİRE BAŞKANLIĞI

İlgi : 22.11.2018 tarihli ve 88179374-300-E.1800334772 sayılı belge.

İlgi yazınız gereği, Üniversitemiz Kış Sporları ve Spor Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı tezli yüksek lisans programı ile Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı ortak tezli yüksek lisans programı öğrencisi **Eda BAKİ**' nin tez çalışmasını 20.12.2018 - 05.03.2019 tarihleri arasında tez çalışması talebi Dekanlığımızca uygun görülmüştür.

Bilgilerinizi ve gereğini arz ederim.

Prof.Dr. Naci İSPİR
Dekan

Ek : 22.11.2018 tarihli 88179374-300-E.1800334772 sayılı belge





T.C.
ATATÜRK ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Güzel Sanatlar Fakültesi Dekanlığı

Sayı : 79332546-300-E.1800338033
Konu : Araştırma İzni (Eda BAKI)

26.11.2018

REKTÖRLÜK MAKAMINA
ÖĞRENCİ İŞLERİ DAİRE BAŞKANLIĞINA

İlgi : 22.11.2018 tarihli ve 88179374-300-E.1800334772 sayılı belge.

İlgi sayılı yazımız gereği, Üniversitemiz K13 Sporları ve Spor Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı tezli yüksek lisans programı ile Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı ortak tezli yüksek lisans programı öğrencisi Eda BAKI' nin 20.12.2018 - 05.03.2019 tarihleri arasında Fakültemiz'de tez çalışması yapma talebi Dekanlığımızca uygun görülmüştür.

Bilgilerinizi ve gereğini arz ederim.

Prof.Dr. Mustafa BULAT
Dekan





T.C.
ATATÜRK ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu Müdürlüğü

Sayı : 54826478-300-E.1800336509
Konu : Araştırma İzni (Eda BAKI)

23.11.2018

ÖĞRENCİ İŞLERİ DAİRE BAŞKANLIĞINA

İlgi : 22.11.2018 tarihli ve 88179374-300-E.1800334772 sayılı belge.

İlgi sayılı yazıda adı geçen yüksek lisans programı öğrencisi Eda BAKI'nın 20.12.2018 - 05.03.2019 tarihleri arasında Yüksekokulumuz öğrencilerine anket uygulaması Müdürlüğümüzce uygun görülmüştür.

Bilgilerinizi arz ederim.

Prof.Dr. Nimet YİĞİT
Müdür





T.C.
ATATÜRK ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Kâzım Karabekir Eğitim Fakültesi Dekanlığı

Sayı : 29202147-300-E.1800351535
Konu : Araştırma İzni (Eda BAKİ)

06.12.2018

REKTÖRLÜK MAKAMINA
(Öğrenci İşleri Daire Başkanlığı)

İlgi : 22.11.2018 tarihli ve 88179374-300-E.1800334772 sayılı belge.

Üniversitemiz Kış Sporları ve Spor Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı tezli yüksek lisans programı ile Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı ortak tezli yüksek lisans programı öğrencisi Eda BAKİ'nin tez çalışmasının anketini 20.12.2018-05.03.2019 tarihleri arasında Fakültemiz öğrencilerine uygulama talebi, ders akışını bozmayacak şekilde bizzat kendisi yapması koşuluyla Dekanlığımızca uygun görülmektedir.

Bilgilerinizi arz ederim.

Prof.Dr. Kemal DOYMUŞ
Dekan



ÖZGEÇMİŞ

15/07/1988 tarihinde Erzurum’da doğdu. İlkokul ve lise eğitimini Erzurum’da tamamladı. Lisans eğitimine 2010 yılında Erzurum Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Antrenörlük Eğitimi bölümünde başladı ve 2014 yılında mezun oldu. 2016 yılında Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Yüksek Lisans Programına başladı.

EDA BAKİ