

**TÜRKİYE CUMHURİYETİ
KIRIKKALE ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

**ELİT SPORCULARDA İLETİŞİM BECERİLERİ İLE DUYGUSAL
ZEKÂNIN YILMAZLIK ÜZERİNDEKİ ETKİSİ VE PROBLEM ÇÖZME
BECERİSİNİN ARACILIK ROLÜ**

Nahit ÖZDAYI

**BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI
DOKTORA TEZİ**

**DANIŞMAN
Doç. Dr. Oğuzhan YONCALIK**

2016 – KIRIKKALE

**TÜRKİYE CUMHURİYETİ
KIRIKKALE ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

**ELİT SPORCULARDA İLETİŞİM BECERİLERİ İLE DUYGUSAL
ZEKÂNIN YILMAZLIK ÜZERİNDEKİ ETKİSİ VE PROBLEM ÇÖZME
BECERİSİNİN ARACILIK ROLÜ**

Nahit ÖZDAYI

**BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI
DOKTORA TEZİ**

**DANIŞMAN
Doç. Dr. Oğuzhan YONCALIK**

2016 – KIRIKKALE

Kırıkkale Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü

Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı Doktora Programı çerçevesinde yürütülmüş olan bu çalışma aşağıdaki jüri üyeleri tarafından Doktora Tezi olarak kabul edilmiştir.

Tez Savunma Tarihi: 05 / 02 /2016

Prof.Dr. Azmi YETİM
Gazi Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu
Jüri Başkanı

İmza
Doç.Dr. Oğuzhan YONCALIK
Kırıkkale Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi
Üye

İmza
Doç.Dr. İlhan ADİLOĞULLARI
Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi
Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu
Üye

İmza
Yrd.Doç.Dr.Mehmet ÖÇALAN
Kırıkkale Üniversitesi,Spor Bilimleri Fakültesi
Üye

İmza
Doç.Dr. Zekeriya GÖKTAŞ
Balıkesir Üniversitesi
Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu
Üye

İÇİNDEKİLER

İÇİNDEKİLER	I
ÖNSÖZ.....	IV
SİMGELER VE KISALTMALAR	V
TABLolar LİSTESİ.....	VI
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	IX
ÖZET.....	X
SUMMARY	XII
1. GİRİŞ	1
1.1. İLETİŞİM BECERİLERİ.....	1
1.1.1. İletişim	1
1.1.2. Temel İletişim Süreci ve Unsurları	2
1.1.3. İletişim Çeşitleri	5
1.1.4. İletişim Sorunları.....	7
1.2. DUYGUSAL ZEKÂ	9
1.2.1. Kavramsal Olarak Duygusal Zekâ	9
1.2.2. Duygusal Zekânın Özellikleri	11
1.2.3. Duygusal Zekâyı Yaratın Faktörler	12
1.2.4. Duygusal Zekânın Boyutları	14
1.2.5. Duygusal Zekânın Gelişim Sürecinde Etkili Olan Faktörler	17
1.2.6. Duygusal Zekâ Üzerine Geliştirilen Modeller	18
1.2.7. Duygusal Zekâ ve Sportif Beceriler	19
1.3. PROBLEM ÇÖZME BECERİSİ	21
1.3.1. Problem Kavramı	21
1.3.2. Problem Çözme Kavramı	22
1.3.3. Problem Çözme Aşamaları	24
1.3.4. Problem Çözme Becerileri	26
1.4. YILMAZLIK.....	29
1.4.1. Yılmazlık Kavramı.....	29
1.4.2. Yılmazlık İle İlişkili Olan Kavramlar.....	31
1.4.3. Yılmazlıkla İlgili Yaklaşımlar.....	36
1.4.4. Yılmazlık Üzerinde Etkili Olan Faktörler.....	38
1.4.5. Yılmazlık Duygusunun Olumlu Sonuçları.....	42
2. GEREÇ VE YÖNTEM	44

2.1. Araştırmanın Modeli	44
2.2. Araştırmanın Evreni ve Örnekleme	45
2.3. Veri Toplama Araçları.....	46
2.4. Araştırmanın Hipotezleri	48
2.5. Araştırmanın Varsayımları	48
2.6. Araştırmanın Sınırlılıkları	48
2.7. Verilerin İstatistiksel Analizi.....	49
3. BULGULAR VE YORUMLAR	50
3.1. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların Demografik Özelliklere Göre Dağılımı 50	
3.2. Ölçeklere Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	51
3.3. İletişim Becerilerinin Yılmazlık Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi	53
3.3.1. İletişim Becerilerinin Güçlü Olma Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolü	53
3.3.2. İletişim Becerilerinin Girişimci Olma Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolü	54
3.3.3. İletişim Becerilerinin İyimser Olma/Yaşama Bağlı Olma Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolü.....	56
3.3.4. İletişim Becerilerinin İletişim/İlişki Kurma Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolü	58
3.3.5. İletişim Becerilerinin Öngörü Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolü.....	60
3.3.6. İletişim Becerilerinin Amaca Ulaşma Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolü	62
3.3.7. İletişim Becerilerinin Lider Olma Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolü	64
3.3.8. İletişim Becerilerinin Araştırmacı Olma Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolü	65
3.3.9. İletişim Becerilerinin Genel Yılmazlık Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolü	67
3.4. Duygusal Zekânın Yılmazlık Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi	69
3.4.1. Duygusal Zekâ Alt Boyutlarının Güçlü Olma Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolü.....	69
3.4.2. Duygusal Zekâ Alt Boyutlarının Girişimci Olma Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolü.....	72
3.4.3. Duygusal Zekâ Alt Boyutlarının İyimser Olma/Yaşama Bağlı Olma Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolü	75
3.4.4. Duygusal Zekâ Alt Boyutlarının İletişim/İlişki Kurma Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolü.....	78

3.4.5. Duygusal Zekâ Alt Boyutlarının Öngörü Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolü	81
3.4.6. Duygusal Zekâ Alt Boyutlarının Amaca Ulaşma Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolü.....	84
3.4.7. Duygusal Zekâ Alt Boyutlarının Lider Olma Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolü.....	87
3.4.8. Duygusal Zekâ Alt Boyutlarının Araştırmacı Olma Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolü.....	90
3.4.9. Genel Duygusal Zekânın Genel Yılmazlık Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolü	93
3.5. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların Duygusal Zekâ Düzeylerinin Demografik Özelliklere Göre Ortalamaları	95
3.6. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların İletişim Becerileri Düzeyinin Demografik Özelliklere Göre Ortalamaları	102
3.7. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların Problem Çözme Becerisi Düzeyinin Demografik Özelliklere Göre Ortalamaları	104
3.8. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların Yılmazlık Düzeylerinin Demografik Özelliklere Göre Ortalamaları.....	107
4. TARTIŞMA VE SONUÇ.....	123
4.1. TARTIŞMA VE SONUÇ.....	123
4.2. ÖNERİLER	130
5. KAYNAKLAR	132
6. EKLER.....	147
6.1. Anket Formu.....	147
6.2. Özgeçmiş	152

ÖNSÖZ

Son yıllarda spor ortamlarında artan rekabet ve bu rekabete ayak uydurmak oldukça güçleşmiştir. Doğal olarak elit düzeyde yapılan spor dallarında bir çok sporcu daha başarılı olabilmek için fizyolojik ve fiziksel sınırlarını zorlamaktadır. Ancak son yıllarda ortaya konulan çalışmalar ve uygulamalar fiziksel ve fizyolojik parametrelerin yanı sıra psikolojik ve psiko-sosyal parametrelerin de performansın yükseltilmesinde ne kadar önemli olduğunu ortaya koymaktadır.

Araştırma, elit sporcu performansı açısından önemi ortaya konulan bir çok psikolojik ve psiko-sosyal parametrelerin yanı sıra, uygulayıcı ve araştırmalara farklı bir bakış açısı sağlaması açısından yeni ve farklı bilgiler sunacağı düşünülmüştür.

Bu çalışmamın gerçekleşmesi aşamasında her an yanımda olan desteklerini esirgemeyen, bilgi ve tecrübelerini paylaşan değerli, danışman hocam Doç.Dr. Oğuzhan YONCALIK'a ve hocam Doç.Dr. İlhan ADILOĞULLARI'na kıymetli arkadaşım Selçuk AKIN'a ayrıca verilerin analiz kısmında bilgi ve birikiminden yararlandığım sayın Fatih SONTAY'a çok teşekkür ederim.

SİMGELER VE KISALTMALAR

Ss : Standart Sapma

Ort : Ortalama

Min : Minimum

Maks : Maksimum



TABLolar LİSTESİ

Tablo 1. Kaynak (gönderici) üzerinde etkili olan faktörler.....	3
Tablo 2. Geri Bildirimin Sahip Olması Gereken Özellikler	5
Tablo 3. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların Demografik Özelliklere Göre Dağılımı	50
Tablo 4. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların Duygusal Zekâ Düzeylerinin Ortalamaları.....	51
Tablo 5. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların İletişim Becerileri Düzeyi Ortalaması	52
Tablo 6. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların Problem Çözme Becerisi Düzeyi Ortalaması	52
Tablo 7. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların Yılmazlık Düzeylerinin Ortalamaları	52
Tablo 8. İletişim Becerilerinin Güçlü Olma Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi	53
Tablo 9. İletişim Becerilerinin Girişimci Olma Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi	55
Tablo 10. İletişim Becerilerinin İyimser Olma/Yaşama Bağlı Olma Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi	57
Tablo 11. İletişim Becerilerinin İletişim/İlişki Kurma Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi.....	59
Tablo 12. İletişim Becerilerinin Öngörü Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi	61
Tablo 13. İletişim Becerilerinin Amaca Ulaşma Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi.....	62
Tablo 14. İletişim Becerilerinin Lider Olma Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi	64
Tablo 15. İletişim Becerilerinin Araştırmacı Olma Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi.....	66
Tablo 16. İletişim Becerilerinin Genel Yılmazlık Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi.....	68
Tablo 17. Duygusal Zekâ Alt Boyutlarının Güçlü Olma Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi.....	70
Tablo 18. Duygusal Zekâ Alt Boyutlarının Girişimci Olma Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi	73
Tablo 19. Duygusal Zekâ Alt Boyutlarının İyimser Olma/Yaşama Bağlı Olma Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi	76
Tablo 20. Duygusal Zekâ Alt Boyutlarının İletişim/İlişki Kurma Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi	79
Tablo 21. Duygusal Zekâ Alt Boyutlarının Öngörü Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi.....	82
Tablo 22. Duygusal Zekâ Alt Boyutlarının Amaca Ulaşma Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi	85
Tablo 23. Duygusal Zekâ Alt Boyutlarının Lider Olma Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi.....	88

Tablo 24. Duygusal Zekâ Alt Boyutlarının Araştırmacı Olma Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi	91
Tablo 25. Genel Duygusal Zekâ Düzeyinin Genel Yılmazlık Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi	94
Tablo 26. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların Duygusal Zekâ Düzeylerinin Cinsiyete Göre Ortalamaları	95
Tablo 27. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların Duygusal Zekâ Düzeylerinin Yaş Grubu Göre Ortalamaları	96
Tablo 28. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların Duygusal Zekâ Düzeylerinin Branşı Göre Ortalamaları.....	97
Tablo 29. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların Duygusal Zekâ Düzeylerinin Eğitim Durumuna Göre Ortalamaları	98
Tablo 30. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların Duygusal Zekâ Düzeylerinin Aktif Olarak Spor Yapma Süresi Göre Ortalamaları.....	99
Tablo 31. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların Duygusal Zekâ Düzeylerinin Elit Düzeyde Spor Yapma Süresi Göre Ortalamaları	102
Tablo 32. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların İletişim Becerileri Düzeyinin Cinsiyete Göre Ortalamaları	102
Tablo 33. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların İletişim Becerileri Düzeyinin Yaş Grubu Göre Ortalamaları	103
Tablo 34. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların İletişim Becerileri Düzeyinin Branşı Göre Ortalamaları.....	103
Tablo 35. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların İletişim Becerileri Düzeyinin Eğitim Durumuna Göre Ortalamaları	103
Tablo 36. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların İletişim Becerileri Düzeyinin Aktif Olarak Spor Yapma Süresi Göre Ortalamaları.....	104
Tablo 37. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların İletişim Becerileri Düzeyinin Elit Düzeyde Spor Yapma Süresi Göre Ortalamaları	104
Tablo 38. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların Problem Çözme Becerisi Düzeyinin Cinsiyete Göre Ortalamaları	104
Tablo 39. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların Problem Çözme Becerisi Düzeyinin Yaş Grubu Göre Ortalamaları	105
Tablo 40. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların Problem Çözme Becerisi Düzeyinin Branşı Göre Ortalamaları	105
Tablo 41. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların Problem Çözme Becerisi Düzeyinin Eğitim Durumuna Göre Ortalamaları.....	106
Tablo 42. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların Problem Çözme Becerisi Düzeyinin Aktif Olarak Spor Yapma Süresi Göre Ortalamaları	106
Tablo 43. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların Problem Çözme Becerisi Düzeyinin Elit Düzeyde Spor Yapma Süresi Göre Ortalamaları	107
Tablo 44. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların Yılmazlık Düzeylerinin Cinsiyete Göre Ortalamaları.....	107
Tablo 45. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların Yılmazlık Düzeylerinin Yaş Grubu Göre Ortalamaları.....	108
Tablo 46. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların Yılmazlık Düzeylerinin Branşı Göre Ortalamaları.....	109
Tablo 47. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların Yılmazlık Düzeylerinin Eğitim Durumuna Göre Ortalamaları	116

Tablo 48. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların Yılmazlık Düzeylerinin Aktif Olarak Spor Yapma Süresi Göre Ortalamaları	119
Tablo 49. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların Yılmazlık Düzeylerinin Elit Düzeyde Spor Yapma Süresi Göre Ortalamaları	120



ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1. İletişim süreci.....	2
Şekil 2. Araştırmanın Modeli.....	44



ÖZET

Elit Sporcularda İletişim Becerileri ile Duygusal Zekânın Yılmazlık Üzerindeki Etkisi ve Problem Çözme Becerisinin Aracılık Rolü

Araştırma, farklı branşlardaki elit sporcularda iletişim becerileri ve duygusal zekânın yılmazlık üzerindeki etkisinde problem çözme becerisinin aracılık rolünü incelemeyi amaçlamıştır. Çalışma gönüllü katılım gösteren Futbol, Basketbol, Voleybol, Hentbol, Güreş, Boks, Atletizm, Judo branşlarından toplam 554 elit sporcu ile gerçekleştirilmiştir. Çalışmanın verilerini elde etmek için Sporda Duygusal Zekâ Envanteri, İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği, Problem Çözme Beceri Ölçeği ve Yılmazlık Ölçeğinden yararlanılmıştır. Elit sporcuların duygusal zekâ düzeylerini belirlemek için Shutte ve arkadaşları (1998) tarafından geliştirilen, Lane ve arkadaşları (2009) tarafından revize edilerek sporda kullanım için uyarlanan ve Türkçe formunun geçerliği ve güvenilirliği Adiloğulları ve Görgülü (2015) tarafından yapılan “Sporda Duygusal Zekâ Envanteri” kullanılmıştır. Ölçek 5 alt boyut ve 19 maddeden oluşmaktadır. İletişim becerilerini değerlendirmek için Korkut (1996) tarafından geliştirilen 25 maddeden oluşan “İletişim Becerilerini Değerlendirme Ölçeği” (İBDÖ) faydalanılmıştır. Çalışmaya katılan elit sporcuların problem çözme becerileri verilerini elde etmek için, Heppner ve Petersen tarafından geliştirilmiş, Şahin ve Heppner (1993) tarafından Türkçe’ye uyarlanmış olan 35 maddeli Problem Çözme Envanteri (PÇE) uygulanmıştır. Elit sporcuların yılmazlık düzeylerini belirlemek için ise, Gürgân (2006) tarafından geliştirilen 8 alt boyut ve 50 maddelik Yılmazlık Ölçeği kullanılmıştır. Elde edilen verilerin analizi SPSS programı kullanılarak yapılmıştır. Elde edilen verilerin frekans, yüzde analizi, t-testi, one-way anova ve modelin test edilmesi için ise hiyerarşik regresyon analizleri yapılmıştır. Sonuç olarak; elit sporcuların problem çözme becerisi düzeyinin belirleyicisi olarak genel duygusal zekâ değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcı gücünün) zayıf olduğu görülmüştür ($R^2=0,132$, $\beta=-0,466$). Genel duygusal zekâ, problem çözme becerisi ile genel yılmazlık arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=224,550$; $p=0,000<0.05$). Elit sporcuların iletişim becerilerinin yılmazlık üzerine etkisi ($\beta=0,804$), modele problem çözme becerisi eklendiğinde ($\beta=0,246$) azalmaktadır. Bu sonuç elit sporcularda iletişim

becerilerinin yılmazlığa etkisinde problem çözüme becerisinin kısmi aracılık rolü olduğunu göstermektedir.

Anahtar Sözcükler: Duygusal zekâ, elit sporcu, iletişim becerisi, problem çözüme, yılmazlık



SUMMARY

The Effects of Communication Skills and Emotional Intelligence of Elite Athletes on Resilience and the Intermediary Role of Problem Solving Skill

The aim of this study was to examine the effect of communication skills and emotional intelligence of elite athletes from different sports on resilience and intermediary role of problem solving. The study was conducted with a total of 554 elite athletes who voluntarily participated in the study from the sports of football, basketball, volleyball, handball, wrestling, boxing, athletics and judo. Emotional Intelligence Inventory in Sports, Communication Skills Evaluation Scale, Problem Solving Skills Scale and Resilience Scale were used as data collection instruments. In order to determine the emotional intelligence of elite athletes Emotional Intelligence Inventory was used. The scale was developed by Shutte and et.al. (1998), revised by Lane and et.al. (2009) adapted to be used in sports and the validity and the reliability of the Turkish form was conducted by Adiloğulları and Görgülü (2015). The scale consists of 5 factors and 19 items. Communication Skills Evaluation Scale (CSES) which was developed by Korkut (1996) and consists of 25 items was used in order to evaluate the communication skills of elite athletes. Problem Solving Skills Scale (PSSS) which was developed by Heppner and Petersen, adapted into Turkish by Şahin and Heppner(1993) and consists of 35 items was used in order to find out the problem solving skills of the elite athletes. Resilience Scale which was developed by Gürgân (2006) and consists of 8 factors and 50 items was used to determine the resilience levels of elite athletes. All the data were analyzed with SPSS software. Frequency, percent, t-test, one-way analysis of variance (ANOVA) and hierarchical regression were used for the statistical analysis of the collected data. As a result, it was found that the relationship between the emotional intelligence variables and problem solving skill levels of elite athletes was weak ($R^2=0,132$, $\beta=-0,466$). The regression analysis which was conducted in order to find out the relation between emotional intelligence, problem solving skills and resilience was found statistically significant ($F=224,550$; $p=0,000<0.05$). The effect of communication skills of elite athletes on resilience ($\beta=0,804$) decreased when the problem solving ($\beta=0,246$) skill was included to the model. This result revealed that

problem solving skills had partial intermediary role for the effect of communication skills of elite athletes on resilience.

Keywords: Emotional intelligence, elite athletes, communication skill, problem solving, resilience.



1. GİRİŞ

İnsanın var olduğu her noktada büyük bir önemi bulunan iletişim, sıradan bir aktivite olmanın ötesinde, önemli bir beceri de gerektirmektedir. Bireyin kendisini daha iyi ifade etmesi ve karşısındaki bireyleri daha iyi anlayabilmesi açısından iletişim kilit role sahip bir unsurdur. Bu nedenle bireyler, hayatları boyunca gerek eğitim gerekse kişisel tecrübeleri neticesinde iletişim kurmanın boyutlarını ve kendilerine getirilerini öğrenmektedirler. Hayat akışı içerisinde bir döngü olan iletişim, belki de insan hayatının ek aktif eylemidir.

Bu şekilde birey, hem kendisini ifade etmek hem de çevresini anlama, anlamlandırmak adına adımlar atarken kendisine dair bir kimlik oluşturma sürecinin içerisinde de girmektedir. Öncelikle çevresini tanıyan birey zamanla kendisini de anlatmaya başlamakta, daha sonrasında ise kurduğu iletişim ile kendisinin sahip olduğu değerleri, fikirleri ve yaklaşımları çevresi ile paylaşmaya başlamaktadır. Bu, bir bakıma söz konusu birey için kendisini ifade edebilmenin bir yoludur. İletişim içerisinde olduğu çevre bireyi tanımakta, bu şekilde de söz konusu bireye dair akıllarda bir şekil oluşmaktadır.

Dünyanın her yerinde, farklı dillerde olsa bile neredeyse aynı amaca hizmet edecek şekilde dizayn edilen iletişim insanların hayatlarının en değerli parçasıdır. Rutin bir gün içerisinde sabah saatlerinden geceye kadar geçen sürede iletişim hiç bitmemekte ve sürekli döngü içerisinde devam etmektedir. Her ne kadar bu denli devamlılığı olan bir kavram olsa da iletişim, her zaman olumlu yönde ortaya çıkmamakta ve insani ilişkileri genel anlamda sıkıntıya sokabilmektedir. Modern dönemin insanların iletişim kurmak adına ellerinde birbirlerinden farklı birçok iletişim aracı olmasına karşın halen ciddi boyutlarda iletişim sorunları da bulunmaktadır. Bu iletişim sorunlarının temelinde, en başta da belirtildiği üzere, bireyin kendisini ifade etmesi konusunda yaşanması muhtemel sorunlar yer almaktadır. Bu sorunların ortaya çıkışı ile birlikte iletişim, başarısız bir şekilde sonuçlanarak tarafları sıkıntıya sokmaktadır.

Olumlu ve olumsuz yönleri dahilinde varlığı söz konusu olan iletişim, insanın aktif olarak var olduğu birçok noktada kendisini göstermektedir. Eğitim hayatı, iş

dünyası, sosyal hayata dair ilişkiler ve insanın aktif olarak zamanını harcadığı tüm noktalarda iletişim güçlü bir araçtır. Bu alanlardan biri olarak spor dünyası, hem icra edildiği ortamda hem de yönetim bazında iletişim faktörünün güçlü, etkin, sürekli ve yönlendirici etki ile ön plana çıktığı bir alandır (Katırcı ve Uztuğ, 2009).

Özellikle sporun gerçek anlamda bir hayat biçimi, hatta meslek olarak icra edildiği kesimler açısından iletişim spor faaliyetlerinin temel değişkenlerinden biridir. Bireysel olarak sporcuların kendilerini motive etmeleri ile birlikte spor faaliyetleri içerisinde birlikte hareket ettikleri tüm çevreler ile aynı düzeyde iletişim kurmaları sürecin devamlılığı adına gereklidir. Özellikle de takım sporları içerisinde, ekibi yöneten ve yönlendiren kişi ile onun yönetimi altındaki sporcuların iletişimi başarı/başarısızlık ekseninde büyük bir etkiye sahiptir (Küçük ve Koç, 2004).

Bu noktada sürecin en fazla dikkati çeken aktörleri olarak sporcular arasında, icra ettikleri sporu tüm yönleri ile bilen ve bu vesile ile iletişim konusunda da önemli bir bilgi ve tecrübe birikimine sahip olan elit sporcular fark yaratmaktadırlar. Hem öz motivasyon, hem diğer sporcularla, hem de yönetici konumundaki kişilerle iletişim konusunda elit sporcular geçmiş tecrübelerine dayalı olarak hareket etmekte ve mevcut sürecin içerisindeki iletişim faktörlerini de takip etmektedirler. Belki de bu noktada en fazla önem atfedilmesi gereken konu elit sporcuların kendi spor camiaları ve sosyal yaşamlarındaki çevreleri ile olduğu kadar, tanınmışlık düzeylerine göre kamuoyu ile de kurmuş oldukları iletişim düzeyidir. Bu düzeye göre söz konusu elit sporcuların kendilerini, hitap ettikleri, spor takipçisi olan kesime karşı ifade etmeleri daha kolay olmaktadır. Bunun için çeşitli yollar ve metotlar kullanan elit düzeydeki sporcular, iletişim konusunu diğer sporculara göre daha farklı ve daha ciddi bir boyutta ele almaktadırlar.

Elit düzeyde sporu icra eden bireyler için iletişim başarısının devamlılığı ve kendisini, tecrübe kazanmış ve hatta başarı kazanmış bir sporcu olarak tanıtmak açısından kritik bir değere sahiptir. Aktif spor hayatı bittikten sonra dahi spor dünyasının içerisinde kalma konusunda istekli olan sporcular açısından iletişim, diğer birçok iletişim sürecinden daha büyük ciddiyet ve daha uzun soluklu bir sürece ihtiyaç duymaktadır (Ulukan, 2012). Bu nedenle elit sporcu kategorisinde değerlendirilen ve bu kategori içerisinde yaşamını sürdüren sporcular için iletişim

belki de sahip oldukları en önemli değerdir. Bunun ötesinde iletişimin elit sporcular açısından ön plana çıkarabilecek olan etkisi söz konusu düzeyde bulunan sporcuları diğerlerinden ayırabilmek adına fark yaratan ve betimleyici bir kavram olmasıdır.

Elit sporcular açısından iletişim bu denli önemli olmak ile birlikte mental olarak sporcuların kendilerini işlerine ve dolayısı ile de sosyal hayatlarına adapte edebilmeleri açısından kendilerini ruhsal olarak hazır tutmaları gerekmektedir. Sportif başarı söz konusu olduğun, bireyin öncelikle kendisi ile başlayan bir iletişim süreci söz konusudur ve bu da en nihayetinde ruhani anlamda bir güdülenme yaratmaktadır (Tellan, 2008).

Sadece sporcular ile sınırlı olmamak ile birlikte iş dünyasının birçok alanında söz konusu olabilecek bu durum duygusal zeka kavramını yaratmaktadır. Duygusal zeka ile birlikte, elit sporcular da farklı meslek gruplarına dahil olan bireyler de ve sıradan insanlar da kendilerini ifade edebilmek, kendilerini tanımlayacak tutumlara geliştirebilmek ve empati kurarak karşısındaki insanları anlamak temelinde bir koşullanma içerisine girmektedirler (Gardner, 1999).

Anlamlandırma ve ifade etme süreçlerinin tetikleyicisi olarak duygusal zekâ için onu kullanan bireylerin kendi duygularını kontrol etme konusunda ciddi bir etkisi söz konusudur (Seligman, 1998). Özellikle ruhsal anlamda herhangi bir sorunu bulunmayan ve sağlıklı düşünebilen her birey açısından duygusal zekâ, duyguların belirlenmesinden ifade edilmesine kadar geçen bir aşamalar zinciri içerisinde detaylı olarak düşünebilmesi açısından bireylere yol göstermektedir.

Duygusal zekâ ile birlikte bireyin sosyal olarak gelişimi de söz konusu olmaktadır ki bu gelişim, duygusal zekanın bireye iletişim kurma konusunda neler yapması gerektiğini tam olarak ifade etmesi ve onu yönlendirmesi ile alakalıdır. Karşısındaki bireylerin duygularını anlamak ve anlamlandırmak açısından duygusal zekâ etkin bir iletişim aracıdır. Fiziksel ve net olarak bir iletişim gerçekleştirilmesi konusunda etkin olmasa da ruhsal anlamda, empati yolu bireylerin birbirleri iletişimlerinde duygusal zekâ görünmeyen bir el gibi hareket etmektedir. Sözlü ve fiziksel olmaktan çıkarıldığında da insanlar arasındaki iletişimin en önemli faktörü mental olarak gerçekleştirilenidir. Duygusal zekâ bu mental iletişim aşamasında etkin rol almaktadır.

Duygusal zekâ olgusu bireyin hayatını iletişim yönünden bu denli doğrudan etkilerken, spor dünyası ve sporcular açısından duygusal zekânın, sporun icra edilmesi sürecinde tarafları birleştirmesi ve spora gönül veren, sporu icra eden ve sporu yöneten tarafların ilişkilerini yönlendirmesi söz konusu olmaktadır. Bu yönlendirmede özellikle sporcular için kendilerini tanımak ile başkalarının fikirlerini, hislerini ve beklentilerini anlamak, başarı, ödül, kutlama ve bunların tam zıttı kavramların odakta olduğu spor dünyasının içerisinde anahtar bir rol üstlenmektedir. Sporunun kendisi ile iletişim kurması ve bu iletişimi bir eyleme dönüştürmesi açısından duygusal zeka tetikleyici etki yaratırken, aynı zamanda farklı duyguların da ortaya çıkmasını sağlamaktadır.

Bu duygulardan biri olarak yılmazlık, sporcu bireyin kendisini spor faaliyetleri, başarı ve ödül gibi olgular için hazır tutması adına öz motivasyon faktörü olarak ortaya çıkmaktadır. Bireyin kendisine dair faktörleri göz önünde bulundurarak, bu faktörler üzerinden faaliyetlerini yürütmesine imkan sağlayan yılmazlık unsuru ile bilhassa bir sporunun sporunu icra ettiği alan içerisinde mücadele edebilmek adına gücünü manevi olarak arttırması söz konusu olmaktadır. Bu şekilde sporcu birey fiziksel olarak vermiş olduğu mücadelenin ötesine geçebilmekte ve başarı adına gerçek anlamda kendisini hazır hissedebilmektedir (Kırımlıoğlu ve Çokluk, 2012). Bunun yanı sıra yılmazlık ile birlikte sporcuların başarısızlık anlarında kendilerini tekrardan motive etmek adına çevrelerinden herhangi bir destek almalarına gerek de kalmamaktadır.

Genel olarak yılmazlık faktörü göz önünde bulundurulduğunda insanların kendilerini motive edebilmek ve karşılaştıkları zorlukları aşabilmek adına ellerindeki en önemli değer, kendilerini değerlendirerek kendilerine moral verme şanslarının olmasıdır. Bireyin kişilik özellikleri ile de doğrudan ilgili olan bu durum, birey için yılmazlık olgusunun ne denli önemli olduğunu da işaret etmektedir. İster sporcu ister çalışan isterse de sıradan bir çalışan olsun, insanlar için yılmazlık, çeşitli faktörlere bağlı olarak değişmek ile birlikte her bireyin kendi başına geliştirebileceği, içgüdüsel bir kavram olarak değerlendirilmektedir.

Bar-on (2011) Duygusal Zekâ Modeli duygusal öz-farkındalık, kararlılığı, kişisel onur, kendini gerçekleştirmek, bağımsız, sempati, kişilerarası iletişim,

sorumluluk, problem çözüme, gerçeklik, esneklik, hoşgörü, dürtüsel kontrol ölçümü, mutluluk, iyimserlik dahil 15 bileşenden bahsetmektedir (Bar-On, 2011). Görüldüğü üzere, birbiri ile değerlendirilmekte olan yılmazlık, problem çözüme, iletişim becerisi ve duygusal zekâ faktörlerinin ilişki düzeylerine yönelik çalışmalar mevcuttur. Ancak, bu çalışmalarda bütün kavramların biraradalığı ile ilişkilerinin saptanmadığı görülmektedir. Goleman (1998), yüksek duygusal zekânın varlığında kişilerin bilgi edinmeye yönelik daha fazla yetenek sahibi olduklarını ve daha keyifli bir yaşam süreçlerini ifade etmiştir. Bu insanların problem çözmeye daha yatkın, iletişim becerileri daha yüksek ve daha iyimser oldukları belirtilmektedir.

Sporcu karakteristikleri incelendiğinde yılmazlığın elit sporcu için olmazsa olmaz bir özellik olduğu düşünülmektedir. Yılmazlık özelliği yüksek olmayan bir sporcunun takım ve bireysel sporlarda başarı ve performans göstermesi beklenilmemektedir. Her spor dalında zorluklar bulunduğu ve bu zorlukların sıkıntı ve stres oluşturduğu bilinmektedir. Sporcuların bu zorluklar karşısında zihinsel ve fiziksel direnç göstermesi, onların yılmadan dayanıklılıklarını ortaya koyduklarının göstergesidir. Sporda yılmazlığın başarı getirdiği ve başarı için bu değişkenle nedensel ilişkisi olan öncü değişkenlerin araştırılması spor bilimine başarıya giden yolda anahtar olacaktır. Yılmazlığı etkileyen faktörlerin ve ne kadar etkili olduklarının biliniyor olması spor yöneticileri ve antrenörlerin yeni başarı argümanlarını oluşturmalarına yardımcı olacaktır. Bu doğrultuda çalışma kapsamında, elit sporcularda iletişim becerileri ve duygusal zekânın yılmazlık üzerindeki etkisinde problem çözüme becerisinin aracılık rolünün araştırılması hedeflenmektedir.

1.1. İLETİŞİM BECERİLERİ

1.1.1. İletişim

İnsan toplumsal bir varlıktır. İnsanın bu özelliğinden dolayı yaşamı kişiler arası ilişkiye dayanmaktadır. Diğer bir ifade ile insan doğasının temelinde iletişim yatar. Bu nedenle iletişim kavramı insanlık tarihi kadar eski bir kavramdır ve tarihsel her süreçte önem arz eden bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır. İletişim kavramının detaylı bir şekilde incelenmesi kavramın önemi açısından yararlı olacaktır.

Kökünü Latinceye dayanan iletişim ya da Latince “communicare” fiili, Türkçede ortak kılma anlamını taşımaktadır. İletişim kavramı birçok farklı disiplin tarafından ele alınan ve farklı şekillerde tanımlanan bir kavramdır. En temel anlamda bir tanımlama yaşamak gerekir ise, iletişim; toplum içinde yaşayan insanların gerek kendisini gerekse çevresini daha iyi tanıyabilmesine ve toplum içerisinde yaşayan diğer kişiler ile uyumlu ilişkiler kurabilmesine olanak sağlayan özel bir beceridir (Yatkın, 2009).

Halkla ilişkiler disiplini tarafından yapılan iletişim tanımına göre ise iletişim; mevcut anlamları toplumsal bir varlık olan insanlar arasında ortak kılma işlemidir (Önal, 1977). Örgütsel literatür açısından ele alındığında ise iletişim bir teknik olarak tanımlanmaktadır. Örgüt bakış açısı ile iletişim; “toplumsal yapının temelini oluşturan bir sistem, örgütsel ve yönetsel yapının düzenli işleyişini sağlayan bir araç ve bireysel davranışları görüntüleyen ve etkileyen bir tekniktir” (Sabuncuoğlu ve Tüz, 1996).

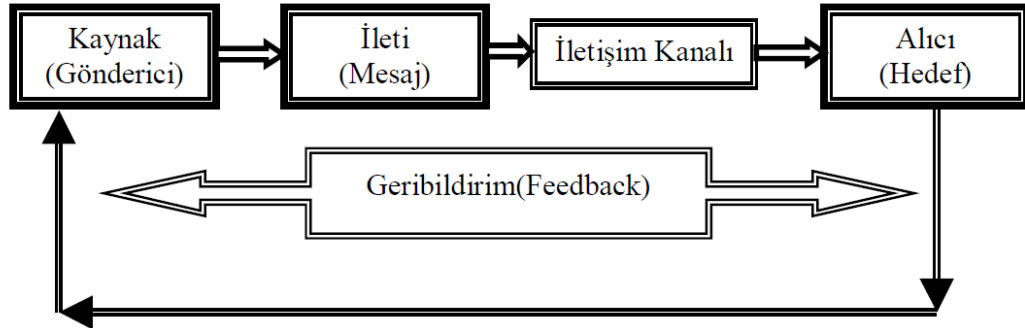
Yukarıda yer alan tanımlamalardan yola çıkarak iletişim kavramının hem toplumsal hem de örgütsel yapının temelinde yer alan kavramlardan bir tanesi olduğunu söylemek mümkündür. İletişim toplumun temel taşı olan bireyleri birbirlerine bağlayan ve toplumsal yapının temelini oluşturan bir sistemdir ve iletişim toplumsal yapının sürdürülebilir olmasını sağlamaktadır.

İletişim insanlar tarafından kimi zaman düşüncelerini paylaşmak, yaptıklarını anlatmak için kullanılan bir araçken kimi zamanda yeni bilgiler öğrenmek, bildiklerini aktarmak, yönetmek, ikna etmek gibi çok çeşitli davranışları gerçekleştirmek için kullanılmaktadır. İletişim insanların amaçsız olarak

etkileşmelerinden çok, bir etki oluşturmak amacı ile aktarımlar yapması durumudur (Eroğlu, 1996). Bu özellikleri kapsamında ele alındığında iletişimin insan hayatında ve dolayısıyla insanla ilgili her alanda son derece önemli bir kavram olduğunu söylemek mümkündür. Ayrıca, iletişimin sahip olduğu bu özellikler kapsamında temel amacının çevre üzerinde etkin olmak ve başkalarında davranış ve tutum geliştirmek veya değiştirmek amacı ile insanlar tarafından kullanılan bir olgu olduğunu belirtmek mümkündür (Aydın, 1986).

1.1.2. Temel İletişim Süreci ve Unsurları

İletişim insanların birbirleri ile olan etkileşim sürecidir. İletişim süreci, iletişimi kuran insanlar arasındaki etkileşimin nerede başlayıp nerede bittiğini belirlemek son derece zor olduğu için tanımlanması ve belirlenmesi oldukça zor bir süreçtir (Aydın, 1986). Bu nedenle, iletişim sürecini temel unsurları kapsamında ele alan aşağıdaki şeklin incelenmesi iletişim süreci detaylandırılmadan önce yararlı bir özet niteliğinde olacaktır.



Şekil 1. İletişim süreci

Kaynak: Şimşek, Y., 2003.

Yukarıda yer alan şekil incelendiğinde iletişim sürecinin temel unsurları ve iletişim sürecinin bir döngü olduğu görülmektedir. İletişim sürecinin daha iyi anlaşılabilmesi için sürecin unsurları kapsamında incelenmesi yararlı olacaktır.

İletişim sürecinin başlangıç noktası kaynak (gönderici) dir. Kaynak iletişim sürecinin ilk başlangıç adımıdır. İletişim sürecini başlatan, duygu düşünce ve olguları başkalarına aktarmak üzere eyleme geçen kişi ya da örgüt olarak tanımlanmaktadır (Türkmen, 2003). İletişim sürecinde kaynak, bilgi, duygu, tutum, düşünce ya da

eylem olarak oluşturulan mesajların karşı tarafta yer alan alıcıya gönderilmek üzere seçilmesi işleminin yapıldığı iletişim süreci unsurdur. Diğer bir ifade ile kaynak; merkezdeki iletiyi, sözlü veya söz harici işaretler ile dönüştürüp iletişim kanalına bırakan unsurdur (Cüceloğlu, 2007).

İletişim süreci iletişim kaynağının zihninde oluşan fikirlerin, duyguların, eylem isteklerinin veya bilgi aktarımları ile başlar. İletişim kaynağı oluşan bu olgulardan istediklerini karşı tarafa geçirmek için iletişim sürecini başlatır. Bu noktada iletişim kaynağının yani iletişim sürecinin ilk unsurunun etkilendiği faktörleri incelemek yararlı olacaktır. Çünkü sağlıklı, iyi ve sürdürülebilir iletişimin sağlanabilmesi veya sağlanamayan iletişimin nedenleri kaynağın etkilendiği faktörlerinde bilinmesi ile mümkün olacaktır. Aşağıda yer alan tabloda kaynak (gönderici) üzerinde etkili olan faktörler tablo halinde verilmiştir.

Tablo 1. Kaynak (gönderici) üzerinde etkili olan faktörler tablosu

Kaynak (Gönderici) Değişkenleri	Alıcı Değişkenleri	Kanal Değişkenleri
İletişim Becerileri	İletişim Becerileri	Sözlü
Tecrübe Alanı	Tecrübe Alanı	Yazılı
İhtiyaçlar	İhtiyaçlar	Mimik ve Hareketler
Karakteri ve İlgi Alanları	Karakteri ve İlgi Alanları	Elektronik Ortam
Tutum, Duygu ve Değerler	Tutum, Duygu ve Değerler	
Alıcı Hakkında Varsayımlar	Kaynak Hakkında Varsayımlar	
Alıcı ile Mevcut İlişki	Kaynak ile Mevcut İlişki	
Makam ve Saygınlık	Makam ve Saygınlık	

Kaynak: Can, H., 1991.

Yukarıda yer alan tabloda görüldüğü gibi, kaynağın üzerinde etkili olan faktörler sadece kaynak ile ilgili değildir. Kaynağın iletişime geçme arzusunda olduğu alıcı ile olan ilişki durumu, alıcı ile ilgili varsayımları da kaynak üzerinde etkilidir. Bunun yanı sıra iletişim sürecinde kullanılacak kanala ilişkin değişkenlerde kaynak üzerinde etkilidir.

İletişim sürecinin diğer bir unsuru kaynak tarafından gönderilen mesaj ya da diğer bir ifade ile iletidir. Mesaj, en temel anlamda kaynak tarafından alıcıya gönderilme arzusunda olan duygu, düşünce, bilgi, tutum veya davranışların kodlanmış ve anlam yüklenmiş halidir. Mesaj, kaynak ve alıcı arasındaki iletişimin sağlıklı olabilmesi açısından son derece önemli bir unsurdur ve bir takım özellikleri taşımadığı takdirde iletişim bozukluklarının temel nedeni olarak gösterilebilir.

Öncelikle mesajın anlamlı olması ya da diğer bir ifade ile karşı tarafın (alıcının) anladığı dilden bir şeyler anlatıyor olması gerekmektedir (Başaran, 1991). İletişim sürecinin başarılı ve etkin olabilmesi için önemli olan bir diğer husus ise mesajın zamanlaması ile ilgilidir. Mesaj anlamlı bir bütün dahi olsa doğru zamanda iletilmeyen mesajın başarılı olması beklenemez. Görüldüğü gibi iletişim sürecinin temel unsurlarından bir olan mesajın bir takım özellikler taşıması gerekmektedir. Aksi halde alıcı tarafından doğru ve kayıpsız bir şekilde algılanması mümkün değildir. Bu noktada kaynak (gönderici) tarafından gönderilen mesajın alıcı tarafından doğru ve kayıpsız bir şekilde algılanması için gereken özellikleri sıralamakta yarar vardır. Mesaj aşağıdaki kurallar kapsamında gönderildiği takdirde başarılı olacaktır. Bu kurallar (Oksay, 1996);

- Mesaj alıcının dikkatini çekecek şekilde oluşturulmalıdır.
- Kaynak ve alıcının ortak deneyimlerini içeren işaretleri içermelidir. Aksi takdirde iletilen mesajın anlamı bozulabilir.
- Mesaj hedef olarak kişilik gereksinimleri uyandırmalı ve bu gereksinimlerin karşılanması için yol gösterici olmalıdır.

İletişim sürecinin bir diğer temel unsuru iletişim kanalıdır. İletişim sürecinde yer alan bu kanallar sahip olunan duyu organları üzerinde uyarıcı etkisi olan ve belirli fiziksel özelliklere sahip olan araçlardır. Diğer bir ifade ile iletişim kanalı, mesajın kaynaktan alıcıya iletilmesi sürecinde kullanılan yol olarak tanımlanabilir (Ozan, 2003). İletişimin etkinliği ile iletişim kanalı arasında önemli bir bağ olduğunu belirtmek gereklidir. İletişim kanalı doğru seçilmez ise, etkin ve etkili bir iletişim sürecinden bahsetmek mümkün olmaz. İletişim kanalının seçimi, iletişimin hangi amaçla yapıldığına, alıcının özelliklerine, kaynağın neyi iletmek istediğine bağlı olarak değişebilir.

İletişim sürecinin diğer bir temel unsuru alıcı (hedef) olarak tanımlanmaktadır. Alıcı (hedef) kaynak (gönderici) tarafından iletişim kanalları ile gönderilmek üzere hazırlanan mesajın hedefi olarak tanımlanabilir. Alıcı iletişim sürecinde bir birey olabileceği gibi bir örgüt, bir topluluk, bir toplum olabilmektedir. Kaynak tarafından gönderilen mesajın alıcıya ulaşması ile iletişim gerçekleşmiş olur. Ancak bu noktada alıcının mesajı anlaması, algılaması gerektiğinin altını çizmek

gerekir. Yani, alıcı tarafından anlaşılmayan bir mesaj söz konusu ise iletişimin gerçekleştiğini söylemek mümkün değildir. Diğer bir ifade ile etkili ve etkin bir iletişim ancak kaynak tarafından gönderilen mesajın alıcı tarafından alınması ve alındıktan sonra da anlam kazandırması ile gerçekleşir (Yıldırım, 2001).

İletişim süreci kapsamında ele alınacak olan son unsur geri bildirim unsurudur. Geri bildirim en temel tanımlama ile kaynak biriminin göndermiş olduğu mesaja karşılık mesaj hedefinin verdiği cevap mesajıdır(Cüceloğlu, 2007). Geri bildirim taşıması gereken özellikleri aşağıdaki tabloda ki gibi özetlemek mümkündür.

Tablo 2. Geri Bildirimin Sahip Olması Gereken Özellikler

Etkin Geri Bildirim Özellikleri	Etkin Olmayan Geri Bildirim Özellikleri
Kişiyeye yardımcı olma amacındadır.	Kişiyeye küçük düşürmeyi ön planda tutar.
Belirli ve ayrıntılıdır.	Geneldir.
Açıklayıcıdır ve bilgiyi paylaşır	Değerleyicidir.
Faydalı ve konu ile ilgilidir.	Konu ile ilgisizdir.
Zamanında gelir.	Zamanlaması doğru değildir.
Açık ve nettir.	Zor anlaşılır.
Konuyu vurgulayıcı niteliktedir.	Kişiyeye ve kişilik üzerine vurgu yapar.
Geri bildirim alan kişinin tutumu olumlu olarak gelişir.	Geri bildirim alan kişinin tutumu kendini savunma olarak gelişir.
Gözlem ağırlıklıdır.	Tahmin ve yoruma dayalıdır.

Kaynak: Koçel, T., 2001.

Görüldüğü gibi, iletişim süreci kaynak (gönderici), mesaj (ileti), iletişim kanalları, alıcı (hedef) ve geri bildirim unsurlarını içerisinde barındıran sürekli bir döngüdür. Bu döngünün sağlıklı ve etkin olarak işlemesi için iletişim sürecinde yer alan her unsurun gerekli özellikler kapsamında etkin bir şekilde çalışması gerekir.

1.1.3. İletişim Çeşitleri

İletişim; tanesinde iletişim kişinin kendisi ile iletişimi, kişiler arası iletişim ve örgütsel iletişim olarak üç başlık altında incelenmektedir.

Kişinin kendisi ile iletişimi Dökmen (1996) tarafından; “bir insanın düşünmesi, duygulanması, kişisel ihtiyaçlarını farkına varması, iç gözlem yapması, rüya görerek kendi içinden mesajlar alması ya da kendine sorular sorarak bunlara cevaplar üretmesi” şeklinde tanımlanmıştır (Dökmen, 1996).

Kişinin kendisi ile iletişimi insanoğlu var olduğu sürece sürekli olarak devam eden ve kişinin yaşadıkları, deneyimleri, psikolojik gelişmeleri ile şekillenen bir süreçtir. Kişiler arası iletişim ise; insan psikolojisi için son derece önemlidir. Nasıl ki yemek, içmek, uyumak gibi fizyolojik eylemler insan bünyesi için son derece önemli ise, kişilerin birbirleri ile kurdukları iletişim de insan psikolojisi açısından o denli önemlidir.

Kişiler arası iletişim, sözlü, sözsüz ya da yazılı iletişim şeklinde ortaya çıkabilmektedir. Sözlü iletişim; ya da bir diğer tabir ile konuşma dili insanoğlunun var oluşundan bu yana kullandığı önemli bir iletişim aracıdır. Toplumların gelişmesinde, geçmiş kuşaklardan yeni kuşaklara bilgi aktarımında özellikle yazının icadına kadar olan süreçte sözlü iletişim son derece önemli rol oynamıştır. Belli bir dönemde ve toplumdaki bireysel ve toplumsal değerler, yaşantılar dil aracılığıyla yeni kuşaklara aktarılmıştır (Zıllıoğlu, 1993).

Kişiler arası iletişimin bir diğer türü olan sözsüz iletişim; beden dili, beden hareketleri, jestler ve mimikler olarak şekillenen bir iletişim türüdür. Diğer bir ifade ile iletişim sözlü olarak yapılıyor olsa dahi, bu iletişim sürecinde göndericinin beden dili, beden hareketleri jestleri ve mimikleri de iletişim sürecinin sessiz boyutu olarak şekillenir. Bu tür mesajlar, iletişimin önemli bir kısmını oluşturur (Mısırlı, 2003). Özellikle günümüzde sözsüz iletişimin öğelerini kullanmak gönderici açısından ve bu iletişim öğelerinin doğru anlaşılıyor olması da alıcı tarafından önem arz eden konulardır. Yapılan araştırmalara göre sözsüz iletişimin özellikleri aşağıdaki gibidir (Cüceloğlu, 2003);

- Duyguları etkili bir şekilde aktarma,
- İletişim eyleminin yokluğunu olanaksız kılma,
- İnsanlar arasındaki ilişkileri tanımlama ve belirleme,
- Belirsiz olma,
- Güvenilir mesaj verme,
- Kültüre göre olma,

Kişiler arası iletişimin bir diğer şekli olan yazılı iletişim özellikle tarihsel süreçte insanlar arasındaki iletişimin gelişmesindeki ilk boyut değişimi olarak tanımlanabilir. Yazının icadından sonra, sözlü ve sözsüz iletişim şekillerinin yanı sıra ortaya çıkan yazılı iletişim; hem kültürel evrimin yönünü ve hızını değiştirmiş, hem iletişimin güvenilirliği üzerinde etkili olmuş hem de kişiler arası iletişime bağlayıcılık unsurunu kazandırmıştır. Ayrıca diğer yandan yazılı iletişim, hem din kurumunun hem de devlet kurumunun güçlenmesinde önemli bir rol oynamıştır (Özkalp ve Kirel, 2011).

İletişim çeşitleri kapsamında son olarak incelenecek olan iletişim türü örgütsel iletişimdir. Örgütsel iletişim; “Örgütün hedeflerine ulaşmak amacıyla yapılan planlama, yönlendirme, koordinasyonu sağlama ve denetim gibi örgütsel eylemleri gerçekleştirmek için örgüt içi ve örgüt çevresiyle sürekli olarak yapılan bilgi alışverişidir” (Türkmen, 1999).

Yukarıda yer alan tanımlamada görüldüğü gibi, örgütsel iletişim örgütün sürdürülebilirliği üzerinde önemli etkisi olan bir faktördür. Çünkü örgütsel iletişimin temelinde örgütlerin hedeflerine ulaşmasına destek olmak yatmaktadır. Bunun yanı sıra örgütsel eylemlerin koordineli ve sinerji yaratacak şekilde oluşması için de örgütsel iletişim gerekli bir olgudur. Örgütsel iletişimin önemi ve sağladığı faydaları aşağıdaki gibi özetlemek mümkündür (Bakan ve Büyükmeşe, 2004);

- Karar alma sürecinde gerekli olan bilgiyi sunar,
- Yönetim tarafından alınan kararların çalışanlar tarafından anlaşılmasını sağlar,
- Çalışan bağlılığını artırır,
- Örgütsel istikrarı sağlar,
- Örgütsel değişim süreçlerinin etkin ve koordineli olarak sürdürülmesini sağlar,
- Stratejik planların etkin bir şekilde uygulanabilmesi için ortam hazırlar.

1.1.4. İletişim Sorunları

İletişim sorunları iletişim sürecinde sıklıkla karşılaşılan bir olgudur. Gönderici ve alıcı arasındaki anlaşmazlıklar, mesajın tam açıklayıcı ve anlaşılır olmaması, yanlış iletişim kanallarının seçilmesi gibi bazı faktörler iletişim

sorunlarının ortaya çıkmasına neden olmaktadır. Bu nedenlerin yanı sıra, kişisel engeller, psikolojik engeller, iletişim amacı sorunları, hedef-alıcı uyumsuzlukları, mesaj içeriği, statü farklılıkları, zaman baskısı, gibi faktörlerde iletişim sorunlarını tetiklemektedir.

İletişim sürecinde sorun yaratan kişisel engeller aşağıdaki gibi özetlenebilir (Devito, 1995);

- İnsanların ön yargılı ve seçici olmaları,
- İnsanların duymak istediklerini duyması ve algılaması, görmek istediklerini görmesi ve algılaması,
- Korku, stres, gibi duygusal durumların gelen mesajın algılanmasında zorluk çıkartması,
- İnsanların sahip olduğu güvensizlik duygusu,
- Aşırı bilgi yükü ve iletişim becerisindeki eksiklik.

İletişim sürecinde sorun yaratan diğer bir engel ise psikolojik engellerdir. Bir anlamda psikolojik engeller için; kişilerden (iletişimin var olan taraflarından) kaynaklanan engellerdir demek doğru bir yaklaşım olacaktır. Psikolojik engeller, dikkat dağınıklığı, iletişimin tarafları arasındaki farklı duygusal durumlar, stres seviyeleri şeklinde örneklenebilir.

1.2. DUYGUSAL ZEKÂ

1.2.1. Kavramsal Olarak Duygusal Zekâ

İnsan zihni, algılama ve anlamlandırma konusunda birbirinden farklı fonksiyonlara sahiptir ve bu fonksiyonların her biri sağlıklı bir şekilde kullanılabilirdiği süre zarfında, bireyin kendisini anlaması ve ifade etmesi açısından en önemli görevi üstlenmektedir. Bu şekilde bireyin yaşamını doğru bir şekilde sürdürebilmesi ve doğru bir şekilde düşünebilmesi açısından zihninin tüm fonksiyonlarını gerektiği noktalarda, gerektiği ölçüde kullanması büyük önem arz etmektedir.

Belki de insan zihninin, son yıllarda sıklıkla dile getirildiği şekilde, en fazla aktif olan fonksiyonu olarak duygusal zekâ, bireyin kendisi ile yaşadığı iletişim kadar dışarıdaki dünya ile ve diğer bireyler ile olan iletişiminde de yönlendirici bir etkiye sahiptir. İnsanın yaşadığı her anı düşünerek ve hissederek yaşaması, buna göre tepkiler vermesi açısından duygusal zekâ, gerçek bir yönlendiricidir ve son yıllarda daha fazla dile getirilen bir kavram olarak ortaya çıkmıştır. Kavramsal olarak bakıldığında duygusal zekâ, insanın kendisini ve çevresini duygusal anlamda değerlendirip son noktada bir tanımlama gerçekleştirmesi, bu tanımlama sonucunda da kendisini tanımlayabilecek bir kimlik oluşturması, hayata kendi bakış açısını belirlemesidir (Çetinkaya ve Alparslan, 2011).

Dulewicz ve Higgs (1999) duygusal zekâ konusunda yapmış oldukları tanımlamada, “bireysel olarak duyguların farkında olunması, söz konusu duyguların kontrol altında tutulabilmesi, değişen şartlar altında, bu şartlara karşı direnme gücünün kaybedilmemesi ve diğer bireylerin düşünce ve duygularının daha detaylı olarak anlamlandırılabilmesi adına sahip olunan bilinç ve faaliyetler bütünü” değerlendirmesini yapmışlardır.

Bu şekilde duygusal zekâ açısından bireyin kendisi son derece büyük bir öneme sahipken, aynı zamanda çevre ile olan ilişkilerde de duygusal zekânın belirleyici ve yönlendirici etkisinin değeri ortaya çıkmaktadır. Kendi düşünsel kimliğini oluşturan bir birey için durum sadece bununla sınırlı kalmamakta, bunun ötesinde diğer bireylerin düşünce ve yaşamlarının da değerlendirilerek onlara dair bir düşünsel kimlik oluşturulması söz konusudur.

Duygusal zekânın oluşumu, zihinsel ve ruhsal anlamda bir dengenin kurulması ile doğrudan alakalıdır. Özellikle olumlu düşünme, çözüm üretme ve çevresel faktörü göz önünde bulundurma gibi yaklaşımlar, bireyin hayatına ve duygusal zeka yetisi ile ilgili faaliyetlerine bir denge getirmesini sağlamaktadır. Bu şekilde, bireyin kazandığı özgüven, başarı odaklılık, sorun çözebilme ve diğer bireyler ile iletişim kurma konusunda kendi yeteneklerinin ortaya çıkışı konusunda yönlendirici bir gücü olmaktadır (Harrod ve Scheer, 2005).

Duygusal zekâ ile birlikte etkileşim sürecinin bir çıktısı olarak bilişsel zekâ kavramı bireyin kendisini hayatının her noktasında kontrol etmesi adına etkilidir; duygusal zekanın temel görevi zihnin rutin işleyişi ve karar mekanizmasının işletilmesinde sorumluluk üstlenmek iken bilişsel zeka temel duygulara yön vermektedir. Genel olarak duygusal zekâ ile bilişsel zekanın ortak olarak hareket etmesi gerektiğine dair bir inanış söz konusu olsa da mutlak olarak her birey için hayatın sorunlu anlarında düşünme zorluğu ve kontrol kaybı söz konusu olabilmektedir. İnsan, rasyonel düşünme temelinde hareket eden bir varlık olsa da çoğunlukla duygular daha fazla ön plana çıkmaktadır ve bu vesile ile de duygusal zekânın bireyi yönlendiren yegane faktör olduğu anlaşılmaktadır (Yelkikalan ve ark., 2012).

Cooper ve Sawaf (1997) bu konuya dair ortaya koydukları yaklaşımlarında, duygusal zekânın bir bütünü ifade ettiğini dile getirmişlerdir. Bu bütünün içerisinde bireyin hisleri, hislerinin onu yönlendirme gücü, sahip olduğu zihinsel enerji, tecrübeleri, insani ilişkileri ve algılama yeteneği yer almaktadır. Bir bakıma ikilinin değerlendirmelerine göre duygusal zekâ birey için bir rutini ifade etse de onun verimli bir şekilde ve kişisel çıkarlar adına kullanılabilmesi bireyin zihinsel ve ruhsal yetenekleri ile de doğrudan alakalıdır.

Duygusal zekâ, birey açısından gelişime açık bir kavramı işaret etmektedir. Buna göre duygusal zekâ, zaman içerisinde insanların geliştirebileceği, içerisinde kendilerinden bir şeyler katabilecekleri ve kendi modellerini, fikirlerini geliştirmelerini sağlayacak bir olgudur. Yapılan araştırmalarda, zihinsel kapasiteleri ve algılamaları yüksek düzeyde olan bireylerin sosyal hayatlarında ve iş yaşantılarında bireysel ilişkilerinin çok da yüksek olmadığını ortaya koymuştur. Bu

açından değerlendirildiğinde duygusal zekâ, bir kişinin ne denli zeki olduğuna bakılmadan, onun kendisini nasıl algıladığını ve nasıl ifade ettiğini önemsemektedir. Bu da zaman içerisindeki tecrübelerle yerleşmekte ve mutlak olarak bireyin zekasından, muhakeme yeteneğinden beslenmektedir (Tuğrul, 1999).

1.2.2. Duygusal Zekânın Özellikleri

Duygusal zekânın oluşum süreci bireyler arasında farklılık göstermektedir. Fakat duygusal zekânın insanlara ortak anlamda, olumlu getiriler sağlayabilmesi açısından taşıdığı özellikler büyük ölçüde ortak olmaktadır. Bu ortaklık, duygusal zekânın, insanların doğuştan sahip olduğu ortak değerlerden kaynaklanmaktadır.

Genel olarak kabul gördüğü şekli ile duygusal zekânın sahip olduğu özellikler şu şekilde sıralanabilir (Goleman, 1996):

- Bireylerin duygusal zekâları ile birlikte, belirli bir konu üzerinde odaklanmaları neticesinde algıları güçlendikçe ve duyguları netleştikçe, duygusal zekânın bireylerin karar mekanizması ve tutum, davranışları üzerindeki etkinliği de artmaktadır.
- Duygusal zekâ ile hareket eden bireylerin, duygusal zekâ ve mantık seviyeleri birbirlerine denk olmaktadır; hatta zaman içerisinde bireylerin duygusal zekâlarına olan bağlılıkları arttıkça mantık kavramının önüne geçmektedir.
- Büyük ölçüde duygusal zekâ, bireyin tutum ve davranışları üzerinde en güçlü etkiye sahip olan duygu ve düşünceler üzerinde gerçekleşmektedir.
- Duygusal zekâ büyük ölçüde bireyin ruh dünyası içerisinde olan öğelerin pratiğe yansımadır.

Bu özellikler temelinde duygusal zekâ, bireyin hayat akışı içerisinde belki de en etkili faktör haline gelmektedir. Duygularını ve mantığını büyük ölçüde aynı oranda kullanan bireyler için duygusal zekâ yaşamlarının devamlılığı açısından yönlendirici olmakta ve bunun dışında hareket edildiği süre zarfında birey sanki kimliğinin dışına çıkarak hareket ettiğini düşünmektedir. Bu nedenle duygusal zekâ

giderek daha fazla ölçüde bireyin hayatının bir parçası haline gelmekte ve onun hayat akışını yönlendirmektedir.

1.2.3. Duygusal Zekâyı Yaratan Faktörler

Duygusal zekânın ortaya çıkışında etkisi olan faktörlere bakıldığında beş farklı olgunun ön plana çıktığı görülmektedir (Çetinkaya ve Alparslan, 2011):

- **Özbilinç:** İnsanların kendilerini tanımaları ve çevrelerine tanıtılmaları açısından son derece büyük bir önemi olan özbilinç ile kendisini fark etmesi, dolayısı ile çevresini de tanıması mümkün olmaktadır. Bu, zaman içerisinde bireye her anlamda bir yetkinlik kazandıracaktır. Zamanla kendisinden emin olan ve çevresinin neler yapmaya çalıştığını, neler düşündüğünü algılayabilen birey bu şekilde kendisini toplum içerisinde var etmek adına bir bilinç de kazanacaktır.
- **Otokontrol:** Bireysel olarak sahip olunan düşüncelerin ve taşınan hislerini doğru yönde kontrolünün gerçekleştirilebilmesi, öncelikle kendisini yönetebilmek adına bireye bir kudret sağlayacaktır. Otokontrol ile insanlar anlık ve duygulara odaklanmış şekilde gerçekleştirilen eylemlerin önüne geçmekte, böylelikle de zarar verecekleri ya da zarar görecekları davranışlardan uzak kalabilmektedirler. Oluşacak denge ile bireyin toplumda var olmak adına verdiği mücadelede belirli oranda gücü söz konusudur.
- **Motivasyon:** Geliştirilen ve kontrol edilen duygu ve düşünceler, zaman içerisinde bireyin kendisini farklı konular için farklı şekillerde motive etmesi açısından son derece yararlı sonuçlar doğurmaktadır. Özellikle başarısızlık, ümitsizlik, endişe ve korku gibi kavramlardan kendi motivasyonu ile uzak durabilen bireyler daha fazla başarı odaklı hareket edebilmektedirler. Ayrıca sorumluluk alma konusunda var olan endişelerden ortadan kaldırılarak aktif olarak sürdürülen hayatın her alanında daha rahat hareket edilmesi mümkündür.
- **Empati Kurabilmek:** Duygusal zekâ için ileri bir seviye olan empati ile birey artık kendisine odaklanmaktan çıkmakta ve çevresini anlamaya

odaklanmaktadır. Bilhassa çevrenin algılanabilmesi, bireyin atacağı adımlar konusunda kendi kendisini önceden hazırlayabilmesi ve etrafındaki her bir olay ve olgu için ayrı bir eylem geliştirebilmesini sağlamaktadır. Kişiliğini sağlam temeller üzerine oturtan bireyler açısından empati ile çevreyi tanımlamak ve buna göre hareket etmek mutlak olarak bireylerin insani ilişkilerini de geliştirecektir.

- **Beşeri İlişkiler:** Empati kurma süreci sonrasında ortaya çıkan beşeri ilişkiler, bireylerin hayatlarını devam ettirebilmesi açısından son derece değerlidir. Özellikle iş hayatı gibi aktif ve zorlu ortamlarda kurulabilecek sağlam ve getirileri olumlu olan beşeri ilişkiler bireyler açısından mutlak olarak başarının ve mutluluğun temel faktörleridir. Her bir birey, mutlak olarak iletişim kurmaya muhtaçtır ve bu ilişkilerin doğru bir şekilde gerçekleştirilebilmesi adına duygusal zekanın aktif olarak bireylere yardımcı olması gerekmektedir.

Duygusal zekâ, bireyin kendisi ile başlamakta ve çevre ile olan iletişimi ile devam etmektedir. Bu nedenle başlangıçta atılacak doğru, pozitif yönlü ve kalıcı adımlar, bireyin hayatının her alanında ayakta kalabilmesi adına yegane eylemlerdir. Gerektiği zaman dilimleri için verilmesi gereken tepkiler bireyin sürekli olarak yoluna devam edebilmesini sağlamaktadır (Lopes ve ark., 2004). Bunun mümkün olabilmesi açısından ise yukarıda sayılan faktörlerin, duygusal zekâsını kullanma çabası içerisinde bireyler tarafından mutlak olarak göz önünde bulundurulması gerekmektedir.

Sıralanan duygusal zekâ unsurları arasında belki en önemlileri olan özbilinç ile empati yeteneği bireyin duygusal zekâsının niteliği konusunda belirleyicidir; bu unsurlar ile birey kendisini anlama ve çevresini tanıma imkanı bulmaktadır. Zaman içerisinde özbilinç ve empati ile birlikte bireylerin hata yapmaları ve vermemeleri gereken tepkilerin ortaya çıkması da muhtemeldir. Fakat duygusal zekânın doğru yönde kullanımı noktasında ısrarcı olan bireyler için sorunların ortadan kaldırılması da giderek daha fazla kolaylaşmaktadır.

Bu sürecin sonunda ortaya çıkabilecek muhtemel olumlu sonuçlar ise bireylerin önce zihinsel daha sonrasında ise fiziksel performanslarını büyük ölçüde

arttıracaktır. Duyguların düşünceleri düşüncelerin de eylemleri yönettiği insanoğlu için elde edilecek tecrübeler belirleyicidir. Çünkü duygusal zekâ genetik olarak nesillerin birinden diğerine aktarılabilen bir kavram değildir; duygusal zekâ bireyler ortaya çıkar ve bizzat bireyin kendisi duygusal zekâsına yön vermektedir. Sadece belirli çevresel etkiler bireyin duygusal zekâsının şekillenmesine olanak sağlamaktadır; bunun dışındaki süreç içerisinde sorunluluk tamamı ile insanın kendi inisiyatifine kalmaktadır.

1.2.4. Duygusal Zekânın Boyutları

1.2.4.1. Duyguların Farkında Olma

Sağlıklı düşünebilen her birey, duygularının farkında olmaktadır. Bu durum, bireylerin normal hayat akışı içerisinde gerçekleştirebildikleri bir eylemdir. Duyguları fark etme sürecinde ortaya çıkan her bir düşünce ve his birbirlerinden bağımsız olsa da bireyin ortaya koyacağı tepkiler neticesinde bir bütünü oluşturmaktadır. Birey duygularını fark ettiğinde, kendi iç dünyasını, sahip olduğu yeteneklerini, sahip olduğu, ancak dışı vuramadığı düşüncelerini, çevresine dair yürütmüş olduğu fikirleri ve taşıdığı güçlü/zayıf yönlerini de keşfetme şansını yakalamaktadır (Goleman 2000). Kendisi ile ilgili konularda genel olarak bilinç düzeyi yüksek bireylerin doğal olarak çevre ile iletişim kurma konusundaki meziyetleri de üst düzeyde olmaktadır ve bu durum onlara olumlu getiriler sunmaktadır.

Duyguların farkında olma sürecinde bireylerin en fazla zorluğunu yaşadıkları konu, sahip oldukları duygu ve düşüncelerin çevreleri tarafından nasıl algılanabileceği konusunda herhangi bir şekilde fikirlerinin olmamasıdır. Bu belirsizlik belirli oranda bir endişenin ortaya çıkmasına ve duyguların, düşüncelerin bireyin kendi içerisinde belirlenmesinde ciddi boyutlarda tereddütlerin yaşanmasına sebebiyet verebilmektedir. Nihayetinde ise bu tereddütler bireylerin çevreleri ile olan iletişimlerinde bir ifade etme etme ve kimlik yaratma sorununu beraberinde getirebilmektedir.

Bu nedenle bireyler açısından en fazla dikkat edilmesi gereken konu, özgüvendir. Bireyin kendisi ile başlayan süreçte, duygularını anlama ve algılama konusundaki özgüveni, dışarı ile iletişim sürecinin ilk ve en önemli aşamasıdır. Bir

başka deyişle özgüven, insanların kavramlar arasında olumlu/olumsuz ayrımı yapabilmelerine, bunu da kendi içlerinde gerçekleştirebilmelerine yardımcı olmaktadır (Ural 2001).

Özgüven ile ortaya çıkan kararlılık, bireyin kim olduğunu kavramasını ve buna göre bir hareket planı belirlemesini de beraberinde getirmektedir. Bu plan doğrultusunda ilerleyen bireyin, hem kendisi hem de çevresi tarafından kabul gören bir kimliği oluşmaktadır. Bireysel, iç iletişim, başlangıç noktası olmak ile birlikte hayatın geri kalanında ne tür hedefler konulması hususunda da yardımcı olmakta ve daha kararlı tutum ve davranışlar geliştirilmesinin yolunu açmaktadır.

1.2.4.2. Duyguları İfade Edebilme

Kendisini doğru bir şekilde tanımlayabilen ve bunun üzerine bir yaşam felsefesi inşa eden bireyler için artık bir sonraki aşama, üzerinde karar kılınan duyguların ifade edilebilmesidir. Kendisini bilen ve ne yapması gerektiği konusunda emin olan kişiler için hayata dair takip edilecek olan plan bir bakıma bireyin nihai yol haritasını meydana getirmektedir.

Özellikle kendisini, hayatının en aktif alanları olan eğitim ve iş gibi mecralarda doğru şekilde ifade edebilmek, başarının ve sürekliliğin önemli unsurudur. Bu şekilde bireyin kimliği ve kişiliği çevre tarafından da kabul görmektedir. Zaman içerisinde aktif olduğu her alanda kendisini kabul ettiren birey açısından, karşındakilerin empati kurmasına gerek kalmadan onu tanımaları da kolaylaşmaktadır. Buna göre bireyin kendisini tanıması ile kendisini tanıtmayı birbirini takip eden, birinin diğerini doğrudan etkilediği bir süreci yaratmaktadır (Ural 2001).

Bu şekilde silsile tamamlanmış olarak gözüke de duyguların ifade edilebilmesi açısından da bireylerin çeşitli sorumlulukları söz konusudur. Hepsinden önemli olarak bu sorumlulukların başında dışarıya karşı sergilenen tutum ve davranışların düzeyli, nitelikli ve bireyi gerçek anlamda tanıttıkları şekilde olması gerekmektedir. Duyguların ifade edilmesi aşamasında, bireyin duygu ve düşünceleri ile çelişecek davranışların sergilenmesi, mutlak olarak yanlış bir tanıttıma sebebiyet verecek, bireyin dışarı ile iletişim kurmasını giderek zorlaştıracaktır (Dökmen 1998).

İnsanların hata yapma konusundaki eksiklikleri ve hataları söz konusu olsa da bunların en alt düzeye çekilebilmesi adına sergilenecek tutum ve davranışlarda asli duygu ve düşünceler ile olan koordinasyon önemlidir. Bazı hatalar çevre tarafından hoş görülecek olsa da asıl olarak beslenen ve şekillendirilen duyguların ifade edilmesin yaşanacak sorunların uzun vadede tekrar edilmesi sonucunda hoşgörünün de ortadan kalkması söz konusudur. Söz konusu devamlılığı olan davranışlar bireyin kimliğini yansıtacağından dolayı, bu noktada mutlak olarak sadece duygularla değil, mantığın da devreye gireceği bir süreçte, sahip olunan duyguların doğru bir biçimde şekillendirilmesi ve çevreye iletilmesi gerekmektedir. Bu süreçte oluşacak olumlu ya da olumsuz yöndeki kimlik gelişimi çevrenin zihninde kalıcı bir yer edebilecek ve belki de bireyin hiç istenmediği şekilde negatif yönlü algılanmasına sebebiyet verebilecektir.

1.2.4.3. Çevrenin Duygularını Anlamlandırma

Duygusal zekâ açısından belki de en önemli faktörlerden biri olarak empatinin duyguları anlama ve ifade etme sonrasındaki süreçte çevreyi anlama konusunda önemli bir etkisi bulunmaktadır. Empati kurmanın bireye kazandırmış olduğu en önemli şey, çevresinin neler düşünebileceğini ve neler yapabileceğini zaman içerisinde son derece iyi bir şekilde algılayabilmesidir. Büyük ölçüde bu durum tahmine dayalı olsa da kendisini anlamak ile başlayan süreçte bireyler mutlak olarak çevresini de tanıma şansı elde etmektedir. Duygusal zekâ bu noktada kendinden yola çıkan bireyi mümkün olduğunca doğru şekilde yönlendirmektedir.

Sosyal bir hayat yaşama konusunda zorunlulukları olan birey, bu hayatı sürdürdükçe çevresindeki bireyleri, olumlu ve olumsuz tecrübeler eşliğinde daha iyi tanımaya başlamaktadır. Bu süreçte birey için birçok faktörü ve olguyu da birbirinden ayırt edebilmek kolaylaşmaktadır. Aynı zamanda bu hali ile insanların kendileri ve çevreleri ile ilgili kararlar vererek, bir yol haritası belirlemesi ve kararlarını uygulaması mümkün olmaktadır. Mutlak olarak çevrenin bireye karşı sergilediği tutum ve davranışların, söz konusu yol haritasının belirlenmesinde önemli bir etkisi bulunmaktadır (Goleman 2000).

Çevrenin duygularını anlamlandırma sürecinde bireyin en önemli görevi, her bir birey için karşılaşmış olduğu davranışları ve olayları, kendi duygu ve düşünceleri

dahilinde değerlendirmesidir. Bu şekilde birey için temel hareket noktası, çevresine ne sunduğu, çevresinden ne gördüğü ve buna paralel olarak çevresi için gelecekte ne adımlar atacağıdır. Özellikle bireylerin karşılardakilerin taleplerini doğru şekilde anlamaları son derece önemlidir ki süreci bencil bir duygu bütünü ile yürüterek sadece kendi çıkarlarını düşünmek bireyin zaman içerisinde çevresi ile çatışmasına yol açacaktır.

İnsanların, aktif olarak sürdürdükleri hayat akışı içerisinde çevrelerinden bağımsız ve onları hiçe sayarak hareket etme şansları bulunmamaktadır. Nasıl bir kişi kendi duygularını anlama konusunda çaba sarf edip buna göre hareket ediyorsa, aynı şekilde çevresini de mümkün olduğunca doğru şekilde anlayabilmeli, en azından tahmin edebilmeli ve duygusal zekâsı ile şekillendirdiği kimliğinin ve kişiliğinin içerisine bu öğeleri de dahil etmelidir.

1.2.5. Duygusal Zekânın Gelişim Sürecinde Etkili Olan Faktörler

Duygusal zekânın gelişimi noktasında, arka planda kalan, ancak bu gelişime dolaylı olsa da etkisi bulunan faktörler bugüne dek çeşitli araştırmalarda dikkate alınmaya, araştırılmaya ve test edilmeye çalışılmıştır. Genel olarak bu gelişim açısından dolaylı olarak etkisi bulunan ve kabul gören faktörleri şu şekilde sıralamak mümkündür (Tuğrul, 1999):

- **Yaş:** Duygusal zekânın gelişimi, bireyin yaşının ilerlemesi ve ilerleyen bu yaş sürecinde de elde ettiği tecrübelerle dolaylı olarak ilgilidir. Geçirdiği bir yaş içerisinde bireyler yeni şeyler öğrenmekte ve bu şekilde de duygusal zekalarını anlama ve yönlendirme konusunda yeni fikirler edinmektedirler.
- **Cinsiyet:** Kadın ve erkekler için duygusal yapıları mutlak olarak bir farklılık arz etmektedir. Buna paralel olarak yaşamış oldukları sürecin cinsiyet durumlarına göre kendilerine sağladığı belirli avantajlar ve dezavantajlar, onların duygusal zekâ gelişimleri açısından farklı düşünmelerini ve farklı hissetmelerini de zorunlu kılmaktadır. Her kadın ve her erkek birey hem cinsiyetleri hem de farklı bireyler olmaları neticesinde birbirinden farklı duygusal zekâ modelleri geliştirmektedirler.

- **Aile ve Çevre:** Bireyin içerisinde büyümüş olduğu aile kültürü ve zaman içerisinde adapte olduğu çevre, kişiliği ve alışkanlıkları başta olmak üzere birçok noktada onu yönlendirmektedir. Öyle ki ailenin ve çevrenin yarattığı baskı ya da sunmuş olduğu rahatlık çerçevesinde birey kendisine bir hayat akışı belirlerken, aynı zaman zihinsel açıdan da kendisi için farklı bir model geliştirmektedir. Bu model, aldığı kültürün ve zaman içerisinde etkisi aldığı kültürün bir yansıması ve bir karmasıdır. Her ne kadar bu durum zihinsel ve duygusal olarak bir karmaşaya sebebiyet verse de sağlıklı düşünebilen her birey için zamanla olumlu ve olumsuz duygusal zeka faktörlerini belirlemek kolay olacaktır.

Bu üç temel etken, bireyin kendisini ve kimliği bulma konusundaki çabasının doğrudan etkilendiği unsurlardır. Bununla birlikte de birey kesin olarak zaman içerisinde bu unsurların etkisi ile duygusal bir gelişim yaşamaktadır ki yaşanan ve karşılan her bir olay ve birey, kişisel gelişim açısından bir etkindir. Bu etkenlerin hemen hepsi bireyin kötü ya da iyi hissetmesi açısından önemli iken duygusal zekâ bu süreci bir düzene sokmakta ve bireyin kendisine ait yaklaşımlar geliştirmesine olanak tanımaktadır (Tuğrul, 1999).

1.2.6. Duygusal Zekâ Üzerine Geliştirilen Modeller

Duygusal zekâ adına zaman içerisinde birçok sosyolog başta olmak üzere bilim adamı tarafından modeller geliştirilmeye çalışılmıştır. Bunların arasında konuya odaklı olarak çalışan akademisyenler de konuya farklı boyutlar kazandırmaya çabalamışlardır.

Bunlar arasında dört model dikkati çekmektedir:

- **Mayer ve Salovey Modeli:** John D. Mayer ve Peter Salovey tarafından geliştirilen ve “duygusal yeterlilik” olan isimlendirilen bu modelde bireylerin zihinsel olduğu kadar fiziksel olarak yeterlilikleri onların sağlıklı bir şekilde kendilerini dışa tanıtmalarının çevresel algı açısından son derece önemli olduğunu dile getirilmektedir (Çakar ve Arbak, 2004).

- **Bar-On Modeli:** Reuven Bar-On tarafından geliştirilen bu modelde duygusal zekanın gelişimi konusunda etkin olan faktörün, bireyin gündelik hayatı içerisinde karşılaşmış olduğu olayların etkisi olduğu varsayılmaktadır. Bar-On modelinin beş boyutu söz konusudur. Bunlar, bireysel, beşeri ilişkiler, çevresel uyum, stres yönetimi ve bireysel ruhsal durumdur (Çakar ve Arbak, 2004).
- **Cooper ve Sawaf Modeli:** ilk iki modelden farklı olarak dört boyutta ortaya çıkmaktadır: Duyguları öğrenme, duygusal zindelik, duygusal derinlik ve duygusal simya. Bu dört boyutun temeli bireyin kendisini bilmesi ve anlamasıdır. Cooper ve Sawaf için en önemli bölüm olan bu nokta, gelecek adına insanların kendilerini tanıtarak toplum içerisinde bir yer edinebilmeleri adına son derece etkili olmaktadır (Çakar ve Arbak, 2004).
- **Goleman Modeli:** Goleman da duygusal zekânın gelişimi konusunda beş aşamanın varlığından söz etmektedir. Buna göre birey öncelikle kendi duygularını fark edebilmeli, bunları yönetebilmeli, her türlü karşılaşılacak soruna karşı kendi kendisini motive edebilmeli, empati kurma konusunda yeteneğe sahip olması ve sosyal anlamdaki yeteneklerinin varlığı ile bunların devamlılığı önemlidir (Çakar ve Arbak, 2004).

1.2.7. Duygusal Zekâ ve Sportif Beceriler

Sporcularda duygusal zekânın sportif beceriler üzerinde pozitif etkileri, sporcunun kendi iyimserliklerinden kaynaklanmaktadır (Malinauskas ve Vazne, 2014). Duygusal zekânın sportif becerileri etkilediği gibi, sportif becerilerinde duygusal zekâdan etkilendiği düşünülebilir. Mücadele hırsı gerektiren spor dallarında uyarılma ve duygu kontrol düzeyleri gelişim göstermektedir (Szabo ve Urbán, 2014). Atletik performans üzerinde duygusal kontrol tekniklerinin geliştirilmesine yardımcı olan faktörlerin potansiyel bir etkisinin olduğu antrenörlerin söylemlerinden biridir (Jones, 2003). Aynı zamanda duyguları yönetme ve anlama yeteneği olmayan antrenörler kırılma başarılarına yol açabilmektedir (Haime, 2011). Her spor aktivitesinde başarı sporcu morfolojisi, entelektüel nitelikler ve duygusal özelliklere

bağlıdır. Fizyolojik ve fonksiyonel özellikler, taktik bilgisi ve teorik bilginin duygusal zeka ile bir denklem oluşturduğu düşünülebilir (Lozovina ve ark., 2012).



1.3. PROBLEM ÇÖZME BECERİSİ

Problem, sorun gibi kavramlar insanoğlunun hayatını neredeyse tamamında sürekli karşılaştığı kelimelerdir. Sorunların hayat boyunca var olacağını bilen insan hayatı boyunca sorunlara çözüm üretebilme konusunda kendini eğitime ve aşma gayreti içinde olur.

1.3.1. Problem Kavramı

Problem kelimesi Latince bir kavram olup, Arapça’ da, “mesele” kavramına karşılık gelirken, günümüz Türkçesi’nde problem kavramına karşılık olarak “sor” kökünden türetilen “sorun” kavramına karşılık gelmektedir. Sorun kavramı, çözümlenmesi, öğrenilmesi, bir sonuca varılması anlamlarına gelen engelli ve sıkıntılı bir durumu ifade eder. Türk Dil Kurumu Türkçe sözlüğünde sorun, “düşünülp çözülmeye, konuşulup bir sonuca bağlanmaya değeri ya da gerekliliği olan durum” olarak açıklanmıştır (Kalaycı, 2001). Farklı dillerdeki sözlüklerde ise, karşılığı bilimsel yolla bulunması gereken soru, dikkat ve düşünce gerektiren güçlük, sorun, mesele, güçlük, içinden çıkılması güç durum, can sıkıcı şey olarak tanımlanmaktadır (Sungur, 1997).

Araştırmacıların çalıştıkları alan ve konulara göre problem ve problem çözme kavramları değişik şekillerde tanımlanmıştır. Dewey’egöre problem, insan zihnini karıştıran, ona meydan okuyan ve inancı belirsizleştiren her şey olarak tanımlanırken, Bingham (1998)’e göre, bir kişinin istenilen hedefe ulaşmak amacıyla topladığı mevcut güçlerinin karşısına çıkan engel, Morgan (1999)’a göre ise, bireyin bir hedefe ulaşmada engellenme ile karşılaştığı bir çatışma durumu olarak ifade edilmektedir (akt. Güçlü, 2003).

Aslan (2002) problemi, “içinde bulunulan durumda bir tehlike ya da asılması gereken bir güçlükle karşı karşıya olmak” şeklinde tanımlarken; Cüceloğlu (2003), “bireyin ulaşmak istediği hedefe ulaşmasına ket vuran engeller sonucunda ortaya çıkan durum” olarak, Karasar (2009) ise, “bireyi fiziksel yada düşünsel yönden rahatsız eden kararsızlık ve birden çok çözüm yolu olasılığı görülen her durum” şeklinde ifade edilmektedir.

Tanımlardan da anlaşılacağı üzere problem belirsizliği, doğruluk ve gerçeklik bakımından net bir kanaatin sağlanamamasını içeren bir anlamı ifade eder. Problem; uyumsuzluk, belirsizlik ve düzensizlik durumlarına karşılık gelen bir tabirdir (Kalaycı, 2001).

Bingham (1998)'e göre her problemin üç temel özelliği vardır. Bunlar,

- Bireyin belirlediği bir amacı vardır,
- Bireyin amaca giden yolunda bir engel vardır,
- Birey, kendisini amaca ulaşmaya teşvik eden içsel bir gerginlik duyar.

John Adair problemi, “sizin önünüze atılmış, sizi engelleyen bir durum” olarak tanımlamış ve problemlerin bir çoğunda çözümün tüm elemanlarının bulunduğunu, tek yapılması gerekenin orada duranların tekrar düzenlenmesi gerektiği düşüncesini savunmuştur. Stevens (1998)'a göre problem, bir ortam ya da durumdan daha çok tercih edilen bir başka ortam veya duruma geçiş sırasında önümüze çıkan engeller, zorluklar olarak tanımlanırken, Keenland (2000)'e göre ise problem, her şeyin olması gereken durumu ile var olan durumu arasındaki fark olarak tanımlanmıştır (akt. Kalaycı, 2001).

Altun (2002:68) problemi, bireysel bazda bireyin ulaşmak istediği bir amaca ulaşmasını engelleyen etmenlerden oluşan basit ve karmaşık bir süreç, zor ya da sonucu belirsiz bir sorun olarak tanımlarken, Açıkgöz (2000) ise, organizmanın hazırdaki tepkilerle çözemediği durumlar olarak ifade etmiştir.

1.3.2. Problem Çözme Kavramı

Problem kavramıyla ilgili literatür incelendiğinde birbirinden farklı pek çok tanım olduğu görülmektedir. D'Zurilla ve Goldfriend (1971) problemi, bireyin iç ve dış görevlere tepki vermede güçlük çektiği bir durum olarak tanımlarken, Bingham (1998) problemi, bir kişinin istenen hedefe ulaşmak amacıyla topladığı mevcut güçlerinin karşısına çıkan engel, Morgan (1999) ise problemi, bireyin hedefe ulaşmada engelleme ile karşılaştığı bir çatışma durumu olarak ifade etmektedir. Tüm bu tanımlar çerçevesinde problem kavramını bireyin kendisi veya çevresindeki etkenlere verdiği tepkilerdeki zorlanma, hedefler önünde engel teşkil eden bir durum

ve engellerin oluşturduğu huzursuzluk hali olarak açıklayabiliriz. Araştırmacıların “problem çözme” kavramı için de değişik tanımlar ortaya koydukları görülmektedir. Tanımlara bakıldığında; D’ Zurilla ve Goldfriend (1971), problem çözmenin öğrenme, bilişsel strateji oluşturma, etkili tepki verme gibi sonuca yönelik boyutlarını önemsedikleri, D’zurilla ve Goldfried’in (1971) problem çözmeyi, problemlili bir durumla başa çıkabilmek için etkili tepki seçeneklerini oluşturma ve bu seçeneklerin en etkili olanını veya olacağı düşünüleni seçebilmeyi içeren bilişsel, davranışsal bir süreç olarak tanımladığı görülmektedir (Taylan, 1990). Ayrıca Heppner ve Krouskopf (1987) problem çözmeyi, iç ya da dış istekler ve çağrılara uyum sağlamak amacı ile davranışsal tepkilerde bulunma gibi bilişsel ve duygusal işlemleri bir hedefe yöneltme olarak ifade ederken, Morgan (1999) ise problem çözmeyi, karşılaşılan engeli aşmanın en iyi yolunu bulmak olarak tanımlamaktadır. Problem çözme öğrenilmesi ve geliştirilmesi gereken bir beceri olmalıdır. Problem çözme becerisi çok boyutlu bir kavram olması sebebiyle; zeka, duygu, irade ve fiil gibi kavramları bünyesinde barındırmaktadır (Bingham, 1998). Özgüven, objektiflik ve yaratıcı düşünebilme gibi bireysel özellikler de problem çözme yeteneğini olumlu yönde etkilemektedir. Tüm bunlara rağmen, insanlar problem çözme konusunda her zaman başarılı olamamaktadır. Problem çözme sürecindeki amaç; problem içeren durumu iyi yönde değiştirmek ve probleminden kaynaklanan huzursuzluğu azaltmaktır. (D’Zurilla ve Maydeu-Olivares, 1995).

Bilim ve teknolojiye ortaya çıkan yeniliklerin her geçen gün daha da artması ve çeşitlilik kazanması yeni durumlar karşısında, yöneticilerin pek çok alternatif arasından seçim yapabilmesini sağlamaktadır. Bu ise yöneticilerin soruna en uygun çözüm yolunu üretebilmesi ve bu sayede problem çözme becerilerinin gelişmesi ve niteliklenmesini beraberinde getirir. Aynı zamanda liderlik özelliklerinin bu vesile ile geliştirilmesi diğer önemli bir sonuç olarak karşımıza çıkmaktadır.

Problem çözme konusunda yetersiz kalan bireylerin bu yeteneğe sahip bireylere nazaran daha kaygılı oldukları çevrelerindeki bireylerle ilişkilerinde aksaklıklar yaşadıkları ve duygusal açıdan zayıfladıkları ortaya çıkmıştır. Bu durumda olan bireylerin psikolojik açıdan da çeşitli uyum sorunları yaşadıkları gözlenmiştir. (Heppner ve Baker 1997).

Zekâ, stres, dışa dönük olma durumları problemin etkili bir şekilde çözülmesindeki en önemli unsurlardır diye kabul eden Jerath, Hasija ve Malhotra (1993) göre, etkili bir problem çözmeyi öğrenmedeki önemli diğer bir durum da kaygıdır. Endişesi fazla olan kişiler, problemin çözümüne odaklanmakta gecikmektedirler. Problemi her çözemedikleri anda kaygıları daha da artan bu kişilerin problem ile ilgili çözüme odaklı durumları ortadan kalkmaktadır. Okullarda problem çözme becerisi çocuklara kazandırılmalıdır. Yapılan araştırmalara göre, aldıkları eğitimler ile bireylerin problem çözmedeki yeteneklerinin arttığı görülmüştür. Bingham, merak olgusunun geliştiği, fikirlerin açık ve net şekilde söylendiği, bireylerin önemsendiği ortamlarda problem çözme yetenekleri artış göstermektedir.

1.3.3. Problem Çözme Aşamaları

Üzerinde durulduğu üzere problem çözme işi, belirli bir olgu ile baş edebilmek için etkili yöntemler oluşturmayı, oluşturulan yöntemleri akılcı bir şekilde uygulamayı içeren davranış sürecidir. İnsanlar çoğu zaman problem çözme yeteneğine sahip olduğunu düşünür. Ancak gerçekten bu konuda bilgi ve donanıma sahip çok az insan vardır (Kneeland, 2001). Bir problem ile karşılaşıldığında öncelikle analiz ve karar verebilmek çok önemlidir. Öte yandan bireyler problemlerini kendi kişilik ve yetiştirilme tarzları ile birlikte okulda edindikleri bilgilerle, kendi kişisel yöntemlerini oluşturarak çözme yoluna giderler (Arnold, 1992). Ancak problem çözme yeteneğinin öğrenilebilir bir beceri olduğu da dikkatten kaçmamalıdır. Bu sebeple bilinmesi gerekli olan ilk husus problem çözme sürecinin öğrenilebilirliği.

Problemin çözümü, belirli bir hedefe ulaşmakta karşılaşılan engellerle başa çıkabilme sürecidir. Bu süreç de mevcut şartlara uyup engelleri azaltmayı ve bu yolla çatışmadan bir iç düzene ulaşma sayesinde kurtulmayı içermektedir. (Sungur, 1997).

Problem çözme sürecinde gerekli olan tutumlar, problemden probleme ve kişiden kişiye farklılık arz eder. Ancak çözüm sürecinde belirli temel aşamalar vardır. Problem çözme süreci içerisinde belirlenen genel aşamalara yönelik modeller, John Dewey'in 1910'dan beri kullanılan modelinin az çok değiştirilmiş biçimleridir. Problem çözmenin yöntemi içerisinde; anlama ve belirleme teorik olarak çözüm

tasarlanması, çözüme olumlu manada ulaşılan kadar denemeye devam etme gibi aşamalar bulunmaktadır (Oğuzkan, 1993). Bu süreç, yaratıcı ve bilimsel düşünme yeteneğini gerektirir.

Problem çözüme sürecinin aşamalarını aşağıdaki gibi sıralamaktadır Stevens (1998):

- Problemin anlaşılması,
- Gerekli bilgilerin toplanması,
- Problemin köküne inilmesi,
- Çözüm yollarının ortaya konulması,
- En iyi çözüm yolunun seçilmesi,
- Problemin çözülmesi.
- Ancak bu aşamalar çoğaltılabilir. Bingham'a (1998) göre ise, problem çözüme sürecinin aşamalarını şunlardır:
 - Problemi tanımak ve onunla uğraşmak gereksinimini hissetmek,
 - Problemi açıklamaya, niteliğini, alanını tanımaya ve onunla ilgili ikincil problemleri kavramaya çalışmak,
 - Problemle ilgili bilgileri toplamak,
 - Problemin özüne uygun düşecek verileri seçmek ve düzenlemek,
 - Toplanmış verilerin ve problemle ilgili bilgilerin ışığı altında çeşitli olası çözüm yollarını saptamak,
 - Çözüm şekillerini değerlendirmek ve duruma uygun olanlar arasından en iyisini seçmek,
 - Kararlaştırılan çözüm yolunu uygulamak,

- Kullanılan problem çözme yöntemini değerlendirmek.

Her çözüm için verilmiş olan bu aşamaların tümü kullanılmayacağı gibi, çözüm işi de aynı sıraya göre yapılamayabilir.

Küçükahmet (2000) problem çözme sürecinde başarılı olmak için aşağıdaki aşamaların izlenmesinin faydalı olacağını belirtmektedir:

1. Heyecanlanma: Bütün öğrenme tecrübeleri aynı şekilde baslar; heyecanlanma. Bunun için ilk yapılacak iş problemi dikkatlice hissetmektir.

2. Algılama: Problemi çok iyi anlamak gerekir.

3. Hafıza: Benzer bir probleme ilişkin geçmiş tecrübeler hafızada canlanır.İşi o zaman kullandığı yöntemleri hatırlar.

4. Düşünme: Özellikle yaratıcı düşünme problemin pek çok noktalarının göz önünde tutulmasına neden olur.

5. Dikkat ve dikkatin bir yerde toplanması: Enerji başka konulara dağılmadan problem üzerinde yoğunlaşır.

6. Güdülenme: Problem çözümü üzerinde direnmeye yardım eder (Küçükahmet, 2003).

1.3.4. Problem Çözme Becerileri

Bir kimsenin istenilen hedefe ulaşmak amacıyla topladığı mevcut güçlerinin karşısına gelen engele problem denir (Yıldırım ve Özkahraman, 2011). Problem çözme ise; istenilen hedefe ulaşabilmek için etkili ve yararlı olan araç ve davranışları seçme ve kullanma yolu olarak da tanımlanmaktadır (Vural, 2004). İnsanlık tarihi penceresinden bakıldığında insanoğlunun her dönemde karşılaştığı sorunlarla olan mücadelesini izleriz. Günümüz dünyasına yaklaştıkça problemlerin nitelikleri ve zorluk dereceleri daha da girift ve aşılması zor bir hale bürünmüştür. Bu da problem çözme becerisini insan yaşamında çok önemli bir konuma getirmektedir (Alagözlü, 2006).

Problem çözüme konusunda her bireyin kendine göre beceri ve yöntemleri olmakla birlikte toplumlara yön veren büyük fikir insanlarının konuyla ilgili belirli tespitleri vardır;

1. Problem çözümedeki adımlar; kişinin problemle ilgili bilgiyi ve malzemeyi topladığı hazırlık basamağı; kişinin bir süreliğine çözüm aramaktan vazgeçtiği kuluçka dönemi; kişinin kavrayış gücünde artma olduğu ve ani, tümüyle yeni fikirlerin oluştuğu aydınlanma dönemi ile son olarak kişinin fikirlerinin çalışıp çalışmadığını sınıadığı değerlendirme dönemi oluşturur.
2. Bireysel etkenler ise kişinin işe başlamasına ve problemin çözümünü toparlamasına yardımcı olan güdülenme; insanların bu zamana dek yararlandıkları belli şeyleri yapma şekillerinin, yeni problemleri ele alma biçimini etkilediği kurulum ve belli ilkeler uyarınca doğru muhakeme etmeyi sağlayan mantık kuralları oluşturur (Morgan, 1999).

Problem çözüme becerisi az ya da çok her insanda belirli şekilde var olan bir değerdir. Bazı insanlar diğerleriyle benzer problemlerle karşılaştığında diğerlerine nazaran daha hızlı ve kesin çözümler üretebilirler. Problem çözüme becerisi konusunda yapılan bazı araştırmalar ışığında problem çözüme konusunda başarı sağlayan ve sağlayamayan insanların davranışlarıyla ilgili belirli özellikler ortaya konmuştur. Bunlar; sorun yapısını kavrama, sorunla ilgili düşünceyi anlama, sorunun çözümüne genel yaklaşım ve sorun çözümüne karşı doğru tavır olarak açıklanmıştır. Ayrıca bir sorunun çözülmesi veya çözülmemesi; sorunun kişinin yaşına uygunluğuna, çözüm için ön bilgiye veya eğitime sahip olup olmamasına, yeteneğine, sağlık durumuna, çözümün kişiye getireceği faydaya ve bilişsel stil, değerler, duygular, içe-dışa dönüklük, zeka, güdülenme gibi kişisel değişkenlere bağlıdır (Berkant ve Eren, 2013).

Geçmiş yaşantılarımız kimliğimizi oluşturduğundan dolayı problem çözümedeki etkin faktörden bir diğeri de kişilerin değer sistemleridir. Kişilerin görüş ve kavrama biçimleri bireylerin ahlak ve kültürel olarak değerlerinden gelmektedir. Geçmiş bilgilerde, insanların yaşadığı deneyimler strese bağlı olduğunda bu kişilerde fiziksel ve psikolojik olarak olumsuz sonuçlar doğurabileceği görüşü hâkimdi. Yapılan araştırmalar ortaya koymuştur ki, günlük olaylar önem sırasına göre

dizildiklerinde dahi kişilerin aynı şekilde etkilenmeyeceklerdir. Belli bir kişilik yapısına sahip insanlar, stres veren bir durum ile karşılaştığında karşı durmaları ve probleme odaklanmalarının daha kolay olduğu görülmüştür. Değişken yapılarıdaki farklılıklar problem çözme becerisindeki birçok olguyu da etkilemektedir. Depresyon ile ilgili çalışmalar, depresif kişilerin bireylerarası problemleri etkin şekilde çözebilmelerinin pek mümkün olmadığını göstermektedir.

Problem çözümede elde edilen sonuçlara göre, kişilerin, uyumluluk, kişilik özellikleri, sosyokültürel özellikler ve kişisel değişimler arasındaki ilişki durumları incelendiğinde bu değişimler ile problem çözme arasında önemli bir bağ olduğu ortaya çıkmaktadır.

Problemi belirleme, problemi tanımlama ve açıklama, planlama, uygulama ve son olarak değerlendirme adımları problem çözümede izlenen yoldur. Son dönemlerde beklenen sonucu tanımlama sürecin üçüncü adımı olarak kabul edilmektedir. Beklenen sonuç, ölçülebilir olan gerçekçi hasta amaçlarının analizi ve kaydı şeklinde tanımlanabilir. Sorunu tanımlamanın ardından işleme konulan metotlar hastada görülen ya da görülmek istenen durumu ifade etmektedir.

Sorunun kişilerin yaşına uygunluğu, problemi çözümedeki bilgisinin yeterliliği, problemi çözme becerisi, problemi çözdükten sonraki başarı artışları göz önünde bulundurulursa kişinin problem çözümedeki yetileri de artar. Problem çözme üzerine verilen eğitimler düzenli şekilde yapıldığında verimli olduğu kabul edilmektedir.

1.4. YILMAZLIK

1.4.1. Yılmazlık Kavramı

Bireylerin sorunlarla başa çıkabilmesi adına dirençlerinin göstergesi olan birçok farklı tutum ve davranış bulunmaktadır. Bunlar arasında en dikkat çekici olarak ortaya çıkan kavram ise yılmazlıktır. Buna göre yılmazlık “belirli bir sorun ya da sıkıntı ile karşılaşıldığı süre zarfında, bireyin sorun ya da sıkıntıyı daha güçlü atlatmak adına, zihinsel ve fiziksel olarak direniş gösterme” anlamını taşımaktadır (Walsh, 2006). Hızlı iyileşme durumu, güçlükleri alt etme yetisi, kendine gelme, dirençli olma, rahatlık ve eski aktif duruma dönme kelimesi, “resilience” kelimesine karşılık gelmektedir. Bununla beraber, “resilient” sıfatıysa çetin yaşam şartlarına karşın, rahatlıkla uyum gösteren kişiler için kullanılmaktadır (Luthar ve Zigler, 1991). Bu kelimenin Türkçede farklı karşılıkları mevcuttur. “Yılmazlık” (Öğülmüş, 2001), psikolojik olarak sağlam olma (Gizir, 2004; Kararımak, 2007), psikolojik olarak dayanıklı olma (Eminağaoğlu, 2006) ve de kişinin kendisine gelme süreci (Terzi, 2006) şeklindedir. Bu çalışmada ise “yılmazlık” karşılığı kullanılmıştır.

Yılmazlık konusunda çok çeşitli tanımlar mevcuttur. Eksikliklerle, güçlüklerle ve stresle baş etme yılmazlık olarak tanımlanmaktadır (Begun, 1993). Masten’a (2001) göre yılmazlık, güç hayat şartlarına karşın eski haline gelebilme yani normalleşme becerisidir. Newman (2005) ise yılmazlığı, tüm zor koşullara karşı adaptasyon sağlama yeteneği olarak belirtmiştir. Leipold ve Greve (2009), yılmazlığı gelişim ve mücadele arasındaki bağ olarak belirtmişlerdir. Yani yılmazlık, bireyin gelişim süreci içerisindeki olumsuzluklarla nasıl baş ettiği ve bu manadaki yeteneklerini ne ölçüde kullandığıdır.

Richardson ve arkadaşları (1990) yılmazlığı, hayatın gidişatını aksatan güç durumlarla baş ederken kişinin artı korunma ve mücadele yetileri edindiği bir galip gelme aşaması olarak belirtmişlerdir. Rirkin ve Hoopman (1991) ise yılmazlığı, geri adım atma sıkıntıya karşın etkili bir şekilde uyum gösterme potansiyeli ve kişinin gündelik yaşamda var olan strese karşın, mesleki ve sosyal anlamda etkin olma potansiyeli olarak tanımlamışlardır (Akt., Öğülmüş, 2001).

Masten (2001), yılmazlığın, kişinin ana uyum fonksiyon düzeneğinin bir neticesi olarak görüldüğünü belirtmiştir. Ayrıca bu düzenek iyi muhafaza edilirse güç

kazanır ve de zorluklarla karşılaştığında da düzeltilirse eski fonksiyonunun yeniden kazanır. Bazı araştırmacılara göre yılmazlık tüm insanlarda görülebilen normal bir husustur (Newman, 2005).

Luthar, Cicchetti ve Becker (2000), çalışmalarda yılmazlığın kimi zaman kişilik hususu kimi zaman da gelişimle ilgili bir aşama olarak birbirlerinin yerine geçtiklerinden bahsetmişlerdir. Bunun sebebinin ise, kişilik yılmazlığından dolayı olduğunu belirtmişlerdir. Klohnen (1996), yılmazlığı, bireyselliğin önemli hususlarını içeren, ayrışması zor bir üst husus olarak belirtmiştir. Kişilik yılmazlığı, çalışma istikrarı, birtakım sosyal şartlara gösterilen rahatlığı belirten bir bireysel husustur. Yani kişilik yılmazlığı için, çok zor şartlara ve çetrefil koşullara gerek yoktur.

Yılmazlık konusunda, bu tanımlama özelinde de değinildiği üzere, sorunlara karşı verilen mücadelede zihin ve bedenin ortak olarak hareket etmesi gerektiğine dair bir yaklaşım söz konusudur. Böylelikle yılmazlık, sadece verilen bir mücadelenin zihinsel uygulaması değil, aynı zamanda fiziksel olarak da yıpranma gerektirebilecek bir direniş sürecidir.

Başka bir değerlendirmede ise yılmazlık, stres düzeyi yüksek bir konuda, söz konusu stres faktörlerini ortadan kaldırmak ve dış faktörlerin yarattığı sorunlara direnç gösterebilmek adına, psikolojik olarak olumlu düşünme ve hareket etme gibi faaliyetleri içermektedir (Rutter, 2006).

Bu tanıma göre ise olumlu düşünmek son derece önemli olmak ile birlikte kendisini motive etmeye çalışan bireyler için pozitif düşünmek ve aynı anda pozitif hareket etmek, aynı anda gerçekleştirilen bu eylemler ile yılmazlığın son derece etkin bir tutum olmasını sağlamaktadır. Aynı zamanda olumlu olarak ortaya konan her düşünce ve tavır zamanla bir alışkanlık halini almakta ve bu da yılmazlık duygusunun bireyin kimliği olmasını sağlamaktadır.

Aslında yılmazlık kavramının tanımlamalarında ön plana çıkan en önemli nokta, iki ögenin belirleyici olmasıdır. Bunlardan ilki, bireyin bir tehdit ya da zorluk ile karşı karşıya kalmasıdır; diğeri ise bireyin buna karşı koyabilmesi ve yarattığı şartlara uyumluluk gösterebilmesidir (Kaner ve Bayraklı, 2009). Bu şekilde birey

karşısındaki sorunun zorluk düzeyini ve gerçek anlamda bir tehdit olup olmadığını anlamakta, bunun ardından da ona karşı nasıl bir davranış sergilemesi gerektiğini belirleyerek sürece, gelecekte de aynı tavırları sergileyecek şekilde uyum sağlamaktadır.

1.4.2. Yılmazlık İle İlişkili Olan Kavramlar

1.4.2.1. İyimserlik

Yılmazlığın belki de en fazla ihtiyaç duyduğu konuların başında gelen iyimse olma hali bireyin ruhsal yapısı içerisinde sahip olduğu pozitif olma durumu ve ahlaki olarak kendisini pozitif anlamda güdülemesi ile doğrudan alakalıdır. Bu pozitif durumla birlikte bireyin genel olarak hayatının her noktasında olumlu davranışlar sergilemektedir; gerek iş yaşamı, gerek eğitim hayatı, gerekse de sosyal hayatındaki ilişkilerde birey bu pozitiflikten beslenmektedir. Bunun tam tersi bir durumda ortaya çıkabilecek olan kötümser bakış açısı ise başarısızlık, stres ve diğer birçok kalıcı sorunları tetiklemektedir. Özellikle stres ile birlikte iyimserliğin kalıcı olması söz konusu değildir ve sürekli olarak kesintiye uğramaktadır (Peterson, 2000).

İyimserlik bireyin zihninde ve ruhunda yer edindiği süre zarfında, uzun vadede bireye olan katkılarının en önemlisi, hem mental, hem de fiziksel anlamda ortaya çıkacak olan sağlamlıktır. Düşüncelerinin netliği ve sağlıklı bir şekilde hareket edebilmek bireyin giderek daha fazla yılmazlık hissi ile hareket etmesine imkan sağlamaktadır. Konuya dair yapılan araştırmalarda, iyimser düşünce yapısına sahip olan bireylerin daha kararlı hareket etmenin yanı sıra sağlıklı bir şekilde düşünme ve faaliyet içerisinde oldukları görülmüştür (Scheier ve Carver, 1992).

İyimserlik ile bireyin yaşamış olduğu motivasyon duygusu, başkalarının kendisi üzerinde gerçekleştireceği motivasyon çabalarından daha etkilidir. Böylelikle mental ve fiziksel olarak kendisine güvenen birey için yılmazlık başta olmak üzere, mücadele içeriğine sahip tüm tutum ve davranışları sergilemek daha kolay olmaktadır. İyimserlik bir bakıma bireyin yılmazlığı açısından bir enerji desteği sağlamakta ve bu yolla da bireyin faaliyetlerinde, iletişimde ve mücadelesinde duraksamasına engel olmaktadır.

İyimserliğin sağlam bir zemin üzerine inşa edilmesi de son derece önemlidir. Zira bireyler iyimserliklerini dönemsel olarak ortaya koydukları süre zarfında, bu duygular zaman içerisinde kaybolabilmekte ve insanlar için bocalama süreçleri tekrar tekrar yaşanabilmektedir. İyimserliği kalıcı bir tutum olması bireyin kişiliği ile de doğrudan ilgili olmak ile birlikte bunu sürdürmenin zorluklarının da göz önünde bulundurulması gerekmektedir. Bu şekilde bireyin iyimserliğini muhafaza etmesi adına nasıl bir mücadele vermesi gerektiği de onu başka bir açıdan motive edecektir.

1.4.2.2. Özyeterlilik

Bireyin kendisini tanıması ve kendisini ifade edebilmesi açısından özyeterlilik olgusu tek başına büyük bir öneme sahiptir. Bireysel olarak bir kimlik ve karakter ortaya koyabilmek adına ön planda olan özyeterlilik kavramı, kendini ifade etmenin yanı sıra sorunlarla ve sorumluluk alınması gereken kriz dönemleri ile başa çıkma konusunda önemli bir güdüleme faktörüdür. Böylelikle birey, ilerleyen süre zarfı içerisinde karşılaşılabileceği tüm olumsuzluklara dair vereceği mücadele konusunda kendisini hazırlamaktadır. Bu tip bireylerin söz konusu sıkıntılı süreçlerden başarı ile çıkması kuvvetle muhtemeldir (Bandura, 1997).

Çoğunlukla yılmazlık niteliğini bünyesinde barındıran bireyler için özyeterlilik zihinlerinde ve ruhlarında doğal olarak taşıdıkları bir olgudur. Buna göre mücadele etmekten kaçınmayan ve kendisi için kritik olan tüm konularda sorumluluk almasını becerebilen bireylerde kendi başlarının çaresine bakabilmeleri adına gerekli tüm özellikler mevcut bulunmaktadır. Bu tip bireylerin sahip oldukları en önemli duygu, olumlu düşünerek kendilerini motive etmek, sorunları sıradanlaştırmak ve böylelikle de sorunlarla başa çıkma konusunda süreci kendi lehlerine çevirebilmektir. Bu durum, pozitifliğin ötesinde, insanların zaman içerisinde yaşayabilecekleri her türlü tecrübeye de açık oldukları konusunda bir fikir vermektedir (Tugade ve Fredrikson, 2004).

Özyeterlilikte bireyin kendi kapasitesini bilerek, kendisinin altından kalkabileceği sorumlulukları alması da önemli bir durumdur. Buna göre özyeterlilik noktasında kendisini tam olarak tanımayan ve neleri yapıp neleri yapamayacağını bilmeyen birey için başarılması zor sorumlulukların ya da çözümü zor sorunların tarafı olmak yılmazlık duygusuna zarar verebilecektir. Yaşanabilecek bir şevk kaybı

ile birlikte de bireyin sorunlara karşı direncinde ciddi ve kalıcı kayıplar oluşabilecektir.

Söz konusu sorunların yaşanmaması adına, özyeterlilik dahilinde “iç gözlem yeteneği” dikkati çekmektedir. Bu şekilde bireyin öncelikle kendisini fark etmesi faktörü ön plana çıkmaktadır. Kendisini bilen ve neler yapabileceği konusunda fikir sahibi olan birey, yapabilecekleri üzerine odaklanırken, diğer yandan eksik olan yönlerini güçlendirmek ve o konularda da yılmazlık hissi ile hareket edebilmek adına kendisini değerlendirmektedir (Bandura, 1997). Bu bilinç ile birlikte bireyin muhtemel sorunları ortadan kaldırması da mümkün hale gelmektedir.

1.4.2.3. Dayanıklılık

Yılmazlık konusunda en fazla mental ve fiziksel güç gerektiren kavram olarak dayanıklılık, insanların hayatlarının akışı içerisinde karşılaşmış oldukları büyük ölçekli sorunları ortadan kaldırmak adına gösterecekleri direnci ve dirayeti ifade etmektedir. Eğer ki bir birey yılmazlık hedefi ile yola çıkarak bir dayanıklılık sergilerse yaşayacağı sorunlardan en az zararla çıkabilme ya da başarı ile ayrılma şansını elde etmektedir (Maddi, 2005).

Dayanıklılık büyük ölçüde, yüksek değerde bir direncin göstergesidir. Bir bakıma sorunlara meydan okuma tavrının göstergesi olan dayanıklılık ile insanlar zihinsel ve fiziksel anlamda yaşadıkları sıkıntıları ortadan kaldırmak adına güçlü bir direniş gösterip başarı ya da başarısızlık sonucuna bakmadan süreci devam ettirmektedirler. Fakat bu türden güçlü bir direnişin ortaya çıkması için mutlak olarak yaşanan sorun ya da sorunların bireyi strese sevk etmesi ve bu stres ile bireyin kendisini mücadeleye etme konusunda teşvik etmesi gerekmektedir (Bonanno, 2004). Bu noktada stres son derece önemli bir tetikleyici ögedir; stres ile birlikte birey normal zamandaki motivasyonundan daha üst bir seviyeye çıkmakta ve dayanıklılık göstermesi konusunda kendisini motive etmektedir. Bu motivasyon ile birlikte yılmazlık, zaman içerisinde bireyin karakterinin ve kimliğinin bir parçası olmaktadır.

Aynı zamanda bu sürecin ortaya çıkarmış olduğu bir başka kavram cesarettir. Cesaret duygusu ile birlikte birey, sorunları üzerine analitik ya da stratejik düşünmek

yerine korkusuzca sorunlarının üzerine gitmeyi tercih etmektedir. Bu noktada bireyin inancı, cesareti ile birlikte üstesinden gelemeyeceği sorunun söz konusu olmayacağını düşünmektedir. Zamanla bireyin kişiliği içerisine yerleşen mücadeleden kaçınmama hissiyatı ile birlikte yılmazlık, birey için en iyi çözüm yolu olarak gözükmektedir (Maddi, 2002).

Her birey için ortaya çıkması son derece zor olsa da dayanıklılık, bireysel kararlara bağlıdır. Eğer ki insan sorunlarla mücadele etme konusunda bir faaliyet içerisinde bulunursa, zaman içerisinde mutlak olarak yılmazlık duygusunu hissetmeye başlayacaktır. Bu süre zarfında başarı ve başarısızlığın önemi kalmamakta, daha çok kişisel performans öne çıkmaktadır. Aksi halde ise birey çözümünden kaçtığı sorunların ve sıkıntıların baskısı altında çözüm üretmekten ve dayanıklılık göstermekten uzaklaşacaktır.

1.4.2.4. Fiziksel Olarak Sağlıklı Olma Durumu

Her ne kadar sıkıntılı süreçler, yaratmış oldukları stres ile birlikte insanların zaman içerisinde sağlık durumlarını da olumsuz yönde etkilese de yılmazlık duygusu ile hareket eden bireyler için yaşanan sıkıntılar fiziksel anlamda bu süreçten en düşük seviyede etkilenmektedirler. Çünkü yılmazlık duygusu ile birlikte bireyler kazandıkları direnme hissini olumlu şekilde değerlendirmekte ve böylelikle de fiziksel olarak yaşayabilecekleri muhtemel sağlık sorunlarının da önüne geçmektedirler. Sorun anında çeşitli fiziksel sıkıntılar ortaya çıksa da bu sürecin geçmesi ile birlikte birey sorun öncesindeki sağlıklı haline dönebilmektedir (Tugade,ve ark., 2004).

Yılmazlık konusunda net bir tavrı olan insanların genel olarak başarı inançlarının varlığı kaçınılmaz olarak onların pozitif düşüncelerini sağlamaktadır. En zorlu anlarda dahi bu bireyler süreci başarı ile ya da en az hasarla atlatacaklarına sağlam bir şekilde inanmaktadırlar. Hatta bu tip bireyler için yaşadıkları sorunlu ve sıkıntılı dönemler kendilerini ispatlamak ve verdikleri ya da verecekleri mücadelenin karşılığını almak adına mutlak bir fırsat yaratmaktadır. Genel hayat akışı içerisinde, yapılan araştırmaların gösterdiği üzere, ağır hastalıklarla mücadele eden hastaların içerisinde yılmazlık duygusu ile hareket edenlerin büyük bir kısmının hastalıklarından doğan sorunları en aza indirdikleri, hatta hastalıklarından

kurtuldukları görülmüştür (Hong ve ark. 2001). Bu noktada yılmazlık, zihinsel olduğu kadar fiziksel olarak da bireyin kendisine pozitif yönde duygular aşılmasını sağlamaktadır.

Hastaların yaşadıkları durumların da ötesinde, hayat akışı dahilinde var olan her türlü sorunun yaratabileceği sağlık sorununun ortadan kaldırılabilmesi adına bireysel olarak başarı inancının ötesinde sosyal anlamda yaşanan destek de önemlidir. Sosyal çevreden görülen destek ile bireyler yılmazlık duygularının tetiklenmesini sağlayacak, bu şekilde de motive olmuş bir biçimde mücadele edeceklerdir. Psikolojik olarak görülen destek, bireyin yalnız olmadığını ve manevi olarak onu destekleyen birilerinin olduğu inancını yaratarak bireyi güçlendirecektir (Boss 2006). Bu tip olumlu dış etmenlerin eksikliği olduğu dönemlerde, kimi zaman bireysel olarak mücadele vermek zorlaşmaktadır. Bu nedenle de çevresel destek, kısmi olarak da olsa yılmazlık konusunda fiziksel sorunların en aza indirilmesinde moral, motivasyon desteği sağlamaktadır.

1.4.2.5. Stres

İnsan hayatı içerisinde belki de en büyük zihinsel ve fiziksel tehdidi oluşturan etmen olarak stres, bireyin hayatı içerisinde neredeyse her an karşısına çıkabilmektedir. Bu stres faktörlerinin belirli bir kısmı kolaylıkla ortadan kaldırılabilirken geri kalan kısmı bireyin sağlığını dahi olumsuz yönde etkileyebilecek kadar güçlü olmaktadır. Bu nedenle stresin etkileri boyutuna, bireyin kişilik özelliklerine ve dönemsel şartlara göre farklılık göstermektedir.

Söz konusu kavramın ortaya çıkışında, belirli bir sorunun çözümü aşamasında bireyin kendisini ziyadesi ile zorlaması söz konusudur. Bu noktada insanların karşılaştığı en büyük sıkıntı, yaşadıkları stres baskısı altında her anlamda zorluk yaşarken bir de bu stresten kurtulmak adına mücadele vermeleridir. Bu zorlama sonucunda sonuç olumlu olsa ve sorunlar ortadan kaldırılrsa dahi stresin insan zihninde ve bedeninde bırakacağı muhtemel etkiler söz konusudur (Kaner ve Bayraklı 2009).

Yine de yılmazlık düşüncesi ile hareket eden bireyler açısından stres önlenemez ya da varlığı anında önlenemez bir kavramdır. Yılmazlık hissi ve buna

yönelik bir mücadele sonunda insanlar, stresten ve stresi yaratan etmenlerden diğer birçok kişiye göre daha hızlı bir şekilde sıyrılmakta ve stres öncesindeki sürece sıkıntısız dönebilmektedirler (Carver, 1998). Böylelikle yılmazlık, stresin karşısında birey için en doğal ve en kolay çözümü getiren kavram olmaktadır. Birey yılmazlıktan beslendikçe stresin getirilerine karşı doğal bir direnç kazanmakta ve bu durum hem zihinsel hem de fiziksel olarak bir direncin, süreklilik arz edecek şekilde kazanılmasını mümkün kılmaktadır.

Başka bir açıdan bakıldığında ise yılmazlık ile bireyler stres anlarında kendilerini sınaama şansını da elde etmektedirler. Strese karşı dayanıklılığını ölçen birey için bu süreci başarı ile atlattıkları mümkün olduğu süre zarfında, mutlak olarak bir kişisel gelişim de söz konusu olmaktadır (O'Rourke, 2004). Söz konusu kişisel gelişim, insanların bir sonraki adımda karşılaşmaları muhtemel sorunlara karşı kendilerini hazırlıklı hale getirmelerine ve yılmazlık duygularını geliştirmelerine fırsat sunmaktadır. Bu nedenle stres, yılmaz bireyler için deneme ve eksikleri fark etme süreci de olmaktadır.

1.4.3. Yılmazlıkla İlgili Yaklaşımlar

1.4.3.1. Henderson ve Milstein'in Yılmazlık Çemberi

Yılmazlık kavramı Henderson ve Milstein (1996) için öznel ve zamanla artıp eksilen bir husus olarak belirtmektedirler.

Yılmazlığın çevrede iletilmesiyle alakalı altı unsur saptayarak yılmazlık çemberi olarak adlandırdıkları bir yaklaşım belirlemişlerdir. Bu altı unsura dayanan yöntemler iletılarak risk etkenlerini azaltan ve yılmazlığı iletten çevreler oluşturulabilir.

Bahsedilen altı unsur şu şekildedir:

1. İlgi ve Destek: Destek, şartsız saygı gösterme ve yüreklendirmeyi hedeflemektedir. Mühim bir yerdir. Çünkü çemberin bu bölümünde ilişkiler oluşmaktadır.
2. Büyük beklentiler: Gençleri başarı için motive etmek ve bunu sağlamak için olanaklar sunmaktadır.

3. Katılım imkanları: Gençlerin yeteneklerini doğru bir şekilde sergileyecek fırsatlar sunmaktadır.
4. Sosyal bağların ilerletilmesi: Gençlerin kendi akranları ve de yetişkin insanlarla pozitif ilişkiler geliştirmesidir.
5. Net sınırlar ve beklentiler: Gençlerin hareketlerini idare eden normları belirtmektedir. Bu normlar adaletli ve dengeli olmalıdır ve de gençlerin de payı bulunmalıdır.
6. Hayat yetileri: Doğru karar verme, stres kontrolü, iletişim becerisi, çatışma anlarıyla mücadele yetisini içermektedir. Bilhassa okullar öğrencileri okuldan sonra atılacakları yaşama hazırlamalıdır (Akt. Gürgân, 2006).

1.4.3.2. Benard Modeli

Bernard (1993) gençlerin yılmaz olmasının en önemli noktasının onlara gösterilen şefkat ve merhamet olduğunu belirtmiştir. Çocuklarımızın yılmaz olmasında önemli olan üç mühim çevre vardır ki buralara dikkat edilmelidir. Ev, okul ve toplum bu üç noktayı oluşturmaktadır. Ki bu noktalarda yapılması gereken üç mühim faaliyet vardır. Alaka ve destek göstermek, olumlu faaliyet imkanı vermek, büyük hedefler koymak ve sağlamaktır (Akt. Gürgân, 2006).

1.4.3.3. Wolinler'in Modeli

Steven Wolin (1993) çalışmasında Benard'dan farklı olarak şahsi tecrübe ve araştırmalarından yararlanmıştır. Wolin ve eşi yılmaz davranışları sınıflandırdılar ve bunları "yedi yılmazlık" olarak isimlendiler.

1. **İçgörü:** Bu bir çeşit soru sorma durumudur. Bilhassa aile içindeki reddetme ve karmaşalara karşı yapılan bir tür sorgulamadır.
2. **Bağımsızlık:** Problemlili olan bir ailede bir zarara uğramamak için aileden hem fiziki hem de hissi olarak ayrı durmak.
3. **İlişkiler:** Problemlili olan ailede bulamadığı huzur, moral ve sevgiyi bulacağı kişilerle ilişkiler kurmak.

4. **Girişim:** Problemlı ailelerin çocuklara açtığı yaraları tamir için ilk mühim adımı atmak.
5. **Yaratıcılık:** Kişinin yaşadığı sıkıntıları ve kötü olayları bir sanat dalıyla ifade etmesidir.
6. **Mizah:** Kişinin acılarını ve dertlerini gidermek için kendine gülmesidir.
7. **Ahlâk:** Bireyin etrafındaki olumsuzlulara inat için olumlu hislerle beslemesidir. Bilgi dolu vicdanla doldurmasıdır.

1.4.3.4. Kobasa'nın Arabulucuk Modeli

Kobasa (1979), sağlamlık ve güç hallerin pozitif bir biçimde ve bir imkan olarak düşünülmesini ve de bununla faal mücadele yöntemlerinin kullanılmasını belirtir. Güç bir durumda kalındığında bu durumdan kaçmak yerine sorunu çözmeye ve yardım bulmaya yönelmeyi savunur. Dolayısıyla da olumsuz bir netice yerine olumlu bir tecrübe kazanılabilir. Güç bir durumun pozitif olarak değerlendirilmesi ve faal mücadele yöntemleriyle kişinin yılmazlığı geliştirilebilmektedir (Akt. Bayraklı, 2010).

1.4.3.5. Krovetz Yılmazlık Kuramı

Bu kuram başarılı kişilerin aile, okul ve etraflarında bulunan fakat sorunlu kişilerin yaşamlarında yer almayan koruyucu etkenleri belirtir (Krovetz, 1999). Koruyucu etkenlerden biri dahi olsa kişi yılmazlığa sahip olabilir. Yani sorunlarla mücadele becerisini ilerletebilir. Krovetz'in kuramına göre, bu hususlar insanlarda az da olsa bulunmaktadır fakat bu hususların kişinin kötü durumlarla vereceği mücadelede yardımcı olabilecek kadar kuvvetli olup olmadığı çocukluk evresindeki koruyucu etkenlerin varlığıyla birlikte yetişkinliğine kadar ilişkilidir.

1.4.4. Yılmazlık Üzerinde Etkili Olan Faktörler

1.4.4.1. Risk Unsurları

Bireylerin kişilik özelliklerinden ya da fiziksel hastalıklarından kaynaklanan sorunlar ile birlikte toplum içerisinde mevcut buldukları durum, onlar için yılmazlık konusunda birer risk faktörünü teşkil etmektedirler. Bu faktörler, zaman

içerisinde birey için bir tutum oluşturmakta ve yılmazlık duygusunun ortaya çıkışına engel teşkil etmektedir.

Masten ve Reed (2002), kişilerin belli bir risk altındayken ya da güç bir durumdayken yılmazlıktan bahsedileceğini savunmaktadırlar. Ortada risk etkenin olmadığı ortamlarda hayatını sürdüren çocuklar için yılmazlık kavramından bahsedilemeyeceğini belirtmişlerdir. Bunun yerine iyi, normal gibi kavramların kullanılabilceğini öne sürmüşlerdir.

Yılmazlığa dair yapılacak çalışmalarda, risk faktörünün yüksek olduğu şartlarda yaşayan kişilerin veya riskin yüksek olduğu durumlara adapte olmuş kişilerin net bir biçimde belirtilmesi icap etmektedir.

Risk unsurları genel olarak değerlendirilecek olursa şu şekilde bir sınıflandırmanın yapıldığı ve kabul gördüğü anlaşılmaktadır (Eminağaoğlu, 2006):

- **Genel sağlık:** Sağlık olmak ya da sağlık problemleri ile mücadele etmek, beslenme sorunları, enerji depolama konusundaki eksiklikler ve gündelik hayatı sürdürebilmek adına gerekli olan gücün çeşitli nedenlerden dolayı mümkün olmaması genel sağlık sorunlarının yılmazlık duygusunu olumsuz etkilemesine neden olmaktadır.
- **Genetik sorunlar:** Doğumdan itibaren bireye geçen, zihinsel ve fiziksel olumsuzlukların her biri birer risk unsuru olarak bireyin yılmazlık hissinin gelişmesini engellerken kendisine daha farklı ve etkili olma durumu tartışılan yöntemler geliştirmesine neden olmaktadır.
- **Kişisel nitelikler ve değerler:** Gerek genetik olarak gerekse de bireyin sonradan kazandığı özellikler neticesinde yılmazlık duygusunun yerleşmesi adına sorunların yaşanması söz konusudur. Özellikle bireyin yetişkin hale geçmesine rağmen kendisine bir yılmazlık modeli ve yöntemi geliştirememesi yaşamının geri kalanı için ciddi motivasyon ve direnç sorunlarını beraberinde getirmektedir.

- **Cinsiyet:** Yaşanan sorunun durumuna ve boyutlarına göre yılmazlık konusundaki risklerin şekli de değişmektedir ve bu risklere karşı koyabilme konusunda cinsiyet farklılıklarının getirdiği avantajlar ve dezavantajlar ortaya çıkmaktadır.

Çevresel anlamda maruz kalınan baskı, görülen şiddet, ekonomik durumun kötü olması, düşük eğitim seviyesi ve sosyal ilişkilerdeki sorunlar da zihinsel olarak insanların mücadele şevkinin kırılmasına yol açabilmektedir. Yaşadıkları bu ruhsal baskı ve olumsuz etkiler anlamında bireylerin çevrelerinden destek görmeleri yeterli olmamakta, özgüvenlerinin yerleşmesi de son derece zorlaşmaktadır. Bu nedenle psikolojik açıdan bireylerin sağlam olup olmadıklarının araştırılması, onların yılmazlık konusundaki durumlarının anlaşılması adına da son derece büyük önem arz etmektedir (Masten, 2001).

Her iki açıdan da zarar görmüş bireyler için yılmazlık hissinin oluşması büyük risklerle karşılaşmaktadır. Ruhsal olarak aşılamayan sorunlar ve hali hazırda var olan sağlık sorunları gibi engellerin her biri birer risk faktörüdür ve çözümlenebilmeleri konusunda ciddi bir mücadele gerekmektedir. Yine de bu gruplara mensup kişilerin yılmazlık duygusu kazanmaları, diğer kişilere göre daha zor olmakta ve onların direniş göstermemelerine neden olmaktadır. Bu direniş eksikliği ile de sorunlar sürekli tekrar etmekte, başarı kazanılacağına dair inanç azalmaktadır.

1.4.4.2. Koruyucu Etmenler

Yılmazlık konusunda, bireyler üzerinde koruyucu etmenler üç farklı başlık altında değerlendirilmektedir (Garmezy, 1987):

- Bireyin kendisine olan güveni, sosyal çevresine karşı sahip olduğu duyarlılık ve her türlü konu üzerindeki iyimserlik,
- Aile başta olmak üzere, çevrede aktif bir şekilde iletişim içerisinde olunan herkesin desteği ve yönlendirmeleri,
- Sosyalleşme etkisi ile ortaya çıkan sinerji ve karşılıklı koruyuculuk hissiyatı

Bireysel olarak bakıldığında, insanların en fazla koruyuculuk duygusu geliştirdikleri dönemler, yılmazlık hissiyatının etkisi ile bireyin kendini motive ettiği dönemlerdir. Bu şekilde bireyler kendilerini koruma altına almakta ve sorunların yaratabileceği stres baskısından uzak tutmaya çalışmaktadırlar. Özellikle iyimserlik duygusu ve pozitif düşünmenin etkisi ile birey kendi koruma mekanizmasını geliştirmekte ve yılmazlık duygusunu pozitif etmenlerle beslemektedir (Vanderpol, 2002).

Bunun dışında, bireylerin yılmazlık duygusunu besleyen dış etmenler, mutlak olarak çevresel destek ile ortaya çıkmaktadırlar. Doğal olarak önce aile, daha sonrasında arkadaşlar, iş çevresi, sosyal çevre ve yaşanılan bölgede samimi ilişkileri söz konusu olan kişilerin oluşturduğu topluluk, yılmazlık açısından koruyuculuk hissini bireye vermekte ve bireyin ruhsal olarak kendisini güvende hissetmesini sağlamaktadır (Werner, 1993).

Özellikle sosyal hayatın etkinliği ve bu yolla elde edilen beşeri ilişkiler bireyin kendine güvenini ve destek alma konusundaki rahatlık hissini güçlendirmektedir. Böylelikle sorun anlarında birey kendi yılmazlık duygusunu geliştirebileceği gibi dışarıdan destek alabileceğinin de bilinci ile daha fazla güven, pozitiflik ve motivasyon duyguları ile sorunlara karşı mücadele verebilmektedir. Bireyin yetersiz kaldığı anlarda sosyal çevre, onun ayakta kalması adına ek bir enerji temin etmektedir ve onu başarabileceğine inandırmaktadır.

Yılmazlık kişiden kişiye değişen, eksilen ya da artan bir husustur. Koruyucu etkenler ise, endişe veren olayların negatif yanlarını azaltan kişinin kendisi veya çevresiyle ilgili hususlardır. İçsel ve dışsal olarak da ayrılmaktadır (Akt. Öğülmüş, 2001). Koruyucu etkenler, risk etkenlerinin baskısını arttıran, eksilten ya da tamamen yok eden kişinin dayanıklılığını geliştiren etkenlerdir.

Rutter (1987), bir etken ya da sürecin risk etkenini eksiltmesinin koruyucu olduğunu belirtmiştir. Ona göre, dört şekilde koruyucu etken vardır (Greene ve ark., 2000):

1. Kişinin riske girmesini eksiltenler;

2. Olumsuz durum ve tecrübelerin peşinden gelişen negatif tepkileri azaltanlar,
3. Kişisel saygı ve etkinliği arttıranlar,
4. Hayatta ihtiyaç duyulanları veya farklı eğilimleri destekleyen değişik fırsatlardır.

Koruyucu etkenler kişisel hususlar, kimi sosyal durumlar veya iki durumun birleşiminden doğan olayları barındırır. Mühim olan ise koruyucu etkenlerin riski eksilttiği, bitirdiği ve de tamamen engellediğine inanmaktır (Greene 2002).

1.4.5. Yılmazlık Duygusunun Olumlu Sonuçları

Mutlak olarak yılmazlık duygusu ile hareket eden bireyler açısından sorunlarla başa çıkmak, diğer birçok kişiye göre daha kolay olmaktadır. Yılmazlık ile birlikte elde edilen güven duygusu, her bir adımda sorun çözme, sorunları gördüğünden küçük olarak nitelendirerek zihinsel güç kazanma ve motivasyonu sürekli olarak yüksek tutma konusunda kişilere gözle görülür bir direnç sağlamaktadır.

Yılmazlık duygusunun genel olarak ortaya çıkardığı olumlu durumlara bakıldığında ise şu sonuçlarla karşılaşılmaktadır (Gizir, 2007).

- Eğitim hayatında sürekliliği olan başarı,
- Sosyal yeterlilik temelinde başarılı beşeri ilişkilerin kurulması,
- Duygusal sorunların varlığının ve olumsuz etkilerinin en alt düzeye indirgenmesi,
- Olumsuz davranışların sergilenmesinde azalma,
- Psikolojik anlamda zihinsel ve fiziksel sorunlar yaratan düşüncelerin bertaraf edilmesi,
- Toplumsal uyumluluğun artmasıdır.

Luthar ve Cushing (1999) çalışmalarında stresle başa çıkma konusunda tereddüdü olmayan ve yılmazlık duygusu sayesinde zaman içerisinde sorun çözme alışkanlığı kazanan bireylerin sağlıklı olma durumlarının yüksek düzeyde olduğunu dile getirirlerken, aynı zaman eğitim, iş ve sosyal ilişkiler gibi konularda da başarı odaklı ve başarıya erişebilen faaliyetlerde bulduklarını tespit etmişlerdir.

Yılmazlığın olumlu etkilerine ilişkin Krovetz (1999) dört özellikten bahsetmektedir (Akt. Gurgân, 2006):

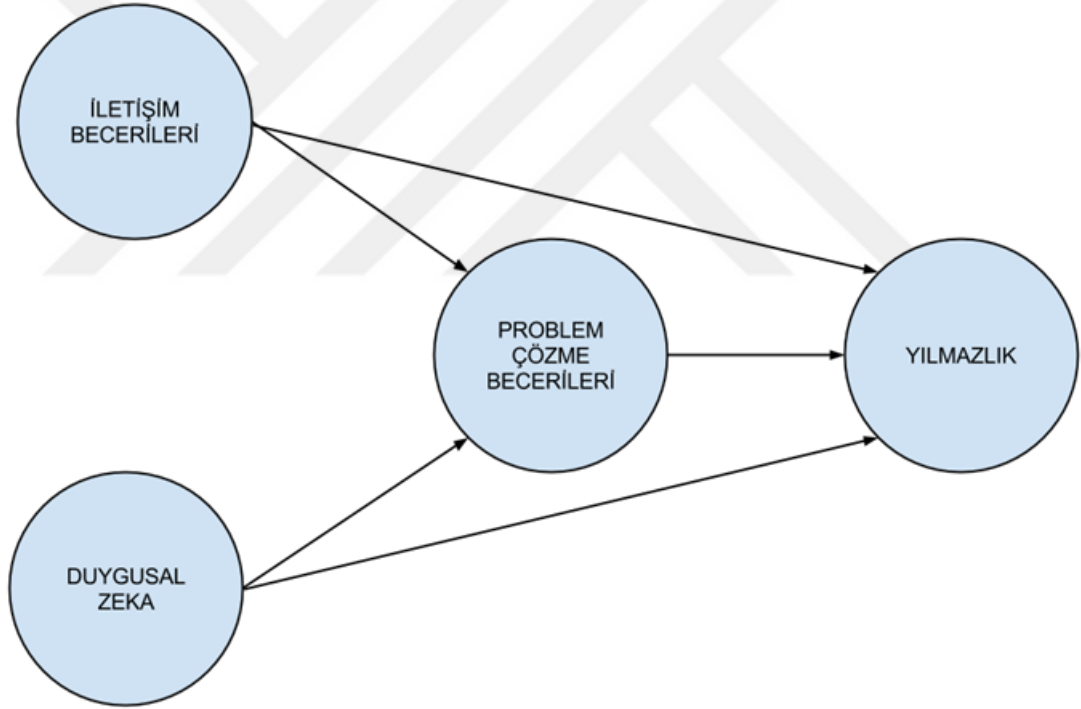
1. Sosyal olgunluk: Diğer insanlar üzerinde iyi intibalar bırakma, dolayısıyla da hem kendi yaşlılarıyla hem de yetişkinlerle pozitif ilişkiler geliştirme becerisi.
2. Problem çözme yeteneği: Olayları öz kontrolüyle idare etme ve diğer kişilerden yardım isteme.
3. Bağımsızlık: Kimliğinin bilincinde olma, bağımsız davranışlar gösterme.
4. Hedefleri olma ve ileriye düşünme: Kişinin belli hedefleri, akademik beklentileri, geleceğiyle ilgili olumlu düşüncelere sahip olma yetisi.

Masten ve Coastworth (1998) ise yılmazlık üzerine gerçekleştirmiş oldukları araştırmalarında, sorunlarına üzerine gitmekten çekinmeyen, çevresel baskı faktörlerini ortadan kaldıracı olan, birey gelişime açık olan ve kontrolü her anlamda elinde tutma kapasitesine sahip bireylerin sıkıntılarında çözüm bulma aşamasında kendi kendilerine fazlası ile yetebildiklerini tespit etmişlerdir.

2. GEREÇ VE YÖNTEM

2.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırma “tarama modeli ve ilişkisel” olarak tasarlanmıştır. “Tarama modelleri, geçmişte ya da halen var olan bir durumu var olduğu şekilde betimlemeyi amaçlayan araştırma yaklaşımlarıdır. Araştırmaya konu olan olay, birey ya da nesne, kendi koşulları içinde ve olduğu gibi tanımlanmaya çalışılır. Onları herhangi bir şekilde değiştirme, etkileme çabası gösterilmez” (Karasar, 2009). Araştırmaya ait şematik model aşağıda verilmiştir.



Şekil 2. Araştırmanın Modeli

Araştırma modeli Baron ve Kenny’ye (1986) tarafından belirlenen ara değişken şartlarına göre analiz edilecektir. Baron ve Kenny’e göre bir değişkenin ara değişken olabilmesi için aranan şartlar aşağıda verilmiştir. Bir değişkenin ara değişken olabilmesi için;

- (a)Bağımsız değişkenin ara değişken üzerinde bir etkiye sahip olması,

- (b)Bağımsız değişkenin bağımlı değişkende bir etkiye sahip olması,
- (c)Ara değişkenin bağımlı değişken üzerinde bir etkiye sahip olması ve ara değişken modele eklendiğinde, bağımsız değişkenlerin bağımlı değişken üzerindeki etkisini kaybetmesi (tam ara değişken) veya etkisinde azalma olması (kısmi ara değişken) şartları aranır.

Araştırmada elit sporcularda iletişim becerileri ve duygusal zekânın yılmazlık üzerinde etkisinde problem çözme becerisinin rolünün belirlenmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın bağımlı değişkenini yılmazlık bağımsız değişkenlerini iletişim becerileri ve duygusal zekâ, aracı değişkeni ise problem çözme oluşturmaktadır.

2.2. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Araştırmanın evrenini, Elit düzeyde spor yapan takım ve bireysel spor branşlarında aktif spor yapan sporcular oluşturmaktadır. 2014-2015 sezonları ve müsabaka dönemleri esas alınarak veri toplanması gerçekleştirilmiştir. Futbol branşında erkeklerde TFF Süper Lig, TFF 1.Lig, 2. ve 3.Lig ; bayanlarda 1. ve 2. Lig kulüpleri çalışmaya dahil edilmiştir. Bu kulüpler Balıkesir Spor, Gaziantep B.B. Spor, Çanakkale Dardanel Spor, Derince Belediye Spor, Pendik Spor, Konak Bld. Spor, Trabzon İdmanocağı Spor, Kireçburnu Spor'dur. Basketbol branşında çalışmaya katılan takımlar ise; Best Balıkesir, Gaziantep Royal, Akhisar Spor, hentbol branşında erkek ve bayanlar 1. Lig takımlarından Nilüfer Bld. Spor, B.B. Ankara Spor, İzmir B.B. Spor, Yeni Mahalle Bld. Spor, Kastamonu Bld. Spor, Muratpaşa Bld. Spor, Voleybol branşında erkekler ve bayanlar 1. 2. ve 3. Lig takımları ise ; Bigadiç Bld. Spor, İnegöl Bld. Spor, Payas Bld. Spor, Afyon Bld. Spor, Bursa Spor, Nilüfer Bld. Spor, Bursa B.B. Spor, Yörsan Susurluk Spor sporcuları evreni oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini rastgele (random) yöntem ile seçilen elit sporcular oluşturmaktadır. Veri toplanması sırasında gerek takım sporları gerekse bireysel sporcular için takımların kamp yaptığı tesislere, milli takım kamp merkezlerine gidilerek önermeler hakkında bilgilendirme yapılmış olup veriler elde edilmiştir. Araştırmada 597 anket dağıtılarak 554 kullanılabilir anket elde edilmiştir.

2.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama aracı olarak ölçekler kullanılmıştır. Anket kişisel bilgi formu, iletişim becerileri ölçeği, duygusal zekâ ölçeği, problem çözme becerileri envanteri ve yılmazlık ölçeği olmak üzere beş bölümden oluşmaktadır.

Duygusal zekâ ölçeği olarak Shutte ve arkadaşları (1998) tarafından geliştirilen ve Lane ve arkadaşları (2009) tarafından revize edilerek sporda kullanım için uyarlanan “Sporda Duygusal Zekâ Envanteri” kullanılmıştır. Türkçe formunun geçerliği ve güvenilirliği Adiloğulları ve Görgülü (2015) tarafından yapılarak Türk araştırmacılar için kullanılabilir hale getirilmiştir. Ölçek; başkalarının duygularını değerlendirme (4 madde), kendi duygularını değerlendirme (3 madde), duyguları düzenleme (2 madde), sosyal beceriler (3 madde) ve duyguların kullanımı (6 madde) olarak beş alt boyuttan oluşmaktadır. 19 madde ve 5 alt boyuttan oluşan sporda duygusal zekâ envanteri, 157 kadın (yaş=20,10±1,95yıl) ve 247 erkek (yaş=21,25±2,18yıl) olmak üzere toplam 404 (yaş=20,80±2,17yıl) sporcuya uygulanmıştır. Adiloğulları ve Görgülü ölçeğin iç tutarlılık katsayısı 0,91 olarak bulmuştur. Bu araştırmada duygusal zekâ ölçeğinin genel güvenilirliği $\alpha=0,927$ olarak yüksek derecede güvenilir bulunmuştur.

Korkut (1996) tarafından geliştirilen ve geçerlik ve güvenilirliği yapılmış “İletişim Becerilerini Değerlendirme Ölçeği” (İBDÖ) kullanılmıştır. Ölçek ilk olarak 1994-95 öğretim yılı bahar dönemi başında Ankara ilindeki Çankaya Lisesinin normal eğitim veren kısmında okuyan 143 öğrenciye uygulanmıştır. Ölçeğin 42 maddelik deneme formu kullanılarak yapılan bu uygulamadan sonra, maddeler arası korelasyon çalışmaları sonucunda oluşturulan 25 maddelik ölçek bu kez 191 öğrenciye tekrar uygulanmıştır. Ancak ikinci uygulamaya gelenlerin sayısının daha az olması ve bazı yanıt kağıtlarının iptal edilmesi sonucunda ölçeğin güvenilirlik ve geçerlilik çalışmaları 126 öğrenci üzerinden yapılmıştır. Öğrencilerin 61'i kız, 65'i erkektir. Grubun yaşı 14 ile 17 arasında değişmektedir. Ölçek 5'li likert tipi ölçektir ve 25 sorudan oluşmaktadır. Ölçek “her zaman(5), sıklıkla (4), bazen (3), nadiren (2) ve hiçbir zaman (1)” olmak üzere derecelendirilmiş seçeneklerden oluşmaktadır. Tersine maddelerin olmadığı ölçekte yüksek puan, bireylerin kendi iletişim becerilerini olumlu yönde değerlendirdikleri anlamındadır. Bu araştırmada iletişim

becerileri ölçeğinin genel güvenilirliği $\alpha=0,911$ olarak yüksek derecede güvenilir bulunmuştur.

Problem Çözme Envanteri: Problem çözme envanteri (PÇE) Heppner ve Petersen tarafından geliştirilmiş, Şahin ve Heppner (1993) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Problem Çözme Envanteri, bireyin problem çözme becerileri konusunda kendisini algılayışını ölçen, kendini değerlendirme türü bir ölçektir. Envanter 35 maddeden 6'lı likert ölçeğinden oluşmaktadır. Verilen cevaplara 1 ile 6 arasında değişen puanlar verilir. Puanlamada 9, 22 ve 29. Maddeler puanlama dışı tutulur. Puanlama 32 madde üzerinden yapılır. 1, 2, 3, 4, 11, 13, 14, 15, 17, 21, 25, 26, 30 ve 34. maddeler ters olarak puanlanır. Envanterden alınabilecek puan ranjı, 32-192'dir. Ölçekten alınan toplam puanların yüksekliği, bireyin problem çözme becerileri konusunda kendini yetersiz olarak algıladığını gösterir (Savaşır ve Şahin, 1997). Bu araştırmada problem çözme becerisi envanterinin genel güvenilirliği 0,817 olarak yüksek derecede güvenilir bulunmuştur.

Yılmazlık ölçeği Gürğân (2006) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek Gürkan tarafından "Grupla Psikolojik Danışmanın Üniversite Öğrencilerinin Yılmazlık Düzeylerine Etkisi" isimli doktora tezinden türetilerek geliştirilmiştir. Bu amaçla çeşitli yılmazlık ölçeklerinden aynen ya da değiştirilerek alınmış ve olası yılmazlık alanlarını büyük ölçüde kapsayan 228 maddelik bir madde havuzu oluşturulmuştur. Bu madde havuzu ilk aşamada 419 üniversite öğrencisinden oluşan bir örnekleme uygulanmıştır. Analizler sonucunda belirlenen 50 maddeden oluşan Yılmazlık Ölçeği, ikinci aşamada 112 katılımcıdan oluşan yeni bir üniversite öğrencileri örnekleme uygulanmıştır. Ölçek 50 maddeden oluşmaktadır. Ölçek maddeleri "Hiç tanımlamıyor (1), Biraz tanımlıyor (2), Orta düzeyde tanımlıyor (3), İyi tanımlıyor (4), Çok iyi tanımlıyor (5)" şeklinde yapılmakta ve puanlanmaktadır. Yılmazlık ölçeğinin 1, 4, 5, 9, 10, 14, 16, 17, 20, 26, 27, 32, 33, 35, 38, 39, 41, 42, 43, 44, 47 ve 49. maddeleri ters kodlanmaktadır. Ölçek güçlü olma, girişimci olma, iyimser olma/yaşama bağlı olma, iletişim/ilişki kurma, öngörü, amaca ulaşma, lider olma, araştırmacı olma olarak sekiz alt boyuttan oluşmaktadır. Alt boyut puanlarındaki artış yılmazlığın yüksekliğini, azalma ise yılmazlığın düşüklüğünü göstermektedir. Gürkan ölçeğin güvenilirliğini 0.87 olarak bulmuştur. Bu araştırmada ölçeğin genel güvenilirliği $\alpha=0.94$ olarak yüksek derecede güvenilir bulunmuştur.

2.4. Araştırmanın Hipotezleri

Araştırma hipotezleri araştırma amacı ve ölçme aracına göre belirlenmiştir. Hipotezler aşağıda verilmiştir.

H₁: Elit sporcuların iletişim becerilerinin yılmazlık üzerine etkisinde problem çözme becerileri aracılık rolü vardır.

H₂: Elit sporcuların duygusal zekâlarının yılmazlık üzerine etkisinde problem çözme becerileri aracılık rolü vardır.

H₃: Elit sporcuların iletişim becerileri tanımlayıcı özelliklerine göre anlamlı farklılık göstermektedir.

H₄: Elit sporcuların duygusal zekâları tanımlayıcı özelliklerine göre anlamlı farklılık göstermektedir.

H₅: Elit sporcuların problem çözme becerileri tanımlayıcı özelliklerine göre anlamlı farklılık göstermektedir.

H₆: Elit sporcuların yılmazlık düzeyleri tanımlayıcı özelliklerine göre anlamlı farklılık göstermektedir.

2.5. Araştırmanın Varsayımları

- Araştırmaya katılan elit sporcular ölçeklere samimi ve içten yanıtlar vermişlerdir.
- Araştırmada kullanılan ölçeklerin sporcuların iletişim becerileri, duygusal zekâ, problem çözme becerileri, yılmazlık düzeyini belirlemede yeterli olduğu varsayılmıştır.

2.6. Araştırmanın Sınırlılıkları

- Araştırma 2014-2015 sezonları ve müsabaka dönemleri ile sınırlıdır,
- Araştırma takım sporlarında futbol, basketbol, voleybol, hentbol bireysel sporlarda ise judo, atletizm, güreş, boks elit sporcuları ile sınırlıdır,
- Araştırma veri toplama aracı ile sınırlıdır,

- Araştırma evreni temsil eden örneklem ile sınırlıdır,
- Araştırma belirlenen hipotezler ile sınırlıdır.

2.7. Verilerin İstatistiksel Analizi

Araştırmada elde edilen veriler SPSS (Statistical Package for Social Sciences) for Windows 22.0 programı kullanılarak analiz edilmiştir. Verilerin değerlendirilmesinde tanımlayıcı istatistiksel yöntemleri olarak sayı, yüzde, ortalama, standart sapma kullanılmıştır.

İki bağımsız grup arasında niceliksel sürekli verilerin karşılaştırılmasında t-testi, ikiden fazla bağımsız grup arasında niceliksel sürekli verilerin karşılaştırılmasında Tek yönlü (One way) Anova testi kullanılmıştır. Anova testi sonrasında farklılıkları belirlemek üzere tamamlayıcı post-hoc analizi olarak Scheffe testi kullanılmıştır.

Araştırmanın sürekli değişkenleri arasında pearson korelasyon ve regresyon analizi uygulanmıştır. Korelasyon analizi sürekli değişkenler arasında doğrusal ilişkinin kuvveti (derecesi) ve yönünün belirlemek üzere uygulanır. Araştırmanın sürekli değişkenleri arasında nedensellik ilişkisini belirlemek üzere; bağımsız değişkenler yardımıyla zor elde edilen bağımlı değişken değerini kestirmek için regresyon analizi uygulanır (http://www.istatistikanaliz.com/regresyon_analizi.asp).

Elde edilen bulgular %95 güven aralığında, %5 anlamlılık düzeyinde değerlendirilmiştir. Ölçekler arasındaki korelasyon ilişkileri aşağıdaki kriterlere göre değerlendirilmiştir (Kalaycı, 2006);

<i>r</i>	İlişi
0,00-0,25	Çok Zayıf
0,26-0,49	Zayıf
0,50-0,69	Orta
0,70-0,89	Yüksek
0,90-1,00	Çok Yüksek

Elde edilen bulgular %95 güven aralığında %5 anlamlılık düzeyinde değerlendirilmiştir.

3. BULGULAR VE YORUMLAR

Bu bölümde, araştırma probleminin çözümü için, araştırmaya katılan elit sporculardan ölçekler yoluyla toplanan verilerin analizi sonucunda elde edilen bulgular yer almaktadır. Elde edilen bulgulara dayalı olarak açıklama ve yorumlar yapılmıştır.

3.1. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların Demografik Özelliklere Göre Dağılımı

Tablo 3. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların Demografik Özelliklere Göre Dağılımı

Tablolar	Gruplar	Frekans (n)	Yüzde (%)
Cinsiyet	Erkek	291	52,5
	Bayan	263	47,5
	Toplam	554	100,0
Yaş Grubu	18-23	422	76,2
	24-29	132	23,8
	Toplam	554	100,0
Branşı	Futbol	148	26,7
	Basketbol	57	10,3
	Voleybol	103	18,6
	Hentbol	59	10,6
	Güreş	61	11,0
	Boks	15	2,7
	Atletizm	65	11,7
	Judo	46	8,3
	Toplam	554	100,0
Eğitim Durumu	Önlisans	208	37,5
	Lisans	346	62,5
	Toplam	554	100,0
Aktif Olarak Spor Yapma Süresi	1-5 Yıl	73	13,2
	6-10 Yıl	278	50,2
	11-15 Yıl	161	29,1
	16 Yıl Ve üstü	42	7,6
	Toplam	554	100,0
Elit Düzeyde Spor Yapma Süresi	1-4 Yıl	262	47,3
	5-8 Yıl	220	39,7
	9 Yıl Ve üstü	72	13,0
	Toplam	554	100,0

Elit sporcular cinsiyet değişkenine göre 291'i (%52,5) erkek, 263'ü (%47,5) bayan olarak dağılmaktadır.

Elit sporcular yaş grubu değişkenine göre 422'si (%76,2) 18-23, 132'si (%23,8) 24-29 olarak dağılmaktadır.

Elit sporcular branşı değişkenine göre 148'i (%26,7) futbol, 57'si (%10,3) basketbol, 103'ü (%18,6) voleybol, 59'u (%10,6) hentbol, 61'i (%11,0) güreş, 15'i (%2,7) boks, 65'i (%11,7) atletizm, 46'sı (%8,3) judo olarak dağılmaktadır.

Elit sporcular eğitim durumu değişkenine göre 208'i (%37,5) önlisans, 346'sı (%62,5) lisans olarak dağılmaktadır.

Elit sporcular aktif olarak spor yapma süresi değişkenine göre 73'ü (%13,2) 1-5 yıl, 278'i (%50,2) 6-10 yıl, 161'i (%29,1) 11-15 yıl, 42'si (%7,6) 16 yıl ve üstü olarak dağılmaktadır.

Elit sporcular elit düzeyde spor yapma süresi değişkenine göre 262'si (%47,3) 1-4 yıl, 220'si (%39,7) 5-8 yıl, 72'si (%13,0) 9 yıl ve üstü olarak dağılmaktadır.

3.2. Ölçeklere Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

Tablo 4. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların Duygusal Zekâ Düzeylerinin Ortalamaları

	N	Ort	Ss	Min.	Maks.
Başkalarının Duygularını Değerlendirme	554	17,451	3,797	5,000	25,000
Kendi Duygularını Değerlendirme	554	11,792	2,874	3,000	15,000
Duyguları Düzenleme	554	7,727	1,920	2,000	10,000
Sosyal Beceriler	554	11,222	2,842	3,000	15,000
Duyguların Kullanımı	554	23,343	4,849	6,000	30,000
Genel Duygusal Zeka	554	71,536	13,640	19,000	95,000

Araştırmaya katılan elit sporcuların duygusal zekâ düzeylerinin ortalamaları incelendiğinde, “başkalarının duygularını değerlendirme” düzeyi ortalamasının $(17,451 \pm 3,797)$; “kendi duygularını değerlendirme” düzeyi ortalamasının $(11,792 \pm 2,874)$; “duyguları düzenleme” düzeyi ortalamasının $(7,727 \pm 1,920)$; “sosyal beceriler” düzeyi ortalamasının $(11,222 \pm 2,842)$; “duyguların kullanımı” düzeyi ortalamasının $(23,343 \pm 4,849)$; “genel duygusal zeka” düzeyi ortalamasının $(71,536 \pm 13,640)$ düzeyde olduğu görülmektedir.

Tablo 5. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların İletişim Becerileri Düzeyi Ortalaması

	N	Ort	Ss	Min.	Max.
İletişim Becerileri	554	100,448	13,546	42,000	125,000

Araştırmaya katılan elit sporcuların iletişim becerileri düzeyi ortalamasının (100,448 ± 13,546) düzeyde olduğu görülmektedir.

Tablo 6. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların Problem Çözme Becerisi Düzeyi Ortalaması

	N	Ort	Ss	Min.	Maks.
Problem Çözme Becerisi	554	96,740	17,346	45,000	135,000

Araştırmaya katılan elit sporcuların “problem çözme becerisi” düzeyi ortalamasının (96,740 ± 17,346) düzeyde olduğu görülmektedir.

Tablo 7. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların Yılmazlık Düzeylerinin Ortalamaları

	N	Ort	Ss	Min.	Max.
Güçlü Olma	554	64,507	12,616	19,000	90,000
Girişimci Olma	554	31,700	5,702	17,000	45,000
İyimser Olma/yaşama Bağlı Olma	554	18,336	4,398	5,000	25,000
İletişim/ilişki Kurma	554	14,394	3,598	4,000	20,000
Öngörü	554	10,368	2,342	5,000	15,000
Amaca Ulaşma	554	14,796	3,605	4,000	20,000
Lider Olma	554	17,912	3,844	6,000	25,000
Araştırmacı Olma	554	7,370	2,031	2,000	10,000
Genel Yılmazlık Durumu	554	179,383	31,742	66,000	244,000

Araştırmaya katılan elit sporcuların yılmazlık düzeylerinin ortalamaları incelendiğinde, “güçlü olma ” düzeyi ortalamasının (64,507 ± 12,616); “girişimci olma” düzeyi ortalamasının (31,700 ± 5,702); “iyimser olma/yaşama bağlı olma” düzeyi ortalamasının (18,336 ± 4,398); “iletişim/ilişki kurma” düzeyi ortalamasının (14,394 ± 3,598); “öngörü” düzeyi ortalamasının (10,368 ± 2,342); “amaca ulaşma” düzeyi ortalamasının (14,796 ± 3,605); “lider olma” düzeyi ortalamasının (17,912 ± 3,844); “araştırmacı olma” düzeyi ortalamasının (7,370 ± 2,031); “genel yılmazlık” düzeyi ortalamasının (179,383 ± 31,742) düzeyde olduğu görülmektedir.

3.3. İletişim Becerilerinin Yılmazlık Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi

Bu bölümde iletişim becerilerinin yılmazlık üzerine etkisinde problem çözme becerisinin aracılık ilişkisine yönelik analizlere ilişkin bulgular verilmiştir.

3.3.1. İletişim Becerilerinin Güçlü Olma Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolü

İletişim becerilerinin yılmazlık alt boyutlarından güçlü olma üzerine etkisinde problem çözmenin aracılık rolünü belirlemek üzere hiyerarşik regresyon analizi uygulanmıştır. Regresyon analizlerine ilişkin bulgular aşağıda verilmiştir.

Tablo 8. İletişim Becerilerinin Güçlü Olma Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi

Bağımsız Değişken	Problem Çözme Becerisi			Güçlü Olma		
	β	t	p	β	t	p
Sabit	149,012	29,523	0,000	104,494	41,741	0,000
İletişim Becerileri	-0,520	-10,450	0,000	-	-	-
Problem Çözme Becerisi	-	-	-	-0,413	-16,227	0,000
F	109,200			263,329		
Model (p)	0,000			0,000		
R²	0,164			0,322		
Bağımsız Değişken	Güçlü Olma			Güçlü Olma		
	β	t	p	β	t	p
Sabit	33,019	8,728	0,000	89,039	16,924	0,000
İletişim Becerileri	0,313	8,398	0,000	0,118	3,331	0,001
Problem Çözme Becerisi	-	-	-	-0,376	-13,608	0,000
F	70,526			139,621		
Model (p)	0,000			0,000		
R²	0,112			0,334		

İletişim becerileri ile problem çözme becerisi arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (F=109,200; p=0,000<0.05). Problem çözme becerisi düzeyinin belirleyicisi olarak iletişim becerileri değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) zayıf olduğu görülmüştür (R²=0,164). Elit sporcuların iletişim becerileri düzeyi problem çözme becerisi düzeyini azaltmaktadır (β =-0,520).

Problem çözme becerisi ile güçlü olma arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (F=263,329;

$p=0,000<0.05$). Güçlü olma düzeyinin belirleyicisi olarak problem çözme becerisi değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) güçlü olduğu görülmüştür ($R^2=0,322$). Elit sporcuların problem çözme becerisi düzeyi güçlü olma düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-0,413$).

İletişim becerileri ile güçlü olma arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=70,526$; $p=0,000<0.05$). Güçlü olma düzeyinin belirleyicisi olarak iletişim becerileri değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) zayıf olduğu görülmüştür ($R^2=0,112$). Elit sporcuların iletişim becerileri düzeyi güçlü olma düzeyini arttırmaktadır ($\beta=0,313$).

İletişim becerileri, problem çözme becerisi ile güçlü olma arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=139,621$; $p=0,000<0.05$). Güçlü olma düzeyinin belirleyicisi olarak iletişim becerileri, problem çözme becerisi değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) güçlü olduğu görülmüştür ($R^2=0,334$). Elit sporcuların iletişim becerileri düzeyi güçlü olma düzeyini arttırmaktadır ($\beta=0,118$). Elit sporcuların problem çözme becerisi düzeyi güçlü olma düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-0,376$).

Yapılan hiyerarşik regresyon analizleri sonucunda elit sporcuların iletişim becerilerinin güçlü olma düzeyi üzerine etkisi ($\beta=0,313$), modele problem çözme becerisi eklendiğinde ($\beta=0,118$) azalmaktadır. Bu sonuç elit sporcularda iletişim becerilerinin güçlü olmaya etkisinde problem çözme becerisinin kısmi aracılık rolü olduğunu göstermektedir.

3.3.2. İletişim Becerilerinin Girişimci Olma Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolü

İletişim becerilerinin yılmazlık alt boyutlarından girişimci olma üzerine etkisinde problem çözmenin aracılık rolünü belirlemek üzere hiyerarşik regresyon analizi uygulanmıştır. Regresyon analizlerine ilişkin bulgular aşağıda verilmiştir.

Tablo 9. İletişim Becerilerinin Girişimci Olma Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi

Bağımsız Değişken	Problem Çözme Becerisi			Girişimci Olma		
	β	t	p	β	t	p
Sabit	149,012	29,523	0,000	48,859	42,200	0,000
İletişim Becerileri	-0,520	-10,450	0,000	-	-	-
Problem Çözme Becerisi	-	-	-	-0,177	-15,056	0,000
F	109,200			226,683		
Model (p)	0,000			0,000		
R²	0,164			0,290		
Bağımsız Değişken	Girişimci Olma			Girişimci Olma		
	β	t	p	β	t	p
Sabit	20,287	11,602	0,000	45,508	18,558	0,000
İletişim Becerileri	0,114	6,587	0,000	0,026	1,550	0,122
Problem Çözme Becerisi	-	-	-	-0,169	-13,144	0,000
F	43,384			114,830		
Model (p)	0,000			0,000		
R²	0,071			0,292		

İletişim becerileri ile problem çözme becerisi arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (F=109,200; p=0,000<0.05). Problem çözme becerisi düzeyinin belirleyicisi olarak iletişim becerileri değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) zayıf olduğu görülmüştür (R²=0,164). Elit sporcuların iletişim becerileri düzeyi problem çözme becerisi düzeyini azaltmaktadır (β =-0,520).

Problem çözme becerisi ile girişimci olma arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (F=226,683; p=0,000<0.05). Girişimci olma düzeyinin belirleyicisi olarak problem çözme becerisi değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) güçlü olduğu görülmüştür (R²=0,290). Elit sporcuların problem çözme becerisi düzeyi girişimci olma düzeyini azaltmaktadır (β =-0,177).

İletişim becerileri ile girişimci olma arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (F=43,384; p=0,000<0.05). Girişimci olma düzeyinin belirleyicisi olarak iletişim becerileri değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) zayıf olduğu görülmüştür (R²=0,071). Elit

sporcuların iletişim becerileri düzeyi girişimci olma düzeyini arttırmaktadır ($\beta=0,114$).

İletişim becerileri, problem çözme becerisi ile girişimci olma arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=114,830$; $p=0,000<0.05$). Girişimci olma düzeyinin belirleyicisi olarak iletişim becerileri, problem çözme becerisi değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) güçlü olduğu görülmüştür ($R^2=0,292$). Elit sporcuların iletişim becerileri düzeyi girişimci olma düzeyini etkilememektedir ($p=0.122>0.05$). Elit sporcuların problem çözme becerisi düzeyi girişimci olma düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-0,169$).

Yapılan hiyerarşik regresyon analizleri sonucunda elit sporcuların iletişim becerilerinin girişimci olma düzeyi üzerine etkisi ($\beta=0,114$), modele problem çözme becerisi eklendiğinde ($\beta=0,122$) azalmaktadır. Bu sonuç elit sporcularda iletişim becerilerinin girişimci olmaya etkisinde problem çözme becerisinin kısmi aracılık rolü olduğunu göstermektedir.

3.3.3. İletişim Becerilerinin İyimser Olma/Yaşama Bağlı Olma Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolü

İletişim becerilerinin yılmazlık alt boyutlarından iyimser olma/yaşama bağlı olma üzerine etkisinde problem çözmenin aracılık rolünü belirlemek üzere hiyerarşik regresyon analizi uygulanmıştır. Regresyon analizlerine ilişkin bulgular aşağıda verilmiştir.

Tablo 10. İletişim Becerilerinin İyimser Olma/Yaşama Bağlı Olma Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi

Bağımsız Değişken	Problem Çözme Becerisi			İyimser Olma/yaşama Bağlı Olma		
	β	t	p	β	t	p
Sabit	149,012	29,523	0,000	31,001	34,132	0,000
İletişim Becerileri	-0,520	-10,450	0,000	-	-	-
Problem Çözme Becerisi	-	-	-	-0,131	-14,166	0,000
F	109,200			200,684		
Model (p)	0,000			0,000		
R²	0,164			0,265		
Bağımsız Değişken	İyimser Olma/yaşama Bağlı Olma			İyimser Olma/yaşama Bağlı Olma		
	β	t	p	β	t	p
Sabit	10,600	7,791	0,000	29,605	15,365	0,000
İletişim Becerileri	0,077	5,737	0,000	0,011	0,822	0,412
Problem Çözme Becerisi	-	-	-	-0,128	-12,606	0,000
F	32,913			100,620		
Model (p)	0,000			0,000		
R²	0,055			0,265		

İletişim becerileri ile problem çözme becerisi arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (F=109,200; p=0,000<0.05). Problem çözme becerisi düzeyinin belirleyicisi olarak iletişim becerileri değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) zayıf olduğu görülmüştür (R²=0,164). Elit sporcuların iletişim becerileri düzeyi problem çözme becerisi düzeyini azaltmaktadır (β =-0,520).

Problem çözme becerisi ile iyimser olma/yaşama bağlı olma arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (F=200,684; p=0,000<0.05). İyimser olma/yaşama bağlı olma düzeyinin belirleyicisi olarak problem çözme becerisi değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) güçlü olduğu görülmüştür (R²=0,265). Elit sporcuların problem çözme becerisi düzeyi iyimser olma/yaşama bağlı olma düzeyini azaltmaktadır (β =-0,131).

İletişim becerileri ile iyimser olma/yaşama bağlı olma arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=32,913$; $p=0,000<0.05$). İyimser olma/yaşama bağlı olma düzeyinin belirleyicisi olarak iletişim becerileri değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) zayıf olduğu görülmüştür ($R^2=0,055$). Elit sporcuların iletişim becerileri düzeyi iyimser olma/yaşama bağlı olma düzeyini arttırmaktadır ($\beta=0,077$).

İletişim becerileri, problem çözme becerisi ile iyimser olma/yaşama bağlı olma arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=100,620$; $p=0,000<0.05$). İyimser olma/yaşama bağlı olma düzeyinin belirleyicisi olarak iletişim becerileri, problem çözme becerisi değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) güçlü olduğu görülmüştür ($R^2=0,265$). Elit sporcuların iletişim becerileri düzeyi iyimser olma/yaşama bağlı olma düzeyini etkilememektedir ($p=0.412>0.05$). Elit sporcuların problem çözme becerisi düzeyi iyimser olma/yaşama bağlı olma düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-0,128$).

Yapılan hiyerarşik regresyon analizleri sonucunda elit sporcuların iletişim becerilerinin iyimser olma/yaşama bağlı olma düzeyi üzerine etkisinin modele problem çözme becerisi eklendiğinde ortadan kalktığı belirlenmiştir. Bu sonuç elit sporcularda iletişim becerilerinin iyimser olma/yaşama bağlı olmaya etkisinde problem çözme becerisinin tam aracılık rolü olduğunu göstermektedir.

3.3.4. İletişim Becerilerinin İletişim/İlişki Kurma Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolü

İletişim becerilerinin yılmazlık alt boyutlarından iletişim/ilişki kurma üzerine etkisinde problem çözmenin aracılık rolünü belirlemek üzere hiyerarşik regresyon analizi uygulanmıştır. Regresyon analizlerine ilişkin bulgular aşağıda verilmiştir.

Tablo 11. İletişim Becerilerinin İletişim/İlişki Kurma Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi

Bağımsız Değişken	Problem Çözme Becerisi			İletişim/ilişki Kurma		
	β	t	p	β	t	p
Sabit	149,012	29,523	0,000	24,332	32,277	0,000
İletişim Becerileri	-0,520	-10,450	0,000	-	-	-
Problem Çözme Becerisi	-	-	-	-0,103	-13,394	0,000
F	109,200			179,396		
Model (p)	0,000			0,000		
R²	0,164			0,244		
Bağımsız Değişken	İletişim/ilişki Kurma			İletişim/ilişki Kurma		
	β	t	p	β	t	p
Sabit	6,777	6,170	0,000	20,819	13,084	0,000
İletişim Becerileri	0,076	6,998	0,000	0,027	2,504	0,013
Problem Çözme Becerisi	-	-	-	-0,094	-11,279	0,000
F	48,970			93,688		
Model (p)	0,000			0,000		
R²	0,080			0,251		

İletişim becerileri ile problem çözme becerisi arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (F=109,200; p=0,000<0.05). Problem çözme becerisi düzeyinin belirleyicisi olarak iletişim becerileri değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) zayıf olduğu görülmüştür (R²=0,164). Elit sporcuların iletişim becerileri düzeyi problem çözme becerisi düzeyini azaltmaktadır (β=-0,520).

Problem çözme becerisi ile iletişim/ilişki kurma arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (F=179,396; p=0,000<0.05). İletişim/ilişki kurma düzeyinin belirleyicisi olarak problem çözme becerisi değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) güçlü olduğu görülmüştür (R²=0,244). Elit sporcuların problem çözme becerisi düzeyi iletişim/ilişki kurma düzeyini azaltmaktadır (β=-0,103).

İletişim becerileri ile iletişim/ilişki kurma arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (F=48,970; p=0,000<0.05). İletişim/ilişki kurma düzeyinin belirleyicisi olarak iletişim becerileri değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) zayıf olduğu görülmüştür (R²=0,080). Elit sporcuların iletişim becerileri düzeyi iletişim/ilişki kurma düzeyini arttırmaktadır (β=0,076).

İletişim becerileri, problem çözme becerisi ile iletişim/ilişki kurma arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=93,688$; $p=0,000<0,05$). İletişim/ilişki kurma düzeyinin belirleyicisi olarak iletişim becerileri, problem çözme becerisi değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) güçlü olduğu görülmüştür ($R^2=0,251$). Elit sporcuların iletişim becerileri düzeyi iletişim/ilişki kurma düzeyini arttırmaktadır ($\beta=0,027$). Elit sporcuların problem çözme becerisi düzeyi iletişim/ilişki kurma düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-0,094$).

Yapılan hiyerarşik regresyon analizleri sonucunda elit sporcuların iletişim becerilerinin iletişim/ilişki kurma düzeyi üzerine etkisi ($\beta=0,076$), modele problem çözme becerisi eklendiğinde ($\beta=0,027$) azalmaktadır. Bu sonuç elit sporcularda iletişim becerilerinin iletişim/ilişki kurmaya etkisinde problem çözme becerisinin kısmi aracılık rolü olduğunu göstermektedir.

3.3.5. İletişim Becerilerinin Öngörü Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolü

İletişim becerilerinin yılmazlık alt boyutlarından öngörü üzerine etkisinde problem çözmenin aracılık rolünü belirlemek üzere hiyerarşik regresyon analizi uygulanmıştır. Regresyon analizlerine ilişkin bulgular aşağıda verilmiştir.

Tablo 12. İletişim Becerilerinin Öngörü Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi

Bağımsız Değişken	Problem Çözme Becerisi			Öngörü		
	β	t	p	β	t	p
Sabit	149,012	29,523	0,000	16,451	32,917	0,000
İletişim Becerileri	-0,520	-10,450	0,000	-	-	-
Problem Çözme Becerisi	-	-	-	-0,063	-12,365	0,000
F	109,200			152,888		
Model (p)	0,000			0,000		
R²	0,164			0,215		
Bağımsız Değişken	Öngörü			Öngörü		
	β	t	p	β	t	p
Sabit	4,904	6,928	0,000	13,046	12,448	0,000
İletişim Becerileri	0,054	7,788	0,000	0,026	3,684	0,000
Problem Çözme Becerisi	-	-	-	-0,055	-9,928	0,000
F	60,651			84,972		
Model (p)	0,000			0,000		
R²	0,097			0,233		

İletişim becerileri ile problem çözme becerisi arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=109,200$; $p=0,000<0.05$). Problem çözme becerisi düzeyinin belirleyicisi olarak iletişim becerileri değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) zayıf olduğu görülmüştür ($R^2=0,164$). Elit sporcuların iletişim becerileri düzeyi problem çözme becerisi düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-0,520$).

Problem çözme becerisi ile öngörü arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=152,888$; $p=0,000<0.05$). Öngörü düzeyinin belirleyicisi olarak problem çözme becerisi değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) güçlü olduğu görülmüştür ($R^2=0,215$). Elit sporcuların problem çözme becerisi düzeyi öngörü düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-0,063$).

İletişim becerileri ile öngörü arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=60,651$; $p=0,000<0.05$). Öngörü düzeyinin belirleyicisi olarak iletişim becerileri değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) zayıf olduğu görülmüştür ($R^2=0,097$). Elit sporcuların iletişim becerileri düzeyi öngörü düzeyini arttırmaktadır ($\beta=0,054$).

İletişim becerileri, problem çözme becerisi ile öngörü arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=84,972$; $p=0,000<0.05$). Öngörü düzeyinin belirleyicisi olarak iletişim becerileri, problem çözme becerisi değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) güçlü olduğu görülmüştür ($R^2=0,233$). Elit sporcuların iletişim becerileri düzeyi öngörü düzeyini arttırmaktadır ($\beta=0,026$). Elit sporcuların problem çözme becerisi düzeyi öngörü düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-0,055$).

Yapılan hiyerarşik regresyon analizleri sonucunda elit sporcuların iletişim becerilerinin öngörü düzeyi üzerine etkisi ($\beta=0,054$), modele problem çözme becerisi eklendiğinde ($\beta=0,026$) azalmaktadır. Bu sonuç elit sporcularda iletişim becerilerinin öngörüye etkisinde problem çözme becerisinin kısmi aracılık rolü olduğunu göstermektedir.

3.3.6. İletişim Becerilerinin Amaca Ulaşma Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolü

İletişim becerilerinin yılmazlık alt boyutlarından amaca ulaşma üzerine etkisinde problem çözmenin aracılık rolünü belirlemek üzere hiyerarşik regresyon analizi uygulanmıştır. Regresyon analizlerine ilişkin bulgular aşağıda verilmiştir.

Tablo 13. İletişim Becerilerinin Amaca Ulaşma Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi

Bağımsız Değişken	Problem Çözme Becerisi			Amaca Ulaşma		
	β	t	p	β	t	p
Sabit	149,012	29,523	0,000	25,209	33,893	0,000
İletişim Becerileri	-0,520	-10,450	0,000	-	-	-
Problem Çözme Becerisi	-	-	-	-0,108	-14,223	0,000
F	109,200			202,291		
Model (p)	0,000			0,000		
R²	0,164			0,267		
Bağımsız Değişken	Amaca Ulaşma			Amaca Ulaşma		
	β	t	p	β	t	p
Sabit	8,358	7,500	0,000	23,940	15,175	0,000
İletişim Becerileri	0,064	5,829	0,000	0,010	0,912	0,362
Problem Çözme Becerisi	-	-	-	-0,105	-12,623	0,000
F	33,981			101,531		
Model (p)	0,000			0,000		
R²	0,056			0,267		

İletişim becerileri ile problem çözme becerisi arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=109,200$; $p=0,000<0.05$). Problem çözme becerisi düzeyinin belirleyicisi olarak iletişim becerileri değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) zayıf olduğu görülmüştür ($R^2=0,164$). Elit sporcuların iletişim becerileri düzeyi problem çözme becerisi düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-0,520$).

Problem çözme becerisi ile amaca ulaşma arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=202,291$; $p=0,000<0.05$). Amaca ulaşma düzeyinin belirleyicisi olarak problem çözme becerisi değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) güçlü olduğu görülmüştür ($R^2=0,267$). Elit sporcuların problem çözme becerisi düzeyi amaca ulaşma düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-0,108$).

İletişim becerileri ile amaca ulaşma arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=33,981$; $p=0,000<0.05$). Amaca ulaşma düzeyinin belirleyicisi olarak iletişim becerileri değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) zayıf olduğu görülmüştür ($R^2=0,056$). Elit sporcuların iletişim becerileri düzeyi amaca ulaşma düzeyini arttırmaktadır ($\beta=0,064$).

İletişim becerileri, problem çözme becerisi ile amaca ulaşma arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=101,531$; $p=0,000<0.05$). Amaca ulaşma düzeyinin belirleyicisi olarak iletişim becerileri, problem çözme becerisi değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) güçlü olduğu görülmüştür ($R^2=0,267$). Elit sporcuların iletişim becerileri düzeyi amaca ulaşma düzeyini etkilememektedir ($p=0.362>0.05$). Elit sporcuların problem çözme becerisi düzeyi amaca ulaşma düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-0,105$).

Yapılan hiyerarşik regresyon analizleri sonucunda elit sporcuların iletişim becerilerinin amaca ulaşma düzeyi üzerine etkisinin modele problem çözme becerisi eklendiğinde ortadan kalktığı belirlenmiştir. Bu sonuç elit sporcularda iletişim becerilerinin amaca ulaşmaya etkisinde problem çözme becerisinin tam aracılık rolü olduğunu göstermektedir.

3.3.7. İletişim Becerilerinin Lider Olma Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolü

İletişim becerilerinin yılmazlık alt boyutlarından liderlik olma üzerine etkisinde problem çözmenin aracılık rolünü belirlemek üzere hiyerarşik regresyon analizi uygulanmıştır. Regresyon analizlerine ilişkin bulgular aşağıda verilmiştir.

Tablo 14. İletişim Becerilerinin Lider Olma Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi

Bağımsız Değişken	Problem Çözme Becerisi			Lider Olma		
	β	t	p	β	t	p
Sabit	149,012	29,523	0,000	28,599	35,585	0,000
İletişim Becerileri	-0,520	-10,450	0,000	-	-	-
Problem Çözme Becerisi	-	-	-	-0,110	-13,510	0,000
F	109,200			182,511		
Model (p)	0,000			0,000		
R²	0,164			0,247		
Bağımsız Değişken	Lider Olma			Lider Olma		
	β	t	p	β	t	p
Sabit	10,772	9,088	0,000	26,464	15,541	0,000
İletişim Becerileri	0,071	6,078	0,000	0,016	1,422	0,156
Problem Çözme Becerisi	-	-	-	-0,105	-11,777	0,000
F	36,948			92,435		
Model (p)	0,000			0,000		
R²	0,061			0,249		

İletişim becerileri ile problem çözme becerisi arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (F=109,200; p=0,000<0.05). Problem çözme becerisi düzeyinin belirleyicisi olarak iletişim becerileri değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) zayıf olduğu görülmüştür (R²=0,164). Elit sporcuların iletişim becerileri düzeyi problem çözme becerisi düzeyini azaltmaktadır (β =-0,520).

Problem çözme becerisi ile lider olma arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (F=182,511; p=0,000<0.05). Lider olma düzeyinin belirleyicisi olarak problem çözme becerisi değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) güçlü olduğu görülmüştür

($R^2=0,247$). Elit sporcuların problem çözme becerisi düzeyi lider olma düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-0,110$).

İletişim becerileri ile lider olma arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=36,948$; $p=0,000<0.05$). Lider olma düzeyinin belirleyicisi olarak iletişim becerileri değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) zayıf olduğu görülmüştür ($R^2=0,061$). Elit sporcuların iletişim becerileri düzeyi lider olma düzeyini arttırmaktadır ($\beta=0,071$).

İletişim becerileri, problem çözme becerisi ile lider olma arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=92,435$; $p=0,000<0.05$). Lider olma düzeyinin belirleyicisi olarak iletişim becerileri, problem çözme becerisi değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) güçlü olduğu görülmüştür ($R^2=0,249$). Elit sporcuların iletişim becerileri düzeyi lider olma düzeyini etkilememektedir ($p=0.156>0.05$). Elit sporcuların problem çözme becerisi düzeyi lider olma düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-0,105$).

Yapılan hiyerarşik regresyon analizleri sonucunda elit sporcuların iletişim becerilerinin lider olma düzeyi üzerine etkisinin modele problem çözme becerisi eklendiğinde ortadan kalktığı belirlenmiştir. Bu sonuç elit sporcularda iletişim becerilerinin lider olmaya etkisinde problem çözme becerisinin tam aracılık rolü olduğunu göstermektedir.

3.3.8. İletişim Becerilerinin Araştırmacı Olma Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolü

İletişim becerilerinin yılmazlık alt boyutlarından araştırmacı olma üzerine etkisinde problem çözmenin aracılık rolünü belirlemek üzere hiyerarşik regresyon analizi uygulanmıştır. Regresyon analizlerine ilişkin bulgular aşağıda verilmiştir.

Tablo 15. İletişim Becerilerinin Araştırmacı Olma Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi

Bağımsız Değişken	Problem Çözme Becerisi			Araştırmacı Olma		
	β	t	p	β	t	p
Sabit	149,012	29,523	0,000	11,820	26,243	0,000
İletişim Becerileri	-0,520	-10,450	0,000	-	-	-
Problem Çözme Becerisi	-	-	-	-0,046	-10,037	0,000
F	109,200			100,743		
Model (p)	0,000			0,000		
R²	0,164			0,153		
Bağımsız Değişken	Araştırmacı Olma			Araştırmacı Olma		
	β	t	p	β	t	p
Sabit	3,891	6,183	0,000	10,140	10,644	0,000
İletişim Becerileri	0,035	5,578	0,000	0,013	2,000	0,046
Problem Çözme Becerisi	-	-	-	-0,042	-8,383	0,000
F	31,111			52,645		
Model (p)	0,000			0,000		
R²	0,052			0,157		

İletişim becerileri ile problem çözme becerisi arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (F=109,200; p=0,000<0.05). Problem çözme becerisi düzeyinin belirleyicisi olarak iletişim becerileri değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) zayıf olduğu görülmüştür (R²=0,164). Elit sporcuların iletişim becerileri düzeyi problem çözme becerisi düzeyini azaltmaktadır (β =-0,520).

Problem çözme becerisi ile araştırmacı olma arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (F=100,743; p=0,000<0.05). Araştırmacı olma düzeyinin belirleyicisi olarak problem çözme becerisi değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) zayıf olduğu görülmüştür (R²=0,153). Elit sporcuların problem çözme becerisi düzeyi araştırmacı olma düzeyini azaltmaktadır (β =-0,046).

İletişim becerileri ile araştırmacı olma arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (F=31,111; p=0,000<0.05). Araştırmacı olma düzeyinin belirleyicisi olarak iletişim becerileri değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) zayıf olduğu görülmüştür (R²=0,052). Elit

sporcuların iletişim becerileri düzeyi araştırıcı olma düzeyini arttırmaktadır ($\beta=0,035$).

İletişim becerileri, problem çözme becerisi ile araştırıcı olma arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=52,645$; $p=0,000<0.05$). Araştırıcı olma düzeyinin belirleyicisi olarak iletişim becerileri, problem çözme becerisi değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) zayıf olduğu görülmüştür ($R^2=0,157$). Elit sporcuların iletişim becerileri düzeyi araştırıcı olma düzeyini arttırmaktadır ($\beta=0,013$). Elit sporcuların problem çözme becerisi düzeyi araştırıcı olma düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-0,042$).

Yapılan hiyerarşik regresyon analizleri sonucunda elit sporcuların iletişim becerilerinin araştırıcı olma üzerine etkisi ($\beta=0,035$), modele problem çözme becerisi eklendiğinde ($\beta=0,013$) azalmaktadır. Bu sonuç elit sporcularda iletişim becerilerinin araştırıcı olmaya etkisinde problem çözme becerisinin kısmi aracılık rolü olduğunu göstermektedir.

3.3.9. İletişim Becerilerinin Genel Yılmazlık Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolü

İletişim becerilerinin genel yılmazlık üzerine etkisinde problem çözmenin aracılık rolünü belirlemek üzere hiyerarşik regresyon analizi uygulanmıştır. Regresyon analizlerine ilişkin bulgular aşağıda verilmiştir.

Tablo 16. İletişim Becerilerinin Genel Yılmazlık Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi

Bağımsız Değişken	Problem Çözme Becerisi			Genel Yılmazlık		
	β	t	p	β	t	p
Sabit	149,012	29,523	0,000	290,764	48,868	0,000
İletişim Becerileri	-0,520	-10,450	0,000	-	-	-
Problem Çözme Becerisi	-	-	-	-1,151	-19,018	0,000
F	109,200			361,674		
Model (p)	0,000			0,000		
R²	0,164			0,395		
Bağımsız Değişken	Genel Yılmazlık			Genel Yılmazlık		
	β	t	p	β	t	p
Sabit	98,608	10,385	0,000	258,560	20,629	0,000
İletişim Becerileri	0,804	8,584	0,000	0,246	2,914	0,004
Problem Çözme Becerisi	-	-	-	-1,073	-16,310	0,000
F	73,683			187,535		
Model (p)	0,000			0,000		
R²	0,116			0,403		

İletişim becerileri ile problem çözme becerisi arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (F=109,200; p=0,000<0.05). Problem çözme becerisi düzeyinin belirleyicisi olarak iletişim becerileri değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) zayıf olduğu görülmüştür (R²=0,164). Elit sporcuların iletişim becerileri düzeyi problem çözme becerisi düzeyini azaltmaktadır (β =-0,520).

Problem çözme becerisi ile genel yılmazlık arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (F=361,674; p=0,000<0.05). Genel yılmazlık düzeyinin belirleyicisi olarak problem çözme becerisi değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) güçlü olduğu görülmüştür (R²=0,395). Elit sporcuların problem çözme becerisi düzeyi genel yılmazlık düzeyini azaltmaktadır (β =-1,151).

İletişim becerileri ile genel yılmazlık arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (F=73,683; p=0,000<0.05). Genel yılmazlık düzeyinin belirleyicisi olarak iletişim becerileri değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) zayıf olduğu görülmüştür

($R^2=0,116$). Elit sporcuların iletişim becerileri düzeyi genel yılmazlık düzeyini arttırmaktadır ($\beta=0,804$).

İletişim becerileri, problem çözme becerisi ile genel yılmazlık arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=187,535$; $p=0,000<0.05$). Genel yılmazlık düzeyinin belirleyicisi olarak iletişim becerileri, problem çözme becerisi değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) olduğu görülmüştür ($R^2=0,403$). Elit sporcuların iletişim becerileri düzeyi genel yılmazlık düzeyini arttırmaktadır ($\beta=0,246$). Elit sporcuların problem çözme becerisi düzeyi genel yılmazlık düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-1,073$).

Yapılan hiyerarşik regresyon analizleri sonucunda elit sporcuların iletişim becerilerinin yılmazlık üzerine etkisi ($\beta=0,804$), modele problem çözme becerisi eklendiğinde ($\beta=0,246$) azalmaktadır. Bu sonuç elit sporcularda iletişim becerilerinin yılmazlığa etkisinde problem çözme becerisinin kısmi aracılık rolü olduğunu göstermektedir.

3.4. Duygusal Zekânın Yılmazlık Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi

Bu bölümde duygusal zekânın yılmazlık üzerine etkisinde problem çözme becerisinin aracılık ilişkisine yönelik analizlere ilişkin bulgular verilmiştir.

3.4.1. Duygusal Zekâ Alt Boyutlarının Güçlü Olma Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolü

Duygusal zekâ alt boyutlarının yılmazlık alt boyutlarından güçlü olma üzerine etkisinde problem çözmenin aracılık rolünü belirlemek üzere hiyerarşik regresyon analizi uygulanmıştır. Regresyon analizlerine ilişkin bulgular aşağıda verilmiştir.

Tablo 17. Duygusal Zekâ Alt Boyutlarının Güçlü Olma Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi

Bağımsız Değişken	Problem Çözme Becerisi			Güçlü Olma		
	β	t	p	β	t	p
Sabit	128,396	35,203	0,000	104,494	41,741	0,000
Başkalarının Duygularını Değerlendirme	0,605	2,568	0,010	-	-	-
Kendi Duygularını Değerlendirme	-0,932	-2,560	0,011	-	-	-
Duyguları Düzenleme	-0,494	-0,944	0,345	-	-	-
Sosyal Beceriler	-0,276	-0,803	0,423	-	-	-
Duyguların Kullanımı	-1,042	-4,533	0,000	-	-	-
Problem Çözme Becerisi	-	-	-	-0,413	-16,227	0,000
F	22,894			263,329		
Model (p)	0,000			0,000		
R²	0,165			0,322		
Bağımsız Değişken	Güçlü Olma			Güçlü Olma		
	β	t	p	β	t	p
Sabit	31,505	12,818	0,000	71,017	17,967	0,000
Başkalarının Duygularını Değerlendirme	-0,145	-0,911	0,363	0,042	0,292	0,770
Kendi Duygularını Değerlendirme	0,606	2,47	0,014	0,319	1,452	0,147
Duyguları Düzenleme	0,101	0,286	0,775	-0,051	-0,163	0,871
Sosyal Beceriler	0,552	2,386	0,017	0,468	2,267	0,024
Duyguların Kullanımı	0,917	5,923	0,000	0,596	4,248	0,000
Problem Çözme Becerisi	-	-	-	-0,308	-12,005	0,000
F	44,736			71,037		
Model (p)	0,000			0,000		
R²	0,283			0,432		

Başkalarının duygularını değerlendirme, kendi duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme, sosyal beceriler, duyguların kullanımı ile problem çözme becerisi arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=22,894$; $p=0,000<0,05$). Problem çözme becerisi düzeyinin belirleyicisi olarak başkalarının duygularını değerlendirme, kendi duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme, sosyal beceriler, duyguların kullanımı değişkenleri ile ilişkisinin(açıklayıcılık gücünün) zayıf olduğu görülmüştür ($R^2=0,165$). Elit sporcuların başkalarının duygularını değerlendirme düzeyi problem çözme becerisi düzeyini arttırmaktadır ($\beta=0,605$). Elit sporcuların kendi duygularını değerlendirme düzeyi problem çözme becerisi düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-0,932$). Elit sporcuların duyguları düzenleme düzeyi problem çözme becerisi düzeyini etkilememektedir ($p=0,345>0,05$). Elit sporcuların sosyal beceriler düzeyi problem çözme becerisi düzeyini etkilememektedir ($p=0,423>0,05$). Elit sporcuların duyguların kullanımı düzeyi problem çözme becerisi düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-1,042$).

Problem çözüme becerisi ile güçlü olma arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=263,329$; $p=0,000<0.05$). Güçlü olma düzeyinin belirleyicisi olarak problem çözüme becerisi değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) güçlü olduğu görülmüştür ($R^2=0,322$). Elit sporcuların problem çözüme becerisi düzeyi güçlü olma düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-0,413$).

Başkalarının duygularını değerlendirme, kendi duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme, sosyal beceriler, duyguların kullanımı ile güçlü olma arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=44,736$; $p=0,000<0.05$). Güçlü olma düzeyinin belirleyicisi olarak başkalarının duygularını değerlendirme, kendi duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme, sosyal beceriler, duyguların kullanımı değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) güçlü olduğu görülmüştür ($R^2=0,283$). Elit sporcuların başkalarının duygularını değerlendirme düzeyi güçlü olma düzeyini etkilememektedir ($p=0.363>0.05$). Elit sporcuların kendi duygularını değerlendirme düzeyi güçlü olma düzeyini arttırmaktadır ($\beta=0,606$). Elit sporcuların duyguları düzenleme düzeyi güçlü olma düzeyini etkilememektedir ($p=0.775>0.05$). Elit sporcuların sosyal beceriler düzeyi güçlü olma düzeyini arttırmaktadır ($\beta=0,552$). Elit sporcuların duyguların kullanımı düzeyi güçlü olma düzeyini arttırmaktadır ($\beta=0,917$).

Başkalarının duygularını değerlendirme, kendi duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme, sosyal beceriler, duyguların kullanımı, problem çözüme becerisi ile güçlü olma arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=71,037$; $p=0,000<0.05$). Güçlü olma düzeyinin belirleyicisi olarak başkalarının duygularını değerlendirme, kendi duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme, sosyal beceriler, duyguların kullanımı, problem çözüme becerisi değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) çok güçlü olduğu görülmüştür ($R^2=0,432$). Elit sporcuların başkalarının duygularını değerlendirme düzeyi güçlü olma düzeyini etkilememektedir ($p=0.770>0.05$). Elit sporcuların kendi duygularını değerlendirme düzeyi güçlü olma düzeyini etkilememektedir ($p=0.147>0.05$). Elit sporcuların duyguları düzenleme düzeyi

güçlü olma düzeyini etkilememektedir ($p=0.871>0.05$). Elit sporcuların sosyal beceriler düzeyi güçlü olma düzeyini arttırmaktadır ($\beta=0,468$). Elit sporcuların duyguların kullanımı düzeyi güçlü olma düzeyini arttırmaktadır ($\beta=0,596$). Elit sporcuların problem çözme becerisi düzeyi güçlü olma düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-0,308$).

Yapılan hiyerarşik regresyon analizleri sonucunda elit sporcularda kendi duygularını değerlendirmenin güçlü olma üzerine etkisi modele problem çözme becerisi eklendiğinde ortadan kalkmaktadır. Bu sonuç kendi duygularını değerlendirmenin güçlü olma üzerine etkisinde problem çözme becerisinin tam ara değişken olduğunu göstermektedir. Sosyal becerilerin ara değişken (problem çözme becerisi) üzerinde etkisi olmadığından güçlü olmayı aracısız etkilemektedir. Duyguların kullanımının güçlü olma üzerine etkisi modele problem çözme becerisi eklendiğinde azalmaktadır. Bu sonuç duyguların kullanımının güçlü olma üzerine etkisinde problem çözme becerisinin kısmi ara değişken olduğunu göstermektedir.

3.4.2. Duygusal Zekâ Alt Boyutlarının Girişimci Olma Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolü

Duygusal zekâ alt boyutlarının yılmazlık alt boyutlarından girişimci olma üzerine etkisinde problem çözmenin aracılık rolünü belirlemek üzere hiyerarşik regresyon analizi uygulanmıştır. Regresyon analizlerine ilişkin bulgular aşağıda verilmiştir.

Tablo 18. Duygusal Zekâ Alt Boyutlarının Girişimci Olma Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi

Bağımsız Değişken	Problem Çözme Becerisi			Girişimci Olma		
	β	t	p	β	t	p
Sabit	128,396	35,203	0,000	48,859	42,2	0,000
Başkalarının Duygularını Değerlendirme	0,605	2,568	0,010	-	-	-
Kendi Duygularını Değerlendirme	-0,932	-2,560	0,011	-	-	-
Duyguları Düzenleme	-0,494	-0,944	0,345	-	-	-
Sosyal Beceriler	-0,276	-0,803	0,423	-	-	-
Duyguların Kullanımı	-1,042	-4,533	0,000	-	-	-
Problem Çözme Becerisi	-	-	-	-0,177	-	0,000
F	22,894			226,683		
Model (p)	0,000			0,000		
R²	0,165			0,29		
Bağımsız Değişken	Girişimci Olma			Girişimci Olma		
	β	t	p	β	t	p
Sabit	25,18	20,194	0,000	46,389	23,509	0,000
Başkalarının Duygularını Değerlendirme	-0,286	-3,546	0,000	-0,186	-2,615	0,009
Kendi Duygularını Değerlendirme	0,188	1,511	0,131	0,034	0,311	0,756
Duyguları Düzenleme	0,494	2,763	0,006	0,413	2,63	0,009
Sosyal Beceriler	0,25	2,128	0,034	0,204	1,985	0,048
Duyguların Kullanımı	0,114	1,452	0,147	-0,058	-0,828	0,408
Problem Çözme Becerisi	-	-	-	-0,165	-	0,000
F	12,908			41,776		
Model (p)	0,000			0,000		
R²	0,097			0,307		

Başkalarının duygularını değerlendirme, kendi duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme, sosyal beceriler, duyguların kullanımı ile problem çözme becerisi arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (F=22,894; p=0,000<0.05). Problem çözme becerisi düzeyinin belirleyicisi olarak başkalarının duygularını değerlendirme, kendi duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme, sosyal beceriler, duyguların kullanımı değişkenleri ile ilişkisinin(açıklayıcılık gücünün) zayıf olduğu görülmüştür(R²=0,165). Elit sporcuların başkalarının duygularını değerlendirme düzeyi problem çözme becerisi düzeyini arttırmaktadır ($\beta=0,605$). Elit sporcuların kendi duygularını değerlendirme düzeyi problem çözme becerisi düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-0,932$). Elit sporcuların duyguları düzenleme düzeyi problem

çözme becerisi düzeyini etkilememektedir ($p=0.345>0.05$). Elit sporcuların sosyal beceriler düzeyi problem çözme becerisi düzeyini etkilememektedir ($p=0.423>0.05$). Elit sporcuların duyguların kullanımı düzeyi problem çözme becerisi düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-1,042$).

Problem çözme becerisi ile girişimci olma arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=226,683$; $p=0,000<0.05$). Girişimci olma düzeyinin belirleyicisi olarak problem çözme becerisi değişkenleri ile ilişkisinin(açıklayıcılık gücünün) güçlü olduğu görülmüştür($R^2=0,290$). Elit sporcuların problem çözme becerisi düzeyi girişimci olma düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-0,177$).

Başkalarının duygularını değerlendirme, kendi duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme, sosyal beceriler, duyguların kullanımı ile girişimci olma arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=12,908$; $p=0,000<0.05$). Girişimci olma düzeyinin belirleyicisi olarak başkalarının duygularını değerlendirme, kendi duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme, sosyal beceriler, duyguların kullanımı değişkenleri ile ilişkisinin(açıklayıcılık gücünün) zayıf olduğu görülmüştür ($R^2=0,097$). Elit sporcuların başkalarının duygularını değerlendirme düzeyi girişimci olma düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-0,286$). Elit sporcuların kendi duygularını değerlendirme düzeyi girişimci olma düzeyini etkilememektedir ($p=0.131>0.05$). Elit sporcuların duyguları düzenleme düzeyi girişimci olma düzeyini arttırmaktadır ($\beta=0,494$). Elit sporcuların sosyal beceriler düzeyi girişimci olma düzeyini arttırmaktadır ($\beta=0,250$). Elit sporcuların duyguların kullanımı düzeyi girişimci olma düzeyini etkilememektedir ($p=0.147>0.05$).

Başkalarının duygularını değerlendirme, kendi duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme, sosyal beceriler, duyguların kullanımı, problem çözme becerisi ile girişimci olma arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=41,776$; $p=0,000<0.05$). Girişimci olma düzeyinin belirleyicisi olarak başkalarının duygularını değerlendirme, kendi duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme, sosyal beceriler, duyguların kullanımı, problem çözme becerisi değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün)

güçlü olduğu görülmüştür ($R^2=0,307$). Elit sporcuların başkalarının duygularını değerlendirme düzeyi girişimci olma düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-0,186$). Elit sporcuların kendi duygularını değerlendirme düzeyi girişimci olma düzeyini etkilememektedir ($p=0.756>0.05$). Elit sporcuların duyguları düzenleme düzeyi girişimci olma düzeyini arttırmaktadır ($\beta=0,413$). Elit sporcuların sosyal beceriler düzeyi girişimci olma düzeyini arttırmaktadır ($\beta=0,204$). Elit sporcuların duyguların kullanımı düzeyi girişimci olma düzeyini etkilememektedir ($p=0.408>0.05$). Elit sporcuların problem çözme becerisi düzeyi girişimci olma düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-0,165$).

Yapılan hiyerarşik regresyon analizleri sonucunda elit sporcularda Başkalarının Duygularını Değerlendirmenin girişimci olma üzerine etkisi ($\beta=-0,286$) modele problem çözme becerisi eklendiğinde ($\beta=-0,186$) azalmaktadır. Bu sonuç elit sporcularda Başkalarının Duygularını Değerlendirmenin girişimci olma üzerine etkisinde problem çözme becerisinin kısmi aracılık rolü olduğunu göstermektedir. Duyguları Düzenleme ve sosyal becerinin ara değişken (problem çözme becerisi) üzerinde etkisi olmadığı ve girişimci olmayı aracısız etkilediği görülmektedir.

3.4.3. Duygusal Zekâ Alt Boyutlarının İyimser Olma/Yaşama Bağlı Olma Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolü

Duygusal zekâ alt boyutlarının yılmazlık alt boyutlarından iyimser olma/yaşama bağlı olma üzerine etkisinde problem çözmenin aracılık rolünü belirlemek üzere hiyerarşik regresyon analizi uygulanmıştır. Regresyon analizlerine ilişkin bulgular aşağıda verilmiştir.

Tablo 19. Duygusal Zekâ Alt Boyutlarının İyimser Olma/Yaşama Bağlı Olma Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi

Bağımsız Değişken	Problem Çözme Becerisi			İyimser Olma/yaşama Bağlı Olma		
	β	t	p	β	t	p
Sabit	128,396	35,203	0,000	31,001	34,132	0,000
Başkalarının Duygularını Değerlendirme	0,605	2,568	0,010	-	-	-
Kendi Duygularını Değerlendirme	-0,932	-2,560	0,011	-	-	-
Duyguları Düzenleme	-0,494	-0,944	0,345	-	-	-
Sosyal Beceriler	-0,276	-0,803	0,423	-	-	-
Duyguların Kullanımı	-1,042	-4,533	0,000	-	-	-
Problem Çözme Becerisi	-	-	-	-0,131	-14,166	0,000
F	22,894			200,684		
Model (p)	0,000			0,000		
R²	0,165			0,265		
Bağımsız Değişken	İyimser Olma/Yaşama Bağlı Olma			İyimser Olma/yaşama Bağlı Olma		
	β	t	p	β	t	p
Sabit	14,188	14,776	0,000	29,67	19,23	0,000
Başkalarının Duygularını Değerlendirme	-0,301	-4,861	0,000	-0,228	-4,116	0,000
Kendi Duygularını Değerlendirme	0,193	2,019	0,044	0,081	0,946	0,345
Duyguları Düzenleme	0,223	1,615	0,107	0,163	1,328	0,185
Sosyal Beceriler	0,2	2,21	0,028	0,167	2,07	0,039
Duyguların Kullanımı	0,136	2,241	0,025	0,01	0,181	0,856
Problem Çözme Becerisi	-	-	-	-0,121	-12,051	0,000
F	13,284			38,186		
Model (p)	0,000			0,000		
R²	0,100			0,287		

Başkalarının duygularını değerlendirme, kendi duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme, sosyal beceriler, duyguların kullanımı ile problem çözme becerisi arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=22,894$; $p=0,000<0.05$). Problem çözme becerisi düzeyinin belirleyicisi olarak başkalarının duygularını değerlendirme, kendi duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme, sosyal beceriler, duyguların kullanımı değişkenleri ile ilişkisinin(açıklayıcılık gücünün) zayıf olduğu görülmüştür ($R^2=0,165$). Elit sporcuların başkalarının duygularını değerlendirme düzeyi problem çözme becerisi düzeyini arttırmaktadır ($\beta=0,605$). Elit sporcuların kendi duygularını değerlendirme düzeyi problem çözme becerisi düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-0,932$).

Elit sporcuların duyguları düzenleme düzeyi problem çözme becerisi düzeyini etkilememektedir ($p=0.345>0.05$). Elit sporcuların sosyal beceriler düzeyi problem çözme becerisi düzeyini etkilememektedir ($p=0.423>0.05$). Elit sporcuların duyguların kullanımı düzeyi problem çözme becerisi düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-1,042$).

Problem çözme becerisi ile iyimser olma/yaşama bağlı olma arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=200,684$; $p=0,000<0.05$). İyimser olma/yaşama bağlı olma düzeyinin belirleyicisi olarak problem çözme becerisi değişkenleri ile ilişkisinin(açıklayıcılık gücünün) güçlü olduğu görülmüştür ($R^2=0,265$). Elit sporcuların problem çözme becerisi düzeyi iyimser olma/yaşama bağlı olma düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-0,131$).

Başkalarının duygularını değerlendirme, kendi duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme, sosyal beceriler, duyguların kullanımı ile iyimser olma/yaşama bağlı olma arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=13,284$; $p=0,000<0.05$). İyimser olma/yaşama bağlı olma düzeyinin belirleyicisi olarak başkalarının duygularını değerlendirme, kendi duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme, sosyal beceriler, duyguların kullanımı değişkenleri ile ilişkisinin(açıklayıcılık gücünün) zayıf olduğu görülmüştür ($R^2=0,100$). Elit sporcuların başkalarının duygularını değerlendirme düzeyi iyimser olma/yaşama bağlı olma düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-0,301$). Elit sporcuların kendi duygularını değerlendirme düzeyi iyimser olma/yaşama bağlı olma düzeyini arttırmaktadır ($\beta=0,193$). Elit sporcuların duyguları düzenleme düzeyi iyimser olma/yaşama bağlı olma düzeyini etkilememektedir ($p=0.107>0.05$). Elit sporcuların sosyal beceriler düzeyi iyimser olma/yaşama bağlı olma düzeyini arttırmaktadır ($\beta=0,200$). Elit sporcuların duyguların kullanımı düzeyi iyimser olma/yaşama bağlı olma düzeyini arttırmaktadır ($\beta=0,136$).

Başkalarının duygularını değerlendirme, kendi duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme, sosyal beceriler, duyguların kullanımı, problem çözme becerisi ile iyimser olma/yaşama bağlı olma arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=38,186$; $p=0,000<0.05$). İyimser olma/yaşama bağlı olma düzeyinin belirleyicisi olarak başkalarının

duygularını değerlendirme, kendi duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme, sosyal beceriler, duyguların kullanımı, problem çözme becerisi değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) güçlü olduğu görülmüştür ($R^2=0,287$). Elit sporcuların başkalarının duygularını değerlendirme düzeyi iyimser olma/yaşama bağlı olma düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-0,228$). Elit sporcuların kendi duygularını değerlendirme düzeyi iyimser olma/yaşama bağlı olma düzeyini etkilememektedir ($p=0.345>0.05$). Elit sporcuların duyguları düzenleme düzeyi iyimser olma/yaşama bağlı olma düzeyini etkilememektedir ($p=0.185>0.05$). Elit sporcuların sosyal beceriler düzeyi iyimser olma/yaşama bağlı olma düzeyini arttırmaktadır ($\beta=0,167$). Elit sporcuların duyguların kullanımı düzeyi iyimser olma/yaşama bağlı olma düzeyini etkilememektedir ($p=0.856>0.05$). Elit sporcuların problem çözme becerisi düzeyi iyimser olma/yaşama bağlı olma düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-0,121$).

Yapılan hiyerarşik regresyon analizleri sonucunda elit sporcularda Başkalarının Duygularını Değerlendirmenin İyimser Olma/yaşama Bağlı Olma üzerine etkisi modele problem çözme becerisi eklendiğinde azalmaktadır. Bu sonuç elit sporcularda Başkalarının Duygularını Değerlendirmenin İyimser Olma/yaşama Bağlı Olma üzerine etkisinde problem çözme becerisinin kısmi aracılık rolü olduğunu göstermektedir. Kendi Duygularını Değerlendirme ve Duyguların Kullanımının İyimser Olma/yaşama Bağlı Olma üzerine etkisi modele problem çözme becerisi eklendiğinde ortadan kalkmaktadır. Bu sonuç Kendi Duygularını Değerlendirme ve Duyguların Kullanımının İyimser Olma/yaşama Bağlı Olma üzerine etkisinde problem çözme becerisinin tam ara değişken olduğunu göstermektedir. Sosyal becerilerin ara değişken (problem çözme becerisi) üzerinde etkisi olmadığından İyimser Olma/yaşama Bağlı Olmayı aracısız etkilediği belirlenmiştir.

3.4.4. Duygusal Zekâ Alt Boyutlarının İletişim/İlişki Kurma Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolü

Duygusal zekâ alt boyutlarının yılmazlık alt boyutlarından iletişim/ilişki kurma üzerine etkisinde problem çözmenin aracılık rolünü belirlemek üzere hiyerarşik regresyon analizi uygulanmıştır. Regresyon analizlerine ilişkin bulgular aşağıda verilmiştir.

Tablo 20. Duygusal Zekâ Alt Boyutlarının İletişim/İlişki Kurma Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi

Bağımsız Değişken	Problem Çözme Becerisi			İletişim/ilişki Kurma		
	β	t	p	β	T	p
Sabit	128,396	35,203	0,000	24,332	32,277	0,000
Başkalarının Duygularını Değerlendirme	0,605	2,568	0,010	-	-	-
Kendi Duygularını Değerlendirme	-0,932	-2,560	0,011	-	-	-
Duyguları Düzenleme	-0,494	-0,944	0,345	-	-	-
Sosyal Beceriler	-0,276	-0,803	0,423	-	-	-
Duyguların Kullanımı	-1,042	-4,533	0,000	-	-	-
Problem Çözme Becerisi	-	-	-	-0,103	-13,394	0,000
F	22,894			179,396		
Model (p)	0,000			0,000		
R²	0,165			0,244		
Bağımsız Değişken	İletişim/ilişki Kurma			İletişim/ilişki Kurma		
	β	t	p	β	T	p
Sabit	9,900	12,687	0,000	21,341	16,642	0,000
Başkalarının Duygularını Değerlendirme	-0,201	-3,982	0,000	-0,147	-3,182	0,002
Kendi Duygularını Değerlendirme	0,147	1,890	0,059	0,064	0,900	0,368
Duyguları Düzenleme	0,111	0,989	0,323	0,067	0,654	0,513
Sosyal Beceriler	0,098	1,331	0,184	0,073	1,095	0,274
Duyguların Kullanımı	0,184	3,753	0,000	0,092	2,012	0,045
Problem Çözme Becerisi	-	-	-	-0,089	-10,715	0,000
F	14,969			34,199		
Model (p)	0,000			0,000		
R²	0,112			0,265		

Başkalarının duygularını değerlendirme, kendi duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme, sosyal beceriler, duyguların kullanımı ile problem çözme becerisi arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=22,894$; $p=0,000<0.05$). Problem çözme becerisi düzeyinin belirleyicisi olarak başkalarının duygularını değerlendirme, kendi duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme, sosyal beceriler, duyguların kullanımı değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) zayıf olduğu görülmüştür ($R^2=0,165$). Elit sporcuların başkalarının duygularını değerlendirme düzeyi problem çözme becerisi düzeyini arttırmaktadır ($\beta=0,605$). Elit sporcuların kendi duygularını değerlendirme düzeyi problem çözme becerisi düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-0,932$). Elit sporcuların duyguları düzenleme düzeyi problem çözme becerisi düzeyini etkilememektedir ($p=0.345>0.05$). Elit sporcuların sosyal

beceriler düzeyi problem çözme becerisi düzeyini etkilememektedir ($p=0.423>0.05$). Elit sporcuların duyguların kullanımı düzeyi problem çözme becerisi düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-1,042$).

Problem çözme becerisi ile iletişim/ilişki kurma arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=179,396$; $p=0,000<0.05$). İletişim/ilişki kurma düzeyinin belirleyicisi olarak problem çözme becerisi değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) güçlü olduğu görülmüştür ($R^2=0,244$). Elit sporcuların problem çözme becerisi düzeyi iletişim/ilişki kurma düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-0,103$).

Başkalarının duygularını değerlendirme, kendi duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme, sosyal beceriler, duyguların kullanımı ile iletişim/ilişki kurma arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=14,969$; $p=0,000<0.05$). İletişim/ilişki kurma düzeyinin belirleyicisi olarak başkalarının duygularını değerlendirme, kendi duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme, sosyal beceriler, duyguların kullanımı değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) zayıf olduğu görülmüştür ($R^2=0,112$). Elit sporcuların başkalarının duygularını değerlendirme düzeyi iletişim/ilişki kurma düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-0,201$). Elit sporcuların kendi duygularını değerlendirme düzeyi iletişim/ilişki kurma düzeyini etkilememektedir ($p=0.059>0.05$). Elit sporcuların duyguları düzenleme düzeyi iletişim/ilişki kurma düzeyini etkilememektedir ($p=0.323>0.05$). Elit sporcuların sosyal beceriler düzeyi iletişim/ilişki kurma düzeyini etkilememektedir ($p=0.184>0.05$). Elit sporcuların duyguların kullanımı düzeyi iletişim/ilişki kurma düzeyini arttırmaktadır ($\beta=0,184$).

Başkalarının duygularını değerlendirme, kendi duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme, sosyal beceriler, duyguların kullanımı, problem çözme becerisi ile iletişim/ilişki kurma arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=34,199$; $p=0,000<0.05$). İletişim/ilişki kurma düzeyinin belirleyicisi olarak başkalarının duygularını değerlendirme, kendi duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme, sosyal beceriler, duyguların kullanımı, problem çözme becerisi değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) güçlü olduğu görülmüştür ($R^2=0,265$). Elit sporcuların başkalarının duygularını

değerlendirme düzeyi iletişim/ilişki kurma düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-0,147$). Elit sporcuların kendi duygularını değerlendirme düzeyi iletişim/ilişki kurma düzeyini etkilememektedir ($p=0.368>0.05$). Elit sporcuların duyguları düzenleme düzeyi iletişim/ilişki kurma düzeyini etkilememektedir ($p=0.513>0.05$). Elit sporcuların sosyal beceriler düzeyi iletişim/ilişki kurma düzeyini etkilememektedir ($p=0.274>0.05$). Elit sporcuların duyguların kullanımı düzeyi iletişim/ilişki kurma düzeyini arttırmaktadır ($\beta=0,092$). Elit sporcuların problem çözme becerisi düzeyi iletişim/ilişki kurma düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-0,089$).

Yapılan hiyerarşik regresyon analizleri sonucunda elit sporcularda başkalarının duygularını değerlendirmenin iletişim/ilişki kurma üzerine etkisi modele problem çözme becerisi eklendiğinde azalmaktadır. Bu sonuç elit sporcularda başkalarının duygularını değerlendirmenin iletişim/ilişki kurma üzerine etkisinde problem çözme becerisinin kısmi aracılık rolü olduğunu göstermektedir. Kendi duygularını değerlendirmenin iletişim/ilişki kurma üzerine etkisi olmadığından aracılık test edilememektedir. Duyguların kullanımının iletişim/ilişki kurma üzerine etkisi modele problem çözme becerisi eklendiğinde azalmaktadır. Bu sonuç elit sporcularda duyguların kullanımının iletişim/ilişki kurma üzerine etkisinde problem çözme becerisinin kısmi aracılık rolü olduğunu göstermektedir.

3.4.5. Duygusal Zekâ Alt Boyutlarının Öngörü Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolü

Duygusal zekâ alt boyutlarının yılmazlık alt boyutlarından öngörü üzerine etkisinde problem çözmenin aracılık rolünü belirlemek üzere hiyerarşik regresyon analizi uygulanmıştır. Regresyon analizlerine ilişkin bulgular aşağıda verilmiştir.

Tablo 21. Duygusal Zekâ Alt Boyutlarının Öngörü Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi

Bağımsız Değişken	Problem Çözme Becerisi			Öngörü		
	β	t	p	β	t	p
Sabit	128,396	35,203	0,000	16,451	32,917	0,000
Başkalarının Duygularını Değerlendirme	0,605	2,568	0,010	-	-	-
Kendi Duygularını Değerlendirme	-0,932	-2,560	0,011	-	-	-
Duyguları Düzenleme	-0,494	-0,944	0,345	-	-	-
Sosyal Beceriler	-0,276	-0,803	0,423	-	-	-
Duyguların Kullanımı	-1,042	-4,533	0,000	-	-	-
Problem Çözme Becerisi	-	-	-	-0,063	-12,365	0,000
F	22,894			152,888		
Model (p)	0,000			0,000		
R²	0,165			0,215		
Bağımsız Değişken	Öngörü			Öngörü		
	β	t	p	β	t	p
Sabit	5,311	10,995	0,000	11,190	13,659	0,000
Başkalarının Duygularını Değerlendirme	-0,036	-1,165	0,244	-0,009	-0,293	0,769
Kendi Duygularını Değerlendirme	0,121	2,506	0,012	0,078	1,716	0,087
Duyguları Düzenleme	0,121	1,743	0,082	0,098	1,507	0,132
Sosyal Beceriler	0,022	0,486	0,627	0,009	0,222	0,824
Duyguların Kullanımı	0,132	4,345	0,000	0,085	2,904	0,004
Problem Çözme Becerisi	-	-	-	-0,046	-8,618	0,000
F	28,117			38,942		
Model (p)	0,000			0,000		
R²	0,197			0,292		

Başkalarının duygularını değerlendirme, kendi duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme, sosyal beceriler, duyguların kullanımı ile problem çözme becerisi arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=22,894$; $p=0,000<0,05$). Problem çözme becerisi düzeyinin belirleyicisi olarak başkalarının duygularını değerlendirme, kendi duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme, sosyal beceriler, duyguların kullanımı değişkenleri ile ilişkisinin(açıklayıcılık gücünün) zayıf olduğu görülmüştür ($R^2=0,165$). Elit sporcuların başkalarının duygularını değerlendirme düzeyi problem çözme becerisi düzeyini arttırmaktadır ($\beta=0,605$). Elit sporcuların kendi duygularını değerlendirme düzeyi problem çözme becerisi düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-0,932$). Elit sporcuların duyguları düzenleme düzeyi problem çözme becerisi düzeyini etkilememektedir ($p=0,345>0,05$). Elit sporcuların sosyal

beceriler düzeyi problem çözme becerisi düzeyini etkilememektedir ($p=0.423>0.05$). Elit sporcuların duyguların kullanımı düzeyi problem çözme becerisi düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-1,042$).

Problem çözme becerisi ile öngörü arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=152,888$; $p=0,000<0.05$). Öngörü düzeyinin belirleyicisi olarak problem çözme becerisi değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) güçlü olduğu görülmüştür ($R^2=0,215$). Elit sporcuların problem çözme becerisi düzeyi öngörü düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-0,063$).

Başkalarının duygularını değerlendirme, kendi duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme, sosyal beceriler, duyguların kullanımı ile öngörü arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=28,117$; $p=0,000<0.05$). Öngörü düzeyinin belirleyicisi olarak başkalarının duygularını değerlendirme, kendi duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme, sosyal beceriler, duyguların kullanımı değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) zayıf olduğu görülmüştür ($R^2=0,197$). Elit sporcuların başkalarının duygularını değerlendirme düzeyi öngörü düzeyini etkilememektedir ($p=0.244>0.05$). Elit sporcuların kendi duygularını değerlendirme düzeyi öngörü düzeyini arttırmaktadır ($\beta=0,121$). Elit sporcuların duyguları düzenleme düzeyi öngörü düzeyini etkilememektedir ($p=0.082>0.05$). Elit sporcuların sosyal beceriler düzeyi öngörü düzeyini etkilememektedir ($p=0.627>0.05$). Elit sporcuların duyguların kullanımı düzeyi öngörü düzeyini arttırmaktadır ($\beta=0,132$).

Başkalarının duygularını değerlendirme, kendi duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme, sosyal beceriler, duyguların kullanımı, problem çözme becerisi ile öngörü arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=38,942$; $p=0,000<0.05$). Öngörü düzeyinin belirleyicisi olarak başkalarının duygularını değerlendirme, kendi duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme, sosyal beceriler, duyguların kullanımı, problem çözme becerisi değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) güçlü olduğu görülmüştür ($R^2=0,292$). Elit sporcuların başkalarının duygularını değerlendirme

düzeyi öngörü düzeyini etkilememektedir ($p=0.769>0.05$). Elit sporcuların kendi duygularını değerlendirme düzeyi öngörü düzeyini etkilememektedir ($p=0.087>0.05$). Elit sporcuların duyguları düzenleme düzeyi öngörü düzeyini etkilememektedir ($p=0.132>0.05$). Elit sporcuların sosyal beceriler düzeyi öngörü düzeyini etkilememektedir ($p=0.824>0.05$). Elit sporcuların duyguların kullanımını düzeyi öngörü düzeyini arttırmaktadır ($\beta=0,085$). Elit sporcuların problem çözme becerisi düzeyi öngörü düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-0,046$).

Yapılan hiyerarşik regresyon analizleri sonucunda elit sporcularda Kendi Duygularını Değerlendirmenin öngörü üzerine etkisi modele problem çözme becerisi eklendiğinde ortadan kalkmaktadır. Bu sonuç elit sporcularda başkalarının duygularını değerlendirme öngörü üzerine etkisinde problem çözme becerisinin tam aracılık rolü olduğunu göstermektedir. Duyguların kullanımının öngörü üzerine etkisi modele problem çözme becerisi eklendiğinde azalmaktadır. Bu sonuç elit sporcularda duyguların kullanımının öngörü üzerine etkisinde problem çözme becerisinin kısmi aracılık rolü olduğunu göstermektedir.

3.4.6. Duygusal Zekâ Alt Boyutlarının Amaca Ulaşma Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolü

Duygusal zekâ alt boyutlarının yılmazlık alt boyutlarından amaca ulaşma üzerine etkisinde problem çözmenin aracılık rolünü belirlemek üzere hiyerarşik regresyon analizi uygulanmıştır. Regresyon analizlerine ilişkin bulgular aşağıda verilmiştir.

Tablo 22. Duygusal Zekâ Alt Boyutlarının Amaca Ulaşma Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi

Bağımsız Değişken	Problem Çözme Becerisi			Amaca Ulaşma		
	β	t	p	β	t	p
Sabit	128,396	35,203	0,000	25,209	33,893	0,000
Başkalarının Duygularını Değerlendirme	0,605	2,568	0,010	-	-	-
Kendi Duygularını Değerlendirme	-0,932	-2,560	0,011	-	-	-
Duyguları Düzenleme	-0,494	-0,944	0,345	-	-	-
Sosyal Beceriler	-0,276	-0,803	0,423	-	-	-
Duyguların Kullanımı	-1,042	-4,533	0,000	-	-	-
Problem Çözme Becerisi	-	-	-	-0,108	-14,223	0,000
F	22,894			202,291		
Model (p)	0,000			0,000		
R²	0,165			0,267		
Bağımsız Değişken	Amaca Ulaşma			Amaca Ulaşma		
	β	t	p	β	t	p
Sabit	7,862	10,439	0,000	18,940	15,314	0,000
Başkalarının Duygularını Değerlendirme	-0,120	-2,469	0,014	-0,068	-1,525	0,128
Kendi Duygularını Değerlendirme	0,048	0,643	0,521	-0,032	-0,467	0,641
Duyguları Düzenleme	0,236	2,182	0,030	0,193	1,964	0,050
Sosyal Beceriler	0,126	1,770	0,077	0,102	1,577	0,115
Duyguların Kullanımı	0,224	4,721	0,000	0,134	3,052	0,002
Problem Çözme Becerisi	-	-	-	-0,086	-10,757	0,000
F	24,640			44,117		
Model (p)	0,000			0,000		
R²	0,176			0,319		

Başkalarının duygularını değerlendirme, kendi duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme, sosyal beceriler, duyguların kullanımı ile problem çözme becerisi arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=22,894$; $p=0,000<0,05$). Problem çözme becerisi düzeyinin belirleyicisi olarak başkalarının duygularını değerlendirme, kendi duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme, sosyal beceriler, duyguların kullanımı değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) zayıf olduğu görülmüştür ($R^2=0,165$). Elit sporcuların başkalarının duygularını değerlendirme düzeyi problem çözme becerisi düzeyini arttırmaktadır ($\beta=0,605$). Elit sporcuların kendi duygularını değerlendirme düzeyi problem çözme becerisi düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-0,932$). Elit sporcuların duyguları düzenleme düzeyi problem çözme becerisi düzeyini

etkilememektedir ($p=0.345>0.05$). Elit sporcuların sosyal beceriler düzeyi problem çözme becerisi düzeyini etkilememektedir ($p=0.423>0.05$). Elit sporcuların duyguların kullanımı düzeyi problem çözme becerisi düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-1,042$).

Problem çözme becerisi ile amaca ulaşma arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=202,291$; $p=0,000<0.05$). Amaca ulaşma düzeyinin belirleyicisi olarak problem çözme becerisi değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) güçlü olduğu görülmüştür ($R^2=0,267$). Elit sporcuların problem çözme becerisi düzeyi amaca ulaşma düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-0,108$).

Başkalarının duygularını değerlendirme, kendi duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme, sosyal beceriler, duyguların kullanımı ile amaca ulaşma arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=24,640$; $p=0,000<0.05$). Amaca ulaşma düzeyinin belirleyicisi olarak başkalarının duygularını değerlendirme, kendi duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme, sosyal beceriler, duyguların kullanımı değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) zayıf olduğu görülmüştür ($R^2=0,176$). Elit sporcuların başkalarının duygularını değerlendirme düzeyi amaca ulaşma düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-0,120$). Elit sporcuların kendi duygularını değerlendirme düzeyi amaca ulaşma düzeyini etkilememektedir ($p=0.521>0.05$). Elit sporcuların duyguları düzenleme düzeyi amaca ulaşma düzeyini arttırmaktadır ($\beta=0,236$). Elit sporcuların sosyal beceriler düzeyi amaca ulaşma düzeyini etkilememektedir ($p=0.077>0.05$). Elit sporcuların duyguların kullanımı düzeyi amaca ulaşma düzeyini arttırmaktadır ($\beta=0,224$).

Başkalarının duygularını değerlendirme, kendi duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme, sosyal beceriler, duyguların kullanımı, problem çözme becerisi ile amaca ulaşma arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=44,117$; $p=0,000<0.05$). Amaca ulaşma düzeyinin belirleyicisi olarak başkalarının duygularını değerlendirme, kendi duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme, sosyal beceriler, duyguların kullanımı, problem çözme becerisi değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün)

güçlü olduğu görülmüştür ($R^2=0,319$). Elit sporcuların başkalarının duygularını değerlendirme düzeyi amaca ulaşma düzeyini etkilememektedir ($p=0.128>0.05$). Elit sporcuların kendi duygularını değerlendirme düzeyi amaca ulaşma düzeyini etkilememektedir ($p=0.641>0.05$). Elit sporcuların duyguları düzenleme düzeyi amaca ulaşma düzeyini etkilememektedir ($p=0.050>0.05$). Elit sporcuların sosyal beceriler düzeyi amaca ulaşma düzeyini etkilememektedir ($p=0.115>0.05$). Elit sporcuların duyguların kullanımı düzeyi amaca ulaşma düzeyini arttırmaktadır ($\beta=0,134$). Elit sporcuların problem çözme becerisi düzeyi amaca ulaşma düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-0,086$).

Yapılan hiyerarşik regresyon analizleri sonucunda elit sporcularda başkalarının duygularını değerlendirmenin amaca ulaşma üzerine etkisi modele problem çözme becerisi eklendiğinde azalmaktadır. Bu sonuç elit sporcularda başkalarının duygularını değerlendirmenin amaca ulaşma üzerine etkisinde problem çözme becerisinin kısmi aracılık rolü olduğunu göstermektedir. Duyguları düzenlemenin aracı değişken (problem çözme becerisi) üzerine etkisi olmadığından amaca ulaşmayı aracısız etkilememektedir. Duyguların kullanımının amaca ulaşma üzerine etkisi modele problem çözme becerisi eklendiğinde azalmaktadır. Bu sonuç elit sporcularda duyguların kullanımının amaca ulaşma üzerine etkisinde problem çözme becerisinin kısmi aracılık rolü olduğunu göstermektedir.

3.4.7. Duygusal Zekâ Alt Boyutlarının Lider Olma Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolü

Duygusal zekâ alt boyutlarının yılmazlık alt boyutlarından lider olma üzerine etkisinde problem çözmenin aracılık rolünü belirlemek üzere hiyerarşik regresyon analizi uygulanmıştır. Regresyon analizlerine ilişkin bulgular aşağıda verilmiştir.

Tablo 23. Duygusal Zekâ Alt Boyutlarının Lider Olma Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi

Bağımsız Değişken	Problem Çözme Becerisi			Lider Olma		
	β	t	p	β	t	p
Sabit	128,396	35,203	0,000	28,599	35,585	0,000
Başkalarının Duygularını Değerlendirme	0,605	2,568	0,010	-	-	-
Kendi Duygularını Değerlendirme	-0,932	-2,560	0,011	-	-	-
Duyguları Düzenleme	-0,494	-0,944	0,345	-	-	-
Sosyal Beceriler	-0,276	-0,803	0,423	-	-	-
Duyguların Kullanımı	-1,042	-4,533	0,000	-	-	-
Problem Çözme Becerisi	-	-	-	-0,11	-13,51	0,000
F	22,894			182,511		
Model (p)	0,000			0,000		
R²	0,165			0,247		
Bağımsız Değişken	Lider Olma			Lider Olma		
	β	t	p	β	t	p
Sabit	12,109	14,538	0,000	24,312	17,759	0,000
Başkalarının Duygularını Değerlendirme	-0,126	-2,337	0,020	-0,068	-1,385	0,167
Kendi Duygularını Değerlendirme	0,158	1,896	0,058	0,069	0,907	0,365
Duyguları Düzenleme	0,197	1,648	0,100	0,150	1,378	0,169
Sosyal Beceriler	0,094	1,204	0,229	0,068	0,955	0,340
Duyguların Kullanımı	0,152	2,904	0,004	0,053	1,097	0,273
Problem Çözme Becerisi	-	-	-	-0,095	-10,705	0,000
F	15,197			34,389		
Model (p)	0,000			0,000		
R²	0,114			0,266		

Başkalarının duygularını değerlendirme, kendi duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme, sosyal beceriler, duyguların kullanımı ile problem çözme becerisi arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=22,894$; $p=0,000<0,05$). Problem çözme becerisi düzeyinin belirleyicisi olarak başkalarının duygularını değerlendirme, kendi duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme, sosyal beceriler, duyguların kullanımı değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) zayıf olduğu görülmüştür ($R^2=0,165$). Elit sporcuların başkalarının duygularını değerlendirme düzeyi problem çözme becerisi düzeyini arttırmaktadır ($\beta=0,605$). Elit sporcuların kendi duygularını değerlendirme düzeyi problem çözme becerisi düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-0,932$). Elit sporcuların duyguları düzenleme düzeyi problem

çözme becerisi düzeyini etkilememektedir ($p=0.345>0.05$). Elit sporcuların sosyal beceriler düzeyi problem çözme becerisi düzeyini etkilememektedir ($p=0.423>0.05$). Elit sporcuların duyguların kullanımı düzeyi problem çözme becerisi düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-1,042$).

Problem çözme becerisi ile lider olma arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=182,511$; $p=0,000<0.05$). Lider olma düzeyinin belirleyicisi olarak problem çözme becerisi değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) güçlü olduğu görülmüştür ($R^2=0,247$). Elit sporcuların problem çözme becerisi düzeyi lider olma düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-0,110$).

Başkalarının duygularını değerlendirme, kendi duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme, sosyal beceriler, duyguların kullanımı ile lider olma arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=15,197$; $p=0,000<0.05$). Lider olma düzeyinin belirleyicisi olarak başkalarının duygularını değerlendirme, kendi duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme, sosyal beceriler, duyguların kullanımı değişkenleri ile ilişkisinin(açıklayıcılık gücünün) zayıf olduğu görülmüştür($R^2=0,114$). Elit sporcuların başkalarının duygularını değerlendirme düzeyi lider olma düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-0,126$). Elit sporcuların kendi duygularını değerlendirme düzeyi lider olma düzeyini etkilememektedir ($p=0.058>0.05$). Elit sporcuların duyguları düzenleme düzeyi lider olma düzeyini etkilememektedir ($p=0.100>0.05$). Elit sporcuların sosyal beceriler düzeyi lider olma düzeyini etkilememektedir ($p=0.229>0.05$). Elit sporcuların duyguların kullanımı düzeyi lider olma düzeyini arttırmaktadır ($\beta=0,152$).

Başkalarının duygularını değerlendirme, kendi duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme, sosyal beceriler, duyguların kullanımı, problem çözme becerisi ile lider olma arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=34,389$; $p=0,000<0.05$). Lider olma düzeyinin belirleyicisi olarak başkalarının duygularını değerlendirme, kendi duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme, sosyal beceriler, duyguların kullanımı, problem çözme becerisi değişkenleri ile ilişkisinin(açıklayıcılık gücünün) güçlü olduğu

görülmüştür ($R^2=0,266$). Elit sporcuların başkalarının duygularını değerlendirme düzeyi lider olma düzeyini etkilememektedir ($p=0.167>0.05$). Elit sporcuların kendi duygularını değerlendirme düzeyi lider olma düzeyini etkilememektedir ($p=0.365>0.05$). Elit sporcuların duyguları düzenleme düzeyi lider olma düzeyini etkilememektedir ($p=0.169>0.05$). Elit sporcuların sosyal beceriler düzeyi lider olma düzeyini etkilememektedir ($p=0.340>0.05$). Elit sporcuların duyguların kullanımı düzeyi lider olma düzeyini etkilememektedir ($p=0.273>0.05$). Elit sporcuların problem çözme becerisi düzeyi lider olma düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-0,095$).

Yapılan hiyerarşik regresyon analizleri sonucunda elit sporcularda başkalarının duygularını değerlendirme ve Duyguların Kullanımının lider olma üzerine etkisi modele problem çözme becerisi eklendiğinde ortadan kalkmaktadır. Bu sonuç elit sporcularda başkalarının duygularını değerlendirme ve Duyguların Kullanımının lider olma üzerine etkisinde problem çözme becerisinin tam aracılık rolü olduğunu göstermektedir.

3.4.8. Duygusal Zekâ Alt Boyutlarının Araştırmacı Olma Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolü

Duygusal zekâ alt boyutlarının yılmazlık alt boyutlarından araştırmacı olma üzerine etkisinde problem çözmenin aracılık rolünü belirlemek üzere hiyerarşik regresyon analizi uygulanmıştır. Regresyon analizlerine ilişkin bulgular aşağıda verilmiştir.

Tablo 24. Duygusal Zekâ Alt Boyutlarının Araştırmacı Olma Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi

Bağımsız Değişken	Problem Çözme Becerisi			Araştırmacı Olma		
	β	t	p	β	t	p
Sabit	128,396	35,203	0,000	11,82	26,243	0,000
Başkalarının Duygularını Değerlendirme	0,605	2,568	0,010	-	-	-
Kendi Duygularını Değerlendirme	-0,932	-2,560	0,011	-	-	-
Duyguları Düzenleme	-0,494	-0,944	0,345	-	-	-
Sosyal Beceriler	-0,276	-0,803	0,423	-	-	-
Duyguların Kullanımı	-1,042	-4,533	0,000	-	-	-
Problem Çözme Becerisi	-	-	-	-0,046	-10,037	0,000
F	22,894			100,743		
Model (p)	0,000			0,000		
R²	0,165			0,153		
	Araştırmacı Olma			Araştırmacı Olma		
Bağımsız Değişken	β	t	p	β	t	p
Sabit	3,320	7,798	0,000	7,353	9,920	0,000
Başkalarının Duygularını Değerlendirme	-0,033	-1,190	0,235	-0,014	-0,514	0,607
Kendi Duygularını Değerlendirme	0,064	1,500	0,134	0,034	0,837	0,403
Duyguları Düzenleme	0,000	0,001	0,999	-0,015	-0,262	0,793
Sosyal Beceriler	0,089	2,218	0,027	0,080	2,076	0,038
Duyguların Kullanımı	0,123	4,586	0,000	0,090	3,428	0,001
Problem Çözme Becerisi	-	-	-	-0,031	-6,534	0,000
F	23,711			28,378		
Model (p)	0,000			0,000		
R²	0,170			0,229		

Başkalarının duygularını değerlendirme, kendi duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme, sosyal beceriler, duyguların kullanımı ile problem çözme becerisi arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=22,894$; $p=0,000<0,05$). Problem çözme becerisi düzeyinin belirleyicisi olarak başkalarının duygularını değerlendirme, kendi duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme, sosyal beceriler, duyguların kullanımı değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) zayıf olduğu görülmüştür ($R^2=0,165$). Elit sporcuların başkalarının duygularını değerlendirme düzeyi problem çözme becerisi düzeyini arttırmaktadır ($\beta=0,605$). Elit sporcuların kendi duygularını değerlendirme düzeyi problem çözme becerisi düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-0,932$). Elit sporcuların duyguları düzenleme düzeyi problem

çözme becerisi düzeyini etkilememektedir ($p=0.345>0.05$). Elit sporcuların sosyal beceriler düzeyi problem çözme becerisi düzeyini etkilememektedir ($p=0.423>0.05$). Elit sporcuların duyguların kullanımı düzeyi problem çözme becerisi düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-1,042$).

Problem çözme becerisi ile araştırmacı olma arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=100,743$; $p=0,000<0.05$). Araştırmacı olma düzeyinin belirleyicisi olarak problem çözme becerisi değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) zayıf olduğu görülmüştür ($R^2=0,153$). Elit sporcuların problem çözme becerisi düzeyi araştırmacı olma düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-0,046$).

Başkalarının duygularını değerlendirme, kendi duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme, sosyal beceriler, duyguların kullanımı ile araştırmacı olma arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=23,711$; $p=0,000<0.05$). Araştırmacı olma düzeyinin belirleyicisi olarak başkalarının duygularını değerlendirme, kendi duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme, sosyal beceriler, duyguların kullanımı değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) zayıf olduğu görülmüştür ($R^2=0,170$). Elit sporcuların başkalarının duygularını değerlendirme düzeyi araştırmacı olma düzeyini etkilememektedir ($p=0.235>0.05$). Elit sporcuların kendi duygularını değerlendirme düzeyi araştırmacı olma düzeyini etkilememektedir ($p=0.134>0.05$). Elit sporcuların duyguları düzenleme düzeyi araştırmacı olma düzeyini etkilememektedir ($p=0.999>0.05$). Elit sporcuların sosyal beceriler düzeyi araştırmacı olma düzeyini arttırmaktadır ($\beta=0,089$). Elit sporcuların duyguların kullanımı düzeyi araştırmacı olma düzeyini arttırmaktadır ($\beta=0,123$).

Başkalarının duygularını değerlendirme, kendi duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme, sosyal beceriler, duyguların kullanımı, problem çözme becerisi ile araştırmacı olma arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=28,378$; $p=0,000<0.05$). Araştırmacı olma düzeyinin belirleyicisi olarak başkalarının duygularını değerlendirme, kendi duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme, sosyal beceriler, duyguların kullanımı, problem çözme becerisi değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün)

güçlü olduğu görülmüştür ($R^2=0,229$). Elit sporcuların başkalarının duygularını değerlendirme düzeyi araştırmacı olma düzeyini etkilememektedir ($p=0.607>0.05$). Elit sporcuların kendi duygularını değerlendirme düzeyi araştırmacı olma düzeyini etkilememektedir ($p=0.403>0.05$). Elit sporcuların duyguları düzenleme düzeyi araştırmacı olma düzeyini etkilememektedir ($p=0.793>0.05$). Elit sporcuların sosyal beceriler düzeyi araştırmacı olma düzeyini arttırmaktadır ($\beta=0,080$). Elit sporcuların duyguların kullanımı düzeyi araştırmacı olma düzeyini arttırmaktadır ($\beta=0,090$). Elit sporcuların problem çözme becerisi düzeyi araştırmacı olma düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-0,031$).

Yapılan hiyerarşik regresyon analizleri sonucunda elit sporcularda sosyal beceriler ve duyguların kullanımının araştırmacı olma üzerine etkisi modele problem çözme becerisi eklendiğinde azalmaktadır. Bu sonuç elit sporcularda başkalarının sosyal beceriler ve duyguların kullanımının araştırmacı olma üzerine etkisinde problem çözme becerisinin tam aracılık rolü olduğunu göstermektedir.

3.4.9. Genel Duygusal Zekânın Genel Yılmazlık Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolü

Genel duygusal zekânın genel yılmazlık üzerine etkisinde problem çözmenin aracılık rolünü belirlemek üzere hiyerarşik regresyon analizi uygulanmıştır. Regresyon analizlerine ilişkin bulgular aşağıda verilmiştir.

Tablo 25. Genel Duygusal Zekâ Düzeyinin Genel Yılmazlık Üzerine Etkisinde Problem Çözmenin Aracılık Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi

Bağımsız Değişken	Problem Çözme Becerisi			Genel Yılmazlık		
	β	t	p	β	t	p
Sabit	130,048	35,456	0,000	290,764	48,868	0,000
Genel Duygusal Zeka	-0,466	-9,244	0,000	-	-	-
Problem Çözme Becerisi	-	-	-	-1,151	-19,018	0,000
F	85,457			361,674		
Model (p)	0,000			0,000		
R²	0,132			0,395		
Bağımsız Değişken	Genel Yılmazlık			Genel Yılmazlık		
	β	t	p	β	t	p
Sabit	105,301	16,302	0,000	233,432	24,062	0,000
Genel Duygusal Zeka	1,036	11,675	0,000	0,577	7,295	0,000
Problem Çözme Becerisi	-	-	-	-0,985	-15,844	0,000
F	136,312			224,550		
Model (p)	0,000			0,000		
R²	0,197			0,447		

Genel duygusal zekâ ile problem çözme becerisi arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=85,457$; $p=0,000<0.05$). Problem çözme becerisi düzeyinin belirleyicisi olarak genel duygusal zeka değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) zayıf olduğu görülmüştür ($R^2=0,132$). Elit sporcuların genel duygusal zeka düzeyi problem çözme becerisi düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-0,466$).

Problem çözme becerisi ile genel yılmazlık arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=361,674$; $p=0,000<0.05$). Genel yılmazlık düzeyinin belirleyicisi olarak problem çözme becerisi değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) güçlü olduğu görülmüştür ($R^2=0,395$). Elit sporcuların problem çözme becerisi düzeyi genel yılmazlık düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-1,151$).

Genel duygusal zekâ ile genel yılmazlık arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=136,312$; $p=0,000<0.05$). Genel yılmazlık düzeyinin belirleyicisi olarak genel duygusal zeka değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) zayıf olduğu görülmüştür

($R^2=0,197$). Elit sporcuların genel duygusal zekâ düzeyi genel yılmazlık düzeyini arttırmaktadır ($\beta=1,036$).

Genel duygusal zekâ, problem çözme becerisi ile genel yılmazlık arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=224,550$; $p=0,000<0.05$). Genel yılmazlık düzeyinin belirleyicisi olarak genel duygusal zekâ, problem çözme becerisi değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) çok güçlü olduğu görülmüştür ($R^2=0,447$). Elit sporcuların genel duygusal zekâ düzeyi genel yılmazlık düzeyini arttırmaktadır ($\beta=0,577$). Elit sporcuların problem çözme becerisi düzeyi genel yılmazlık düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-0,985$).

Yapılan hiyerarşik regresyon analizleri sonucunda elit sporcularda genel duygusal zekânın genel yılmazlık üzerine etkisi modele problem çözme becerisi eklendiğinde azalmaktadır. Bu sonuç elit sporcularda başkalarının duygusal zekânın yılmazlık üzerine etkisinde problem çözme becerisinin kısmi aracılık rolü olduğunu göstermektedir.

3.5. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların Duygusal Zekâ Düzeylerinin Demografik Özelliklere Göre Ortalamaları

Tablo 26. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların Duygusal Zekâ Düzeylerinin Cinsiyete Göre Ortalamaları

	Grup	N	Ort	Ss	t	p
Bşkalarının Duygularını Değerlendirme	Erkek	291	17,203	3,920	-1,623	0,105
	Bayan	263	17,726	3,644		
Kendi Duygularını Değerlendirme	Erkek	291	11,574	2,904	-1,887	0,060
	Bayan	263	12,034	2,828		
Duyguları Düzenleme	Erkek	291	7,615	2,028	-1,450	0,148
	Bayan	263	7,852	1,788		
Sosyal Beceriler	Erkek	291	11,151	2,817	-0,617	0,538
	Bayan	263	11,300	2,873		
Duyguların Kullanımı	Erkek	291	23,337	5,072	-0,032	0,975
	Bayan	263	23,350	4,598		
Genel Duygusal Zekâ	Erkek	291	70,880	14,029	-1,192	0,234
	Bayan	263	72,262	13,185		

Araştırmaya katılan elit sporcuların başkalarının duygularını değerlendirme, kendi duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme, sosyal beceriler, duyguların

kullanımı, genel duygusal zekâ puanları ortalamalarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan t-testi sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 27. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların Duygusal Zekâ Düzeylerinin Yaş Grubu Göre Ortalamaları

	Grup	N	Ort	Ss	t	p
Başkalarının Duygularını Değerlendirme	18-23	422	17,483	3,922	0,356	0,701
	24-29	132	17,349	3,377		
Kendi Duygularını Değerlendirme	18-23	422	11,818	2,918	0,367	0,713
	24-29	132	11,712	2,739		
Duyguları Düzenleme	18-23	422	7,737	1,920	0,209	0,835
	24-29	132	7,697	1,926		
Sosyal Beceriler	18-23	422	11,282	2,854	0,888	0,375
	24-29	132	11,030	2,807		
Duyguların Kullanımı	18-23	422	23,351	4,907	0,067	0,945
	24-29	132	23,318	4,676		
Genel Duygusal Zekâ	18-23	422	71,671	13,778	0,415	0,679
	24-29	132	71,106	13,232		

Araştırmaya katılan elit sporcuların başkalarının duygularını değerlendirme, kendi duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme, sosyal beceriler, duyguların kullanımı, genel duygusal zekâ puanları ortalamalarının yaş grubu değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan t-testi sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 28. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların Duygusal Zekâ Düzeylerinin Branşı Göre Ortalamaları

	Grup	N	Ort	Ss	F	p
Başkalarının Duygularını Değerlendirme	Futbol	148	17,291	3,691	1,711	0,104
	Basketbol	57	17,368	2,801		
	Voleybol	103	17,971	3,079		
	Hentbol	59	17,898	4,346		
	Güreş	61	16,082	5,197		
	Boks	15	18,067	4,682		
	Atletizm	65	17,785	3,847		
	Judo	46	17,478	3,068		
Kendi Duygularını Değerlendirme	Futbol	148	11,784	2,702	1,588	0,136
	Basketbol	57	12,281	2,789		
	Voleybol	103	12,262	2,449		
	Hentbol	59	11,271	2,964		
	Güreş	61	11,033	3,559		
	Boks	15	12,267	3,882		
	Atletizm	65	11,739	2,912		
	Judo	46	11,761	2,726		
Duyguları Düzenleme	Futbol	148	7,561	1,997	1,085	0,372
	Basketbol	57	8,018	1,620		
	Voleybol	103	8,058	1,583		
	Hentbol	59	7,593	1,984		
	Güreş	61	7,410	1,978		
	Boks	15	7,800	2,305		
	Atletizm	65	7,785	2,140		
	Judo	46	7,652	2,057		
Sosyal Beceriler	Futbol	148	10,804	2,707	1,276	0,260
	Basketbol	57	11,737	2,636		
	Voleybol	103	11,689	2,794		
	Hentbol	59	11,153	3,022		
	Güreş	61	11,115	2,922		
	Boks	15	11,800	3,212		
	Atletizm	65	11,169	3,034		
	Judo	46	11,000	2,821		
Duyguların Kullanımı	Futbol	148	22,628	5,043	1,379	0,212
	Basketbol	57	24,474	4,197		
	Voleybol	103	23,952	4,600		
	Hentbol	59	22,797	5,483		
	Güreş	61	23,295	5,181		
	Boks	15	24,533	5,027		
	Atletizm	65	23,323	4,747		
	Judo	46	23,283	4,059		
Genel Duygusal Zekâ	Futbol	148	70,068	13,695	1,401	0,202
	Basketbol	57	73,877	11,559		
	Voleybol	103	73,932	11,593		
	Hentbol	59	70,712	15,465		
	Güreş	61	68,934	15,930		
	Boks	15	74,467	16,488		
	Atletizm	65	71,800	14,134		
	Judo	46	71,174	12,135		

Araştırmaya katılan elit sporcuların başkalarının duygularını değerlendirme, kendi duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme, sosyal beceriler, duyguların

kullanımı, genel duygusal zekâ puanları ortalamalarının branşı değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır ($p>0.05$).

Tablo 29. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların Duygusal Zekâ Düzeylerinin Eğitim Durumuna Göre Ortalamaları

	Grup	N	Ort	Ss	t	p
Başkalarının Duygularını Değerlendirme	Önlisans	208	17,202	4,296	-1,199	0,256
	Lisans	346	17,601	3,461		
Kendi Duygularını Değerlendirme	Önlisans	208	11,240	3,130	-3,541	0,001
	Lisans	346	12,124	2,659		
Duyguları Düzenleme	Önlisans	208	7,611	1,997	-1,111	0,267
	Lisans	346	7,798	1,871		
Sosyal Beceriler	Önlisans	208	10,760	3,088	-2,990	0,004
	Lisans	346	11,500	2,650		
Duyguların Kullanımı	Önlisans	208	22,279	5,119	-4,061	0,000
	Lisans	346	23,983	4,568		
Genel Duygusal Zekâ	Önlisans	208	69,091	14,687	-3,300	0,002
	Lisans	346	73,006	12,769		

Araştırmaya katılan elit sporcuların kendi duygularını değerlendirme puanları ortalamalarının eğitim durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan t-testi sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($t=-3.541$; $p=0.001<0,05$). Lisans mezunu olan elit sporcuların kendi duygularını değerlendirme puanları ($x=12,124$), önlisans mezunu olan elit sporcuların kendi duygularını değerlendirme puanlarından ($x=11,240$) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan elit sporcuların sosyal beceriler puanları ortalamalarının eğitim durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan t-testi sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($t=-2.990$; $p=0.004<0,05$). Lisans mezunu olan elit sporcuların sosyal beceriler puanları ($x=11,500$), önlisans mezunu olan elit sporcuların sosyal beceriler puanlarından ($x=10,760$) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan elit sporcuların duyguların kullanımı puanları ortalamalarının eğitim durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip

göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan t-testi sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($t=-4.061$; $p=0.000<0,05$). Lisans mezunu olan elit sporcuların duyguların kullanımı puanları ($x=23,983$), ön lisans mezunu olan elit sporcuların duyguların kullanımı puanlarından ($x=22,279$) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan elit sporcuların genel duygusal zekâ puanları ortalamalarının eğitim durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan t-testi sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($t=-3.300$; $p=0.002<0,05$). Lisans mezunu olan elit sporcuların genel duygusal zekâ puanları ($x=73,006$), ön lisans mezunu olan elit sporcuların genel duygusal zekâ puanlarından ($x=69,091$) yüksek bulunmuştur. Araştırmaya katılan elit sporcuların başkalarının duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme puanları ortalamalarının eğitim durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan t-testi sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 30. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların Duygusal Zekâ Düzeylerinin Aktif Olarak Spor Yapma Süresi Göre Ortalamaları

	Grup	N	Ort	Ss	F	p	Fark
Bşkalarının Duygularını Değerlendirme	1-5 Yıl	73	16,343	4,224	3,264	0,021	2 > 1
	6-10 Yıl	278	17,853	3,736			
	11-15 Yıl	161	17,280	3,750			
	16 Yıl Ve üstü	42	17,381	3,246			
Kendi Duygularını Değerlendirme	1-5 Yıl	73	10,726	3,203	7,073	0,000	2 > 1 4 > 1 2 > 3
	6-10 Yıl	278	12,212	2,686			
	11-15 Yıl	161	11,404	2,978			
	16 Yıl Ve üstü	42	12,357	2,438			
Duyguları Düzenleme	1-5 Yıl	73	7,548	1,986	0,454	0,715	
	6-10 Yıl	278	7,809	1,886			
	11-15 Yıl	161	7,658	2,016			
	16 Yıl Ve üstü	42	7,762	1,665			
Sosyal Beceriler	1-5 Yıl	73	10,411	3,295	4,060	0,007	2 > 1 4 > 1
	6-10 Yıl	278	11,396	2,795			
	11-15 Yıl	161	11,050	2,792			
	16 Yıl Ve üstü	42	12,143	2,079			
Duyguların Kullanımı	1-5 Yıl	73	22,685	5,439	2,413	0,066	
	6-10 Yıl	278	23,489	4,777			
	11-15 Yıl	161	22,969	4,969			
	16 Yıl Ve üstü	42	24,952	3,238			
Genel Duygusal Zekâ	1-5 Yıl	73	67,712	15,160	3,817	0,010	2 > 1 4 > 1
	6-10 Yıl	278	72,759	13,104			
	11-15 Yıl	161	70,360	14,337			
	16 Yıl Ve üstü	42	74,595	9,622			

Araştırmaya katılan elit sporcuların başkalarının duygularını değerlendirme puanları ortalamalarının aktif olarak spor yapma süresi değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($F=3,264$; $p=0,021<0.05$). Farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı post-hoc analizi yapılmıştır. Aktif olarak spor yapma süresi 6-10 yıl olan elit sporcuların başkalarının duygularını değerlendirme puanları ($17,853 \pm 3,736$), aktif olarak spor yapma süresi 1-5 yıl olan elit sporcuların başkalarının duygularını değerlendirme puanlarından ($16,343 \pm 4,224$) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan elit sporcuların kendi duygularını değerlendirme puanları ortalamalarının aktif olarak spor yapma süresi değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($F=7,073$; $p=0,000<0.05$). Farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı post-hoc analizi yapılmıştır. Aktif olarak spor yapma süresi 6-10 yıl olan elit sporcuların kendi duygularını değerlendirme puanları ($12,212 \pm 2,686$), aktif olarak spor yapma süresi 1-5 yıl olan elit sporcuların kendi duygularını değerlendirme puanlarından ($10,726 \pm 3,203$) yüksek bulunmuştur. Aktif olarak spor yapma süresi 16 yıl ve üstü olan elit sporcuların kendi duygularını değerlendirme puanları ($12,357 \pm 2,438$), aktif olarak spor yapma süresi 1-5 yıl olan elit sporcuların kendi duygularını değerlendirme puanlarından ($10,726 \pm 3,203$) yüksek bulunmuştur. Aktif olarak spor yapma süresi 6-10 yıl olan elit sporcuların kendi duygularını değerlendirme puanları ($12,212 \pm 2,686$), aktif olarak spor yapma süresi 11-15 yıl olan elit sporcuların kendi duygularını değerlendirme puanlarından ($11,404 \pm 2,978$) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan elit sporcuların sosyal beceriler puanları ortalamalarının aktif olarak spor yapma süresi değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($F=4,060$; $p=0,007<0.05$). Farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla

tamamlayıcı post-hoc analizi yapılmıştır. Aktif olarak spor yapma süresi 6-10 yıl olan elit sporcuların sosyal beceriler puanları ($11,396 \pm 2,795$), aktif olarak spor yapma süresi 1-5 yıl olan elit sporcuların sosyal beceriler puanlarından ($10,411 \pm 3,295$) yüksek bulunmuştur. Aktif olarak spor yapma süresi 16 yıl ve üstü olan elit sporcuların sosyal beceriler puanları ($12,143 \pm 2,079$), aktif olarak spor yapma süresi 1-5 yıl olan elit sporcuların sosyal beceriler puanlarından ($10,411 \pm 3,295$) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan elit sporcuların genel duygusal zekâ puanları ortalamalarının aktif olarak spor yapma süresi değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($F=3,817$; $p=0,010<0.05$). Farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı post-hoc analizi yapılmıştır. Aktif olarak spor yapma süresi 6-10 yıl olan elit sporcuların genel duygusal zekâ puanları ($72,759 \pm 13,104$), aktif olarak spor yapma süresi 1-5 yıl olan elit sporcuların genel duygusal zekâ puanlarından ($67,712 \pm 15,160$) yüksek bulunmuştur. Aktif olarak spor yapma süresi 16 yıl ve üstü olan elit sporcuların genel duygusal zekâ puanları ($74,595 \pm 9,622$), aktif olarak spor yapma süresi 1-5 yıl olan elit sporcuların genel duygusal zekâ puanlarından ($67,712 \pm 15,160$) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan elit sporcuların duyguları düzenleme, duyguların kullanımı puanları ortalamalarının aktif olarak spor yapma süresi değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır ($p>0.05$).

Tablo 31. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların Duygusal Zekâ Düzeylerinin Elit Düzeyde Spor Yapma Süresi Göre Ortalamaları

	Grup	N	Ort	Ss	F	p
Başkalarının Duygularını Değerlendirme	1-4 Yıl	262	17,546	4,067	0,753	0,472
	5-8 Yıl	220	17,227	3,565		
	9 Yıl Ve üstü	72	17,792	3,464		
Kendi Duygularını Değerlendirme	1-4 Yıl	262	11,660	3,083	0,570	0,566
	5-8 Yıl	220	11,882	2,737		
	9 Yıl Ve üstü	72	12,000	2,484		
Duyguları Düzenleme	1-4 Yıl	262	7,737	1,976	2,150	0,117
	5-8 Yıl	220	7,586	1,932		
	9 Yıl Ve üstü	72	8,125	1,618		
Sosyal Beceriler	1-4 Yıl	262	11,199	2,970	2,185	0,114
	5-8 Yıl	220	11,046	2,828		
	9 Yıl Ve üstü	72	11,847	2,311		
Duyguların Kullanımı	1-4 Yıl	262	23,183	5,185	1,932	0,146
	5-8 Yıl	220	23,191	4,738		
	9 Yıl Ve üstü	72	24,389	3,710		
Genel Duygusal Zekâ	1-4 Yıl	262	71,324	14,573	1,575	0,208
	5-8 Yıl	220	70,932	13,320		
	9 Yıl Ve üstü	72	74,153	10,628		

Araştırmaya katılan elit sporcuların başkalarının duygularını değerlendirme, kendi duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme, sosyal beceriler, duyguların kullanımı, genel duygusal zeka puanları ortalamalarının elit düzeyde spor yapma süresi değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır ($p>0.05$).

3.6. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların İletişim Becerileri Düzeyinin Demografik Özelliklere Göre Ortalamaları

Tablo 32. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların İletişim Becerileri Düzeyinin Cinsiyete Göre Ortalamaları

	Grup	N	Ort	Ss	t	p
İletişim Becerileri	Erkek	291	99,093	13,682	-2,488	0,013
	Bayan	263	101,947	13,259		

Araştırmaya katılan elit sporcuların iletişim becerileri puanları ortalamalarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan t-testi sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($t=-2.488$; $p=0.013<0,05$).

Bayan elit sporcuların iletişim becerileri puanları ($x=101,947$), erkek elit sporcuların iletişim becerileri puanlarından ($x=99,093$) yüksek bulunmuştur.

Tablo 33. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların İletişim Becerileri Düzeyinin Yaş Grubu Göre Ortalamaları

	Grup	N	Ort	Ss	t	p
İletişim Becerileri	18-23	422	101,047	13,392	1,867	0,062
	24-29	132	98,530	13,905		

Araştırmaya katılan elit sporcuların iletişim becerileri puanları ortalamalarının yaş grubu değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan t-testi sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 34. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların İletişim Becerileri Düzeyinin Branşı Göre Ortalamaları

	Grup	N	Ort	Ss	F	p
İletişim Becerileri	Futbol	148	99,210	13,420	1,745	0,096
	Basketbol	57	103,088	11,222		
	Voleybol	103	101,884	11,310		
	Hentbol	59	100,000	17,869		
	Güreş	61	98,869	13,864		
	Boks	15	107,800	7,360		
	Atletizm	65	98,108	14,786		
	Judo	46	101,522	13,231		

Araştırmaya katılan elit sporcuların iletişim becerileri puanları ortalamalarının branşı değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 35. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların İletişim Becerileri Düzeyinin Eğitim Durumuna Göre Ortalamaları

	Grup	N	Ort	Ss	t	p
İletişim Becerileri	Önlisans	208	99,005	14,385	-	0,058
	Lisans	346	101,315	12,960	1,949	

Araştırmaya katılan elit sporcuların iletişim becerileri puanları ortalamalarının eğitim durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip

göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan t-testi sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 36. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların İletişim Becerileri Düzeyinin Aktif Olarak Spor Yapma Süresi Göre Ortalamaları

	Grup	N	Ort	Ss	F	p
İletişim Becerileri	1-5 Yıl	73	98,466	14,135	0,678	0,566
	6-10 Yıl	278	100,996	13,278		
	11-15 Yıl	161	100,348	13,830		
	16 Yıl Ve üstü	42	100,643	13,316		

Araştırmaya katılan elit sporcuların iletişim becerileri puanları ortalamalarının aktif olarak spor yapma süresi değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 37. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların İletişim Becerileri Düzeyinin Elit Düzeyde Spor Yapma Süresi Göre Ortalamaları

	Grup	N	Ort	Ss	F	p
İletişim Becerileri	1-4 Yıl	262	99,424	14,219	1,541	0,215
	5-8 Yıl	220	101,586	12,457		
	9 Yıl Ve üstü	72	100,694	14,121		

Araştırmaya katılan elit sporcuların iletişim becerileri puanları ortalamalarının elit düzeyde spor yapma süresi değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır ($p>0,05$).

3.7. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların Problem Çözme Becerisi Düzeyinin Demografik Özelliklere Göre Ortalamaları

Tablo 38. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların Problem Çözme Becerisi Düzeyinin Cinsiyete Göre Ortalamaları

	Grup	N	Ort	Ss	t	p
Problem Çözme Becerisi	Erkek	291	97,144	17,887	0,577	0,564
	Bayan	263	96,293	16,750		

Araştırmaya katılan elit sporcuların problem çözme becerisi puanları ortalamalarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan t-testi sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 39. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların Problem Çözme Becerisi Düzeyinin Yaş Grubu Göre Ortalamaları

	Grup	N	Ort	Ss	t	p
Problem Çözme Becerisi	18-23	422	97,055	17,065	0,763	0,446
	24-29	132	95,735	18,246		

Araştırmaya katılan elit sporcuların problem çözme becerisi puanları ortalamalarının yaş grubu değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan t-testi sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 40. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların Problem Çözme Becerisi Düzeyinin Branşı Göre Ortalamaları

	Grup	N	Ort	Ss	F	p	Fark
Problem Çözme Becerisi	Futbol	148	101,351	16,953	5,472	0,000	1 > 2
	Basketbol	57	93,193	19,459			1 > 3
	Voleybol	103	92,952	16,679			1 > 6
	Hentbol	59	99,559	16,617			1 > 8
	Güreş	61	100,033	15,151			4 > 8
	Boks	15	87,000	13,794			5 > 8
	Atletizm	65	97,631	15,515			
	Judo	46	88,717	18,732			

Araştırmaya katılan elit sporcuların problem çözme becerisi puanları ortalamalarının branşı değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($F=5,472$; $p=0,000<0,05$). Farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı post-hoc analizi yapılmıştır. Branşı futbol olan elit sporcuların problem çözme becerisi puanları ($101,351 \pm 16,953$), branşı basketbol olan elit sporcuların problem çözme becerisi puanlarından ($93,193 \pm 19,459$) yüksek bulunmuştur. Branşı futbol olan elit sporcuların problem çözme becerisi puanları ($101,351 \pm 16,953$), branşı voleybol olan elit sporcuların problem çözme becerisi puanlarından ($92,952 \pm 16,679$) yüksek

bulunmuştur. Branşı futbol olan elit sporcuların problem çözme becerisi puanları (101,351 ± 16,953), branşı boks olan elit sporcuların problem çözme becerisi puanlarından (87,000 ± 13,794) yüksek bulunmuştur. Branşı futbol olan elit sporcuların problem çözme becerisi puanları (101,351 ± 16,953), branşı judo olan elit sporcuların problem çözme becerisi puanlarından (88,717 ± 18,732) yüksek bulunmuştur. Branşı hentbol olan elit sporcuların problem çözme becerisi puanları (99,559 ± 16,617), branşı judo olan elit sporcuların problem çözme becerisi puanlarından (88,717 ± 18,732) yüksek bulunmuştur. Branşı güreş olan elit sporcuların problem çözme becerisi puanları (100,033 ± 15,151), branşı judo olan elit sporcuların problem çözme becerisi puanlarından (88,717 ± 18,732) yüksek bulunmuştur.

Tablo 41. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların Problem Çözme Becerisi Düzeyinin Eğitim Durumuna Göre Ortalamaları

	Grup	N	Ort	Ss	t	p
Problem Çözme Becerisi	Önlisans	208	100,130	16,456	3,605	0,000
	Lisans	346	94,702	17,570		

Araştırmaya katılan elit sporcuların problem çözme becerisi puanları ortalamalarının eğitim durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan t-testi sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur (t=3.605; p=0.000<0,05). Önlisans mezunlarının problem çözme becerisi puanları (x=100,130), lisans mezunlarının problem çözme becerisi puanlarından (x=94,702) yüksek bulunmuştur.

Tablo 42. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların Problem Çözme Becerisi Düzeyinin Aktif Olarak Spor Yapma Süresi Göre Ortalamaları

	Grup	N	Ort	Ss	F	p
Problem Çözme Becerisi	1-5 Yıl	73	100,164	16,229	1,517	0,209
	6-10 Yıl	278	96,881	17,332		
	11-15 Yıl	161	95,658	16,995		
	16 Yıl Ve üstü	42	94,000	20,141		

Araştırmaya katılan elit sporcuların problem çözme becerisi puanları ortalamalarının aktif olarak spor yapma süresi değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi

(Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır ($p>0.05$).

Tablo 43. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların Problem Çözme Becerisi Düzeyinin Elit Düzeyde Spor Yapma Süresi Göre Ortalamaları

	Grup	N	Ort	Ss	F	p
Problem Çözme Becerisi	1-4 Yıl	262	98,370	16,854	2,923	0,055
	5-8 Yıl	220	95,968	17,228		
	9 Yıl Ve üstü	72	93,167	18,952		

Araştırmaya katılan elit sporcuların problem çözme becerisi puanları ortalamalarının elit düzeyde spor yapma süresi değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır ($p>0.05$).

3.8. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların Yılmazlık Düzeylerinin Demografik Özelliklere Göre Ortalamaları

Tablo 44. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların Yılmazlık Düzeylerinin Cinsiyete Göre Ortalamaları

	Grup	N	Ort	Ss	t	p
Güçlü Olma	Erkek	291	64,794	12,682	0,562	0,574
	Bayan	263	64,190	12,559		
Girişimci Olma	Erkek	291	31,801	5,888	0,435	0,664
	Bayan	263	31,589	5,498		
İyimser Olma/yaşama Bağlı Olma	Erkek	291	18,433	4,470	0,547	0,585
	Bayan	263	18,228	4,322		
İletişim/ilişki Kurma	Erkek	291	14,516	3,519	0,839	0,402
	Bayan	263	14,259	3,686		
Öngörü	Erkek	291	10,309	2,403	-	0,534
	Bayan	263	10,434	2,275	0,623	
Amaca Ulaşma	Erkek	291	14,725	3,667	-	0,627
	Bayan	263	14,875	3,541	0,487	
Lider Olma	Erkek	291	17,962	3,904	0,326	0,745
	Bayan	263	17,856	3,784		
Araştırmacı Olma	Erkek	291	7,220	2,098	-	0,067
	Bayan	263	7,536	1,945	1,834	
Genel Yılmazlık	Erkek	291	179,760	32,523	0,294	0,769
	Bayan	263	178,966	30,912		

Araştırmaya katılan elit sporcuların güçlü olma, girişimci olma, iyimser olma/yaşama bağlı olma, iletişim/ilişki kurma, öngörü, amaca ulaşma, lider olma, araştırmacı olma, genel yılmazlık puanları ortalamalarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan t-testi sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 45. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların Yılmazlık Düzeylerinin Yaş Grubu Göre Ortalamaları

	Grup	N	Ort	Ss	t	p
Güçlü Olma	18-23	422	64,559	12,913	0,173	0,862
	24-29	132	64,341	11,660		
Girişimci Olma	18-23	422	31,718	5,735	0,130	0,897
	24-29	132	31,644	5,616		
İyimser Olma/yaşama Bağlı Olma	18-23	422	18,201	4,411	-1,286	0,199
	24-29	132	18,765	4,344		
İletişim/ilişki Kurma	18-23	422	14,367	3,633	-0,306	0,760
	24-29	132	14,477	3,498		
Öngörü	18-23	422	10,318	2,353	-0,911	0,363
	24-29	132	10,530	2,306		
Amaca Ulaşma	18-23	422	14,832	3,716	0,417	0,655
	24-29	132	14,682	3,237		
Lider Olma	18-23	422	17,877	3,826	-0,380	0,704
	24-29	132	18,023	3,916		
Araştırmacı Olma	18-23	422	7,436	2,093	1,368	0,141
	24-29	132	7,159	1,811		
Genel Yılmazlık	18-23	422	179,308	32,090	-0,099	0,921
	24-29	132	179,621	30,722		

Araştırmaya katılan elit sporcuların güçlü olma, girişimci olma, iyimser olma/yaşama bağlı olma, iletişim/ilişki kurma, öngörü, amaca ulaşma, lider olma, araştırmacı olma, genel yılmazlık puanları ortalamalarının yaş grubu değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan t-testi sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 46. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların Yılmazlık Düzeylerinin Branşı Göre Ortalamaları

	Grup	N	Ort	Ss	F	p	Fark
Güçlü Olma	Futbol	148	60,804	11,470	5,623	0,000	2 > 1
	Basketbol	57	68,158	13,460			3 > 1
	Voleybol	103	67,796	12,292			8 > 1
	Hentbol	59	61,593	13,674			3 > 4
	Güreş	61	64,443	10,960			8 > 4
	Boks	15	69,533	10,756			
	Atletizm	65	62,846	13,235			
	Judo	46	69,065	11,850			
Girişimci Olma	Futbol	148	30,203	4,918	6,118	0,000	2 > 1
	Basketbol	57	34,193	5,266			3 > 1
	Voleybol	103	33,068	5,664			6 > 1
	Hentbol	59	30,407	5,808			8 > 1
	Güreş	61	31,410	5,995			2 > 4
	Boks	15	34,800	6,774			2 > 7
	Atletizm	65	30,508	6,006			
	Judo	46	33,087	5,223			
İyimser Olma/yaşama Bağlı Olma	Futbol	148	17,446	3,970	5,329	0,000	2 > 1
	Basketbol	57	19,772	4,436			3 > 1
	Voleybol	103	19,437	4,846			8 > 1
	Hentbol	59	17,254	4,401			2 > 4
	Güreş	61	18,213	4,227			3 > 4
	Boks	15	20,267	4,574			2 > 7
	Atletizm	65	17,031	3,917			3 > 7
	Judo	46	19,717	4,020			8 > 7
İletişim/ilişki Kurma	Futbol	148	13,392	3,168	7,264	0,000	2 > 1
	Basketbol	57	15,807	3,528			3 > 1
	Voleybol	103	15,680	3,891			8 > 1
	Hentbol	59	13,390	3,399			2 > 4
	Güreş	61	14,148	3,459			3 > 4
	Boks	15	16,067	3,900			2 > 7
	Atletizm	65	13,585	3,363			3 > 7
	Judo	46	15,196	3,364			
Öngörü	Futbol	148	9,547	2,149	6,945	0,000	3 > 1
	Basketbol	57	10,526	2,131			6 > 1
	Voleybol	103	11,155	2,404			8 > 1
	Hentbol	59	10,458	2,239			3 > 7
	Güreş	61	10,279	2,388			6 > 7
	Boks	15	11,933	2,154			
	Atletizm	65	9,908	2,234			
	Judo	46	11,196	2,334			
Amaca Ulaşma	Futbol	148	13,662	3,527	7,736	0,000	2 > 1
	Basketbol	57	16,140	3,340			3 > 1
	Voleybol	103	15,252	3,500			5 > 1
	Hentbol	59	13,441	3,480			8 > 1
	Güreş	61	15,557	3,566			2 > 4
	Boks	15	16,400	3,269			3 > 4
	Atletizm	65	14,385	3,320			5 > 4
	Judo	46	16,544	3,384			8 > 4 8 > 7
Lider Olma	Futbol	148	17,128	3,331	6,095	0,000	2 > 1
	Basketbol	57	19,211	3,569			3 > 1
	Voleybol	103	19,165	4,003			8 > 1
	Hentbol	59	16,932	4,266			2 > 4
	Güreş	61	17,246	3,581			3 > 4
	Boks	15	18,067	3,693			8 > 4
	Atletizm	65	16,985	3,851			3 > 5
	Judo	46	19,413	3,763			2 > 7 3 > 7

							8 > 7
Araştırmacı Olma	Futbol	148	6,858	2,010	4,207	0,000	2 > 1
	Basketbol	57	7,807	2,039			3 > 1
	Voleybol	103	7,738	1,950			8 > 1
	Hentbol	59	6,831	2,198			
	Güreş	61	7,689	2,005			
	Boks	15	8,267	1,438			
	Atletizm	65	7,154	2,010			
	Judo	46	7,935	1,769			
Genel Yılmazlık	Futbol	148	169,041	26,828	8,341	0,000	2 > 1
	Basketbol	57	191,614	32,410			3 > 1
	Voleybol	103	189,291	33,100			6 > 1
	Hentbol	59	170,305	32,036			8 > 1
	Güreş	61	178,984	29,599			2 > 4
	Boks	15	195,333	32,352			3 > 4
	Atletizm	65	172,400	30,299			8 > 4
	Judo	46	192,152	30,364			2 > 7 3 > 7 8 > 7

Araştırmaya katılan elit sporcuların güçlü olma puanları ortalamalarının branşı değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($F=5,623$; $p=0,000<0.05$). Farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı post-hoc analizi yapılmıştır. Branşı basketbol olan elit sporcuların güçlü olma puanları ($68,158 \pm 13,460$), branşı futbol olan elit sporcuların güçlü olma puanlarından ($60,804 \pm 11,470$) yüksek bulunmuştur. Branşı voleybol olan elit sporcuların güçlü olma puanları ($67,796 \pm 12,292$), branşı futbol olan elit sporcuların güçlü olma puanlarından ($60,804 \pm 11,470$) yüksek bulunmuştur. Branşı judo olan elit sporcuların güçlü olma puanları ($69,065 \pm 11,850$), branşı futbol olan elit sporcuların güçlü olma puanlarından ($60,804 \pm 11,470$) yüksek bulunmuştur. Branşı voleybol olan elit sporcuların güçlü olma puanları ($67,796 \pm 12,292$), branşı hentbol olan elit sporcuların güçlü olma puanlarından ($61,593 \pm 13,674$) yüksek bulunmuştur. Branşı judo olan elit sporcuların güçlü olma puanları ($69,065 \pm 11,850$), branşı hentbol olan elit sporcuların güçlü olma puanlarından ($61,593 \pm 13,674$) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan elit sporcuların girişimci olma puanları ortalamalarının branşı değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($F=6,118$; $p=0,000<0.05$). Farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı post-hoc analizi

yapılmıştır. Branşı basketbol olan elit sporcuların girişimci olma puanları ($34,193 \pm 5,266$), branşı futbol olan elit sporcuların girişimci olma puanlarından ($30,203 \pm 4,918$) yüksek bulunmuştur. Branşı voleybol olan elit sporcuların girişimci olma puanları ($33,068 \pm 5,664$), branşı futbol olan elit sporcuların girişimci olma puanlarından ($30,203 \pm 4,918$) yüksek bulunmuştur. Branşı boks olan elit sporcuların girişimci olma puanları ($34,800 \pm 6,774$), branşı futbol olan elit sporcuların girişimci olma puanlarından ($30,203 \pm 4,918$) yüksek bulunmuştur. Branşı judo olan elit sporcuların girişimci olma puanları ($33,087 \pm 5,223$), branşı futbol olan elit sporcuların girişimci olma puanlarından ($30,203 \pm 4,918$) yüksek bulunmuştur. Branşı basketbol olan elit sporcuların girişimci olma puanları ($34,193 \pm 5,266$), branşı hentbol olan elit sporcuların girişimci olma puanlarından ($30,407 \pm 5,808$) yüksek bulunmuştur. Branşı basketbol olan elit sporcuların girişimci olma puanları ($34,193 \pm 5,266$), branşı atletizm olan elit sporcuların girişimci olma puanlarından ($30,508 \pm 6,006$) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan elit sporcuların iyimser olma/yaşama bağlı olma puanları ortalamalarının branşı değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($F=5,329$; $p=0,000<0.05$). Farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı post-hoc analizi yapılmıştır. Branşı basketbol olan elit sporcuların iyimser olma/yaşama bağlı olma puanları ($19,772 \pm 4,436$), branşı futbol olan elit sporcuların iyimser olma/yaşama bağlı olma puanlarından ($17,446 \pm 3,970$) yüksek bulunmuştur. Branşı voleybol olan elit sporcuların iyimser olma/yaşama bağlı olma puanları ($19,437 \pm 4,846$), branşı futbol olan elit sporcuların iyimser olma/yaşama bağlı olma puanlarından ($17,446 \pm 3,970$) yüksek bulunmuştur. Branşı judo olan elit sporcuların iyimser olma/yaşama bağlı olma puanları ($19,717 \pm 4,020$), branşı futbol olan elit sporcuların iyimser olma/yaşama bağlı olma puanlarından ($17,446 \pm 3,970$) yüksek bulunmuştur. Branşı basketbol olan elit sporcuların iyimser olma/yaşama bağlı olma puanları ($19,772 \pm 4,436$), branşı hentbol olan elit sporcuların iyimser olma/yaşama bağlı olma puanlarından ($17,254 \pm 4,401$) yüksek bulunmuştur. Branşı voleybol olan elit sporcuların iyimser olma/yaşama bağlı olma puanları ($19,437 \pm 4,846$), branşı hentbol olan elit sporcuların iyimser olma/yaşama bağlı olma puanlarından ($17,254 \pm$

4,401) yüksek bulunmuştur. Branşı basketbol olan elit sporcuların iyimser olma/yaşama bağlı olma puanları ($19,772 \pm 4,436$), branşı atletizm olan elit sporcuların iyimser olma/yaşama bağlı olma puanlarından ($17,031 \pm 3,917$) yüksek bulunmuştur. Branşı voleybol olan elit sporcuların iyimser olma/yaşama bağlı olma puanları ($19,437 \pm 4,846$), branşı atletizm olan elit sporcuların iyimser olma/yaşama bağlı olma puanlarından ($17,031 \pm 3,917$) yüksek bulunmuştur. Branşı judo olan elit sporcuların iyimser olma/yaşama bağlı olma puanları ($19,717 \pm 4,020$), branşı atletizm olan elit sporcuların iyimser olma/yaşama bağlı olma puanlarından ($17,031 \pm 3,917$) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan elit sporcuların iletişim/ilişki kurma puanları ortalamalarının branşı değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($F=7,264$; $p=0,000 < 0.05$). Farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı post-hoc analizi yapılmıştır. Branşı basketbol olan elit sporcuların iletişim/ilişki kurma puanları ($15,807 \pm 3,528$), branşı futbol olan elit sporcuların iletişim/ilişki kurma puanlarından ($13,392 \pm 3,168$) yüksek bulunmuştur. Branşı voleybol olan elit sporcuların iletişim/ilişki kurma puanları ($15,680 \pm 3,891$), branşı futbol olan elit sporcuların iletişim/ilişki kurma puanlarından ($13,392 \pm 3,168$) yüksek bulunmuştur. Branşı judo olan elit sporcuların iletişim/ilişki kurma puanları ($15,196 \pm 3,364$), branşı futbol olan elit sporcuların iletişim/ilişki kurma puanlarından ($13,392 \pm 3,168$) yüksek bulunmuştur. Branşı basketbol olan elit sporcuların iletişim/ilişki kurma puanları ($15,807 \pm 3,528$), branşı hentbol olan elit sporcuların iletişim/ilişki kurma puanlarından ($13,390 \pm 3,399$) yüksek bulunmuştur. Branşı voleybol olan elit sporcuların iletişim/ilişki kurma puanları ($15,680 \pm 3,891$), branşı hentbol olan elit sporcuların iletişim/ilişki kurma puanlarından ($13,390 \pm 3,399$) yüksek bulunmuştur. Branşı basketbol olan elit sporcuların iletişim/ilişki kurma puanları ($15,807 \pm 3,528$), branşı atletizm olan elit sporcuların iletişim/ilişki kurma puanlarından ($13,585 \pm 3,363$) yüksek bulunmuştur. Branşı voleybol olan elit sporcuların iletişim/ilişki kurma puanları ($15,680 \pm 3,891$), branşı atletizm olan elit sporcuların iletişim/ilişki kurma puanlarından ($13,585 \pm 3,363$) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan elit sporcuların öngörü puanları ortalamalarının branşı değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($F=6,945$; $p=0,000<0.05$). Farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı post-hoc analizi yapılmıştır. Branşı voleybol olan elit sporcuların öngörü puanları ($11,155 \pm 2,404$), branşı futbol olan elit sporcuların öngörü puanlarından ($9,547 \pm 2,149$) yüksek bulunmuştur. Branşı boks olan elit sporcuların öngörü puanları ($11,933 \pm 2,154$), branşı futbol olan elit sporcuların öngörü puanlarından ($9,547 \pm 2,149$) yüksek bulunmuştur. Branşı judo olan elit sporcuların öngörü puanları ($11,196 \pm 2,334$), branşı futbol olan elit sporcuların öngörü puanlarından ($9,547 \pm 2,149$) yüksek bulunmuştur. Branşı voleybol olan elit sporcuların öngörü puanları ($11,155 \pm 2,404$), branşı atletizm olan elit sporcuların öngörü puanlarından ($9,908 \pm 2,234$) yüksek bulunmuştur. Branşı boks olan elit sporcuların öngörü puanları ($11,933 \pm 2,154$), branşı atletizm olan elit sporcuların öngörü puanlarından ($9,908 \pm 2,234$) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan elit sporcuların amaca ulaşma puanları ortalamalarının branşı değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($F=7,736$; $p=0,000<0.05$). Farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı post-hoc analizi yapılmıştır. Branşı basketbol olan elit sporcuların amaca ulaşma puanları ($16,140 \pm 3,340$), branşı futbol olan elit sporcuların amaca ulaşma puanlarından ($13,662 \pm 3,527$) yüksek bulunmuştur. Branşı voleybol olan elit sporcuların amaca ulaşma puanları ($15,252 \pm 3,500$), branşı futbol olan elit sporcuların amaca ulaşma puanlarından ($13,662 \pm 3,527$) yüksek bulunmuştur. Branşı güreş olan elit sporcuların amaca ulaşma puanları ($15,557 \pm 3,566$), branşı futbol olan elit sporcuların amaca ulaşma puanlarından ($13,662 \pm 3,527$) yüksek bulunmuştur. Branşı judo olan elit sporcuların amaca ulaşma puanları ($16,544 \pm 3,384$), branşı futbol olan elit sporcuların amaca ulaşma puanlarından ($13,662 \pm 3,527$) yüksek bulunmuştur. Branşı basketbol olan elit sporcuların amaca ulaşma puanları ($16,140 \pm 3,340$), branşı hentbol olan elit sporcuların amaca ulaşma puanlarından ($13,441 \pm 3,480$) yüksek bulunmuştur. Branşı voleybol olan elit sporcuların amaca ulaşma

puanları ($15,252 \pm 3,500$), branşı hentbol olan elit sporcuların amaca ulaşma puanlarından ($13,441 \pm 3,480$) yüksek bulunmuştur. Branşı güreş olan elit sporcuların amaca ulaşma puanları ($15,557 \pm 3,566$), branşı hentbol olan elit sporcuların amaca ulaşma puanlarından ($13,441 \pm 3,480$) yüksek bulunmuştur. Branşı judo olan elit sporcuların amaca ulaşma puanları ($16,544 \pm 3,384$), branşı hentbol olan elit sporcuların amaca ulaşma puanlarından ($13,441 \pm 3,480$) yüksek bulunmuştur. Branşı judo olan elit sporcuların amaca ulaşma puanları ($16,544 \pm 3,384$), branşı atletizm olan elit sporcuların amaca ulaşma puanlarından ($14,385 \pm 3,320$) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan elit sporcuların lider olma puanları ortalamalarının branşı değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($F=6,095$; $p=0,000<0.05$). Farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı post-hoc analizi yapılmıştır. Branşı basketbol olan elit sporcuların lider olma puanları ($19,211 \pm 3,569$), branşı futbol olan elit sporcuların lider olma puanlarından ($17,128 \pm 3,331$) yüksek bulunmuştur. Branşı voleybol olan elit sporcuların lider olma puanları ($19,165 \pm 4,003$), branşı futbol olan elit sporcuların lider olma puanlarından ($17,128 \pm 3,331$) yüksek bulunmuştur. Branşı judo olan elit sporcuların lider olma puanları ($19,413 \pm 3,763$), branşı futbol olan elit sporcuların lider olma puanlarından ($17,128 \pm 3,331$) yüksek bulunmuştur. Branşı basketbol olan elit sporcuların lider olma puanları ($19,211 \pm 3,569$), branşı hentbol olan elit sporcuların lider olma puanlarından ($16,932 \pm 4,266$) yüksek bulunmuştur. Branşı voleybol olan elit sporcuların lider olma puanları ($19,165 \pm 4,003$), branşı hentbol olan elit sporcuların lider olma puanlarından ($16,932 \pm 4,266$) yüksek bulunmuştur. Branşı judo olan elit sporcuların lider olma puanları ($19,413 \pm 3,763$), branşı hentbol olan elit sporcuların lider olma puanlarından ($16,932 \pm 4,266$) yüksek bulunmuştur. Branşı voleybol olan elit sporcuların lider olma puanları ($19,165 \pm 4,003$), branşı güreş olan elit sporcuların lider olma puanlarından ($17,246 \pm 3,581$) yüksek bulunmuştur. Branşı basketbol olan elit sporcuların lider olma puanları ($19,211 \pm 3,569$), branşı atletizm olan elit sporcuların lider olma puanlarından ($16,985 \pm 3,851$) yüksek bulunmuştur. Branşı voleybol olan elit sporcuların lider olma puanları ($19,165 \pm 4,003$), branşı atletizm

olan elit sporcuların lider olma puanlarından ($16,985 \pm 3,851$) yüksek bulunmuştur. Branşı judo olan elit sporcuların lider olma puanları ($19,413 \pm 3,763$), branşı atletizm olan elit sporcuların lider olma puanlarından ($16,985 \pm 3,851$) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan elit sporcuların araştırmacı olma puanları ortalamalarının branşı değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($F=4,207$; $p=0,000<0.05$). Farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı post-hoc analizi yapılmıştır. Branşı basketbol olan elit sporcuların araştırmacı olma puanları ($7,807 \pm 2,039$), branşı futbol olan elit sporcuların araştırmacı olma puanlarından ($6,858 \pm 2,010$) yüksek bulunmuştur. Branşı voleybol olan elit sporcuların araştırmacı olma puanları ($7,738 \pm 1,950$), branşı futbol olan elit sporcuların araştırmacı olma puanlarından ($6,858 \pm 2,010$) yüksek bulunmuştur. Branşı judo olan elit sporcuların araştırmacı olma puanları ($7,935 \pm 1,769$), branşı futbol olan elit sporcuların araştırmacı olma puanlarından ($6,858 \pm 2,010$) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan elit sporcuların genel yılmazlık puanları ortalamalarının branşı değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($F=8,341$; $p=0,000<0.05$). Farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı post-hoc analizi yapılmıştır. Branşı basketbol olan elit sporcuların genel yılmazlık puanları ($191,614 \pm 32,410$), branşı futbol olan elit sporcuların genel yılmazlık puanlarından ($169,041 \pm 26,828$) yüksek bulunmuştur. Branşı voleybol olan elit sporcuların genel yılmazlık puanları ($189,291 \pm 33,100$), branşı futbol olan elit sporcuların genel yılmazlık puanlarından ($169,041 \pm 26,828$) yüksek bulunmuştur. Branşı boks olan elit sporcuların genel yılmazlık puanları ($195,333 \pm 32,352$), branşı futbol olan elit sporcuların genel yılmazlık puanlarından ($169,041 \pm 26,828$) yüksek bulunmuştur. Branşı judo olan elit sporcuların genel yılmazlık puanları ($192,152 \pm 30,364$), branşı futbol olan elit sporcuların genel yılmazlık puanlarından ($169,041 \pm 26,828$) yüksek bulunmuştur. Branşı basketbol olan elit sporcuların genel yılmazlık puanları ($191,614 \pm 32,410$), branşı hentbol olan elit sporcuların genel yılmazlık puanlarından

(170,305 ± 32,036) yüksek bulunmuştur. Branşı voleybol olan elit sporcuların genel yılmazlık puanları (189,291 ± 33,100), branşı hentbol olan elit sporcuların genel yılmazlık puanlarından (170,305 ± 32,036) yüksek bulunmuştur. Branşı judo olan elit sporcuların genel yılmazlık puanları (192,152 ± 30,364), branşı hentbol olan elit sporcuların genel yılmazlık puanlarından (170,305 ± 32,036) yüksek bulunmuştur. Branşı basketbol olan elit sporcuların genel yılmazlık puanları (191,614 ± 32,410), branşı atletizm olan elit sporcuların genel yılmazlık puanlarından (172,400 ± 30,299) yüksek bulunmuştur. Branşı voleybol olan elit sporcuların genel yılmazlık puanları (189,291 ± 33,100), branşı atletizm olan elit sporcuların genel yılmazlık puanlarından (172,400 ± 30,299) yüksek bulunmuştur. Branşı judo olan elit sporcuların genel yılmazlık puanları (192,152 ± 30,364), branşı atletizm olan elit sporcuların genel yılmazlık puanlarından (172,400 ± 30,299) yüksek bulunmuştur.

Tablo 47. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların Yılmazlık Düzeylerinin Eğitim Durumuna Göre Ortalamaları

	Grup	N	Ort	Ss	t	P
Güçlü Olma	Önlisans	208	62,072	12,204	-3,559	0,000
	Lisans	346	65,971	12,650		
Girişimci Olma	Önlisans	208	30,615	5,350	-3,508	0,000
	Lisans	346	32,353	5,814		
İyimser Olma/yaşama Bağlı Olma	Önlisans	208	17,375	4,154	-4,042	0,000
	Lisans	346	18,913	4,445		
İletişim/ilişki Kurma	Önlisans	208	13,418	3,407	-5,055	0,000
	Lisans	346	14,980	3,588		
Öngörü	Önlisans	208	9,914	2,276	-3,582	0,000
	Lisans	346	10,642	2,342		
Amaca Ulaşma	Önlisans	208	14,216	3,455	-2,955	0,003
	Lisans	346	15,145	3,653		
Lider Olma	Önlisans	208	17,399	3,543	-2,444	0,012
	Lisans	346	18,220	3,988		
Araştırmacı Olma	Önlisans	208	7,087	2,032	-2,560	0,011
	Lisans	346	7,541	2,014		
Genel Yılmazlık	Önlisans	208	172,096	29,629	-4,253	0,000
	Lisans	346	183,763	32,203		

Araştırmaya katılan elit sporcuların güçlü olma puanları ortalamalarının eğitim durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan t-testi sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($t=-3.559$; $p=0.000<0,05$). Lisans mezunu

olan elit sporcuların güçlü olma puanları ($x=65,971$), önlisans mezunu olan elit sporcuların güçlü olma puanlarından ($x=62,072$) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan elit sporcuların girişimci olma puanları ortalamalarının eğitim durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan t-testi sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($t=-3.508$; $p=0.000<0,05$). Lisans mezunu olan elit sporcuların girişimci olma puanları ($x=32,353$), önlisans mezunu olan elit sporcuların girişimci olma puanlarından ($x=30,615$) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan elit sporcuların iyimser olma/yaşama bağlı olma puanları ortalamalarının eğitim durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan t-testi sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($t=-4.042$; $p=0.000<0,05$). Lisans mezunu olan elit sporcuların iyimser olma/yaşama bağlı olma puanları ($x=18,913$), önlisans mezunu olan elit sporcuların iyimser olma/yaşama bağlı olma puanlarından ($x=17,375$) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan elit sporcuların iletişim/ilişki kurma puanları ortalamalarının eğitim durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan t-testi sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($t=-5.055$; $p=0.000<0,05$). Lisans mezunu olan elit sporcuların iletişim/ilişki kurma puanları ($x=14,980$), önlisans mezunu olan elit sporcuların iletişim/ilişki kurma puanlarından ($x=13,418$) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan elit sporcuların öngörü puanları ortalamalarının eğitim durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan t-testi sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($t=-3.582$; $p=0.000<0,05$). Lisans mezunu olan elit sporcuların öngörü puanları ($x=10,642$), önlisans mezunu olan elit sporcuların öngörü puanlarından ($x=9,914$) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan elit sporcuların amaca ulaşma puanları ortalamalarının eğitim durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan t-testi sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($t=-2.955$; $p=0.003<0,05$). Lisans mezunu olan elit sporcuların amaca ulaşma puanları ($x=15,145$), önlisans mezunu olan elit sporcuların amaca ulaşma puanlarından ($x=14,216$) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan elit sporcuların lider olma puanları ortalamalarının eğitim durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan t-testi sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($t=-2.444$; $p=0.012<0,05$). Lisans mezunu olan elit sporcuların lider olma puanları ($x=18,220$), önlisans mezunu olan elit sporcuların lider olma puanlarından ($x=17,399$) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan elit sporcuların araştırıcı olma puanları ortalamalarının eğitim durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan t-testi sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($t=-2.560$; $p=0.011<0,05$). Lisans mezunu olan elit sporcuların araştırıcı olma puanları ($x=7,541$), önlisans mezunu olan elit sporcuların araştırıcı olma puanlarından ($x=7,087$) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan elit sporcuların genel yılmazlık puanları ortalamalarının eğitim durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan t-testi sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($t=-4.253$; $p=0.000<0,05$). Lisans mezunu olan elit sporcuların genel yılmazlık puanları ($x=183,763$), önlisans mezunu olan elit sporcuların genel yılmazlık puanlarından ($x=172,096$) yüksek bulunmuştur.

Tablo 48. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların Yılmazlık Düzeylerinin Aktif Olarak Spor Yapma Süresi Göre Ortalamaları

	Grup	N	Ort	Ss	F	p	Fark
Güçlü Olma	1-5 Yıl	73	62,233	12,958	2,262	0,080	
	6-10 Yıl	278	64,349	12,308			
	11-15 Yıl	161	64,764	13,478			
	16 Yıl Ve üstü	42	68,524	9,661			
Girişimci Olma	1-5 Yıl	73	30,658	5,760	1,115	0,343	
	6-10 Yıl	278	31,838	5,641			
	11-15 Yıl	161	31,739	5,601			
	16 Yıl Ve üstü	42	32,452	6,345			
İyimser Olma/yaşama Bağlı Olma	1-5 Yıl	73	17,082	4,478	3,633	0,013	3 > 1
	6-10 Yıl	278	18,187	4,419			
	11-15 Yıl	161	18,981	4,220			
	16 Yıl Ve üstü	42	19,024	4,376			
İletişim/ilişki Kurma	1-5 Yıl	73	13,466	3,720	2,321	0,074	
	6-10 Yıl	278	14,435	3,643			
	11-15 Yıl	161	14,553	3,459			
	16 Yıl Ve üstü	42	15,119	3,437			
Öngörü	1-5 Yıl	73	10,014	2,354	1,071	0,361	
	6-10 Yıl	278	10,342	2,229			
	11-15 Yıl	161	10,472	2,508			
	16 Yıl Ve üstü	42	10,762	2,387			
Amaca Ulaşma	1-5 Yıl	73	14,507	3,819	0,318	0,813	
	6-10 Yıl	278	14,899	3,616			
	11-15 Yıl	161	14,696	3,527			
	16 Yıl Ve üstü	42	15,000	3,541			
Lider Olma	1-5 Yıl	73	17,219	3,888	1,476	0,220	
	6-10 Yıl	278	17,831	3,685			
	11-15 Yıl	161	18,217	4,058			
	16 Yıl Ve üstü	42	18,476	3,896			
Araştırmacı Olma	1-5 Yıl	73	7,110	2,004	0,705	0,549	
	6-10 Yıl	278	7,414	2,014			
	11-15 Yıl	161	7,342	2,194			
	16 Yıl Ve üstü	42	7,643	1,479			
Genel Yılmazlık	1-5 Yıl	73	172,288	32,296	2,137	0,094	
	6-10 Yıl	278	179,295	31,401			
	11-15 Yıl	161	180,764	32,209			
	16 Yıl Ve üstü	42	187,000	29,859			

Araştırmaya katılan elit sporcuların iyimser olma/yaşama bağlı olma puanları ortalamalarının aktif olarak spor yapma süresi değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($F=3,633$; $p=0,013<0.05$). Farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı post-hoc analizi yapılmıştır. Aktif olarak spor yapma süresi 11-15 yıl olan elit sporcuların iyimser olma/yaşama bağlı olma puanları ($18,981 \pm 4,220$), aktif olarak spor yapma süresi 1-5 yıl olan elit sporcuların iyimser olma/yaşama bağlı olma puanlarından ($17,082 \pm 4,478$) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan elit sporcuların güçlü olma, girişimci olma, iletişim/ilişki kurma, öngörü, amaca ulaşma, lider olma, araştırmacı olma, genel yılmazlık puanları ortalamalarının aktif olarak spor yapma süresi değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır ($p>0.05$).

Tablo 49. Araştırmaya Katılan Elit Sporcuların Yılmazlık Düzeylerinin Elit Düzeyde Spor Yapma Süresi Göre Ortalamaları

	Grup	N	Ort	Ss	F	p	Fark
Güçlü Olma	1-4 Yıl	262	63,256	12,625	4,220	0,015	3 > 1
	5-8 Yıl	220	64,846	12,973			
	9 Yıl Ve üstü	72	68,028	10,764			
Girişimci Olma	1-4 Yıl	262	31,477	5,628	0,559	0,572	
	5-8 Yıl	220	31,786	5,709			
	9 Yıl Ve üstü	72	32,250	5,978			
İyimser Olma/yaşama Bağlı Olma	1-4 Yıl	262	17,706	4,393	5,257	0,005	2 > 1 3 > 1
	5-8 Yıl	220	18,841	4,296			
	9 Yıl Ve üstü	72	19,083	4,468			
İletişim/ilişki Kurma	1-4 Yıl	262	13,824	3,640	6,412	0,002	2 > 1
	5-8 Yıl	220	14,950	3,557			
	9 Yıl Ve üstü	72	14,764	3,291			
Öngörü	1-4 Yıl	262	10,122	2,261	3,885	0,021	3 > 1
	5-8 Yıl	220	10,473	2,384			
	9 Yıl Ve üstü	72	10,944	2,408			
Amaca Ulaşma	1-4 Yıl	262	14,683	3,585	0,598	0,550	
	5-8 Yıl	220	14,796	3,712			
	9 Yıl Ve üstü	72	15,208	3,356			
Lider Olma	1-4 Yıl	262	17,657	3,665	1,144	0,319	
	5-8 Yıl	220	18,100	4,015			
	9 Yıl Ve üstü	72	18,264	3,943			
Araştırmacı Olma	1-4 Yıl	262	7,176	2,068	2,464	0,086	
	5-8 Yıl	220	7,505	2,127			
	9 Yıl Ve üstü	72	7,667	1,473			
Genel Yılmazlık	1-4 Yıl	262	175,901	31,203	3,676	0,026	3 > 1
	5-8 Yıl	220	181,296	32,654			
	9 Yıl Ve üstü	72	186,208	29,604			

Araştırmaya katılan elit sporcuların güçlü olma puanları ortalamalarının elit düzeyde spor yapma süresi değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($F=4,220$; $p=0,015<0.05$). Farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı post-hoc analizi yapılmıştır. Elit düzeyde spor yapma süresi 9 yıl ve üstü olan elit sporcuların güçlü olma puanları ($68,028 \pm 10,764$), elit düzeyde spor

yapma süresi 1-4 yıl olan elit sporcuların güçlü olma puanlarından ($63,256 \pm 12,625$) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan elit sporcuların iyimser olma/yaşama bağlı olma puanları ortalamalarının elit düzeyde spor yapma süresi değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($F=5,257$; $p=0,005<0.05$). Farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı post-hoc analizi yapılmıştır. Elit düzeyde spor yapma süresi 5-8 yıl olan elit sporcuların iyimser olma/yaşama bağlı olma puanları ($18,841 \pm 4,296$), elit düzeyde spor yapma süresi 1-4 yıl olan elit sporcuların iyimser olma/yaşama bağlı olma puanlarından ($17,706 \pm 4,393$) yüksek bulunmuştur. Elit düzeyde spor yapma süresi 9 yıl ve üstü olan elit sporcuların iyimser olma/yaşama bağlı olma puanları ($19,083 \pm 4,468$), elit düzeyde spor yapma süresi 1-4 yıl olan elit sporcuların iyimser olma/yaşama bağlı olma puanlarından ($17,706 \pm 4,393$) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan elit sporcuların iletişim/ilişki kurma puanları ortalamalarının elit düzeyde spor yapma süresi değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($F=6,412$; $p=0,002<0.05$). Farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı post-hoc analizi yapılmıştır. Elit düzeyde spor yapma süresi 5-8 yıl olan elit sporcuların iletişim/ilişki kurma puanları ($14,950 \pm 3,557$), elit düzeyde spor yapma süresi 1-4 yıl olan elit sporcuların iletişim/ilişki kurma puanlarından ($13,824 \pm 3,640$) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan elit sporcuların öngörü puanları ortalamalarının elit düzeyde spor yapma süresi değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($F=3,885$; $p=0,021<0.05$). Farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı post-hoc analizi yapılmıştır. Elit düzeyde spor yapma süresi 9 yıl ve üstü olan elit sporcuların öngörü puanları ($10,944 \pm 2,408$), elit düzeyde spor yapma

süresi 1-4 yıl olan elit sporcuların öngörü puanlarından ($10,122 \pm 2,261$) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan elit sporcuların genel yılmazlık puanları ortalamalarının elit düzeyde spor yapma süresi değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($F=3,676$; $p=0,026<0.05$). Farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı post-hoc analizi yapılmıştır. Elit düzeyde spor yapma süresi 9 yıl ve üstü olan elit sporcuların genel yılmazlık puanları ($186,208 \pm 29,604$), elit düzeyde spor yapma süresi 1-4 yıl olan elit sporcuların genel yılmazlık puanlarından ($175,901 \pm 31,203$) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan elit sporcuların girişimci olma, amaca ulaşma, lider olma, araştırmacı olma puanları ortalamalarının elit düzeyde spor yapma süresi değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır ($p>0.05$).

4. TARTIŞMA VE SONUÇ

Çalışmanın bu bölümünde, elde edilen bulgulara yönelik birtakım sonuçlara ulaşılmış ve bu sonuçlara dair yorum ve öneriler ifade edilmiştir.

4.1. TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışma, elit sporcuların duygusal zekâ düzeylerinin ve iletişim becerilerinin yılmazlık düzeyi üzerinde etkisini belirlerken problem çözmenin aracılık düzeyini araştırmak amacıyla oluşturulmuştur.

Elit sporcuların iletişim becerileri düzeyi problem çözme becerisi düzeyini azaltmaktadır (Tablo 16). Hipotezden farklı olan bu bulgu literatür ile de uyumludur. Nacar (2010) tarafından yapılan benzer bir çalışmada öğretmenlerin iletişim becerileri ile kişilerarası problem çözme becerileri arasında anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. İletişim becerileri arttıkça problem çözme de problem yaşanabileceği olgusu üzerinde durulduğu dikkat çekmektedir.

Problem çözme becerisi düzeyi güçlü olma düzeyini azaltmaktadır (Tablo 8). Elit sporcularda iletişim becerilerinin güçlü olmaya etkisinde problem çözme becerisinin aracılık rolü dikkat çekmiştir. Literatürde, Yılmaz (2011) tarafından gerçekleştirilen bir araştırmada okul öncesi öğretmenlerinin iletişim becerileri, problem çözme becerileri ve empatik eğilim düzeyleri arasında anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. İletişim becerileri ile problem çözme arasındaki ilişki bu açıdan anlamlı görülmektedir.

Başka bir çalışmada da, katılımcıların iletişim becerileri ile problem çözme becerileri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki saptandığı görülmektedir (Piji, 2012). Elit sporcuların problem çözme becerisi düzeyi iyimser olma/yaşama bağlı olma düzeyini azaltıyor olması yanı sıra elit sporcuların iletişim becerileri düzeyinin iyimser olma/yaşama bağlı olma düzeyini arttırdığı sonucu önem taşımaktadır. Aynı zamanda, elit sporcuların problem çözme becerisi düzeyi iyimser olma/yaşama bağlı olma düzeyini azaltmaktadır. Literatürde bu konuya dair çalışmaların kısıtlı olduğu görülmektedir. Bunlardan birinde; Augusto Landa ve meslektaşlarının (2008)

hemşirelerle çalıştığı görülmektedir. Elde ettikleri bulgular incelendiğinde; duygusal zekası yüksek olan hemşirelerin problem çözme becerilerinin de arttığı bulgusu bu çalışma bulguları ile paraleldir. Aynı zamanda duygusal zekâsı yüksek hemşirelerin stres düzeylerini azaltmaları için uygun stratejiler belirleyebildikleri saptanmıştır. Benzer şekilde, İşmen'in (2001) üniversite öğrencilerinde duygusal zekâ ile problem çözme becerisi algısı arasındaki ilişkiyi incelediği görülmektedir. İlgili araştırmada da duygusal zeka seviyesi arttıkça problem çözme becerisi algısında da artış olduğu bulunmuştur. Sporcular için çalışma bulgularının farklı olması sonucu iletişim becerilerinin daha büyük önem taşıdığını düşündürebilir. Duygusal zeka düzeylerindense iletişim becerileri ile problem çözmeye yeltendikleri kabul edilebilir.

Elit sporcuların iletişim becerileri düzeyi iletişim/ilişki kurma düzeyini arttırmaktadır (Tablo 11). Bilindiği üzere, duygusal olgunluk, kişinin kendi duygularını anlaması ve yaşam düzeyini maksimize edebilecek şekilde düzenlemesi, başkalarının duyguları için empati yapabilmesi olarak ifade edilmektedir (Dilekman vd. 2008). Elde edilen bulgulara göre Elit sporcuların problem çözme becerisi düzeyi iletişim/ilişki kurma düzeyini azaltmaktadır. Algılamaların yanlı tarafları ve bilişsel kapasitelerinin farkında olan kişilerin kendi sınırlarını daha iyi bildiği kabul edilmektedir. Aynı zamanda daha objektif bakış açısına sahip oldukları görülmektedir. Kişinin hem kendi, hem diğerlerine ve onlarla olan iletişimlerine yönelik değer yargılarını da iyi saptamak ve anlamak iletişim sürecini doğru değerlendirmeyi mümkün kılacaktır (Özer, 2000). Bu bağlamda sporcular için artırılması gereken bir olgu olduğu dikkat çekmektedir.

Elit sporcuların problem çözme becerisi düzeyi öngörü düzeyini azaltmaktadır (Tablo 12). Elit sporcuların problem çözme becerisi düzeyi öngörü düzeyini azaltmaktadır. Literatürde, Salovey ve Mayer'in (1990) belirttiği üzere; duygusal zekâ adaptif olmaya dair becerileri, duyguları anlayıp yorumlayabilmeyi ve ifade edebilme niteliğini etkileyen bir olgudur. Böylelikle, duyguların düzenlenmesini ve hayatta karşılaşılan problemlerin çözümü için duyguların olumlu kullanabilme niteliklerini etkileyecektir. Bu bağlamda pozitif bir ilişki beklenmiş ve elde edilen bulgu şaşırtıcı olmuştur.

Elit sporcuların iletişim becerileri düzeyi lider olma düzeyini arttırmaktadır (Tablo 14). Problem çözme becerisi düzeyi lider olma düzeyini azaltmaktadır. Literatürde, Çetinkaya (2011) tarafından gerçekleştirilen bir çalışmada üniversite öğrencileri katılımcılar olarak belirlenmiştir. Katılımcıların duygusal zekâları ile iletişim becerileri arasındaki ilişkinin karşılaştırıldığı çalışmada duygusal zekâ ve iletişim becerileri boyutları arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Benzer bir araştırmada Gürşimşek (2008) katılımcıların duygusal zekâ düzeyleri ve iletişim becerileri düzeyi arasında olumlu yönde anlamlı bir ilişki olduğunu belirtmiştir. Austin ve ark. (2005), katılımcıların duygusal zekâ ve iletişim becerilerini karşılaştırdığı çalışma bulgusunda, yüksek duygusal zekâyâ sahip öğrencilerin iletişim becerileri ile ilgili olumlu duygularını bildirdiklerini belirtmiştir. Bu bağlamda iletişim becerileri ile lider olma düzeyinin pozitif ilişkisi hipotez ve literatür ile uyumlu bir bulgudur.

Elde edilen bulgulara göre, elit sporcuların problem çözme becerisi düzeyi genel yılmazlık düzeyini azaltmaktadır (Tablo 16). Bu açıdan Benard'ın (1997) ifade ettikleri önem taşımaktadır. Araştırmasında, katılımcılarda yılmazlığın gelişmesinde okulun sosyal yetkinlik, problem çözme becerileri, eleştirel düşünebilme, bağımsızlık ve amaç duygusunu kazandırması gerekliliğini ifade etmiştir. Böylelikle iletişim becerileri ile yılmazlık ilişkili olarak artış gösterecektir. Bu açıdan elde edilen şu bulgu önemlidir: Elit sporcuların iletişim becerileri düzeyi genel yılmazlık düzeyini arttırmaktadır. Literatürde, dıştan kontrol odaklılık, problem çözme becerisi, öğrenilmiş çaresizlik ve umutsuzluk ise yılmazlık ile olumsuz yönde ilişkili olduğu ifade edilmektedir. Büyüköztürk (2013) bu bağlamda gerçekleştirdiği çalışmasında; yılmazlığın, problem çözememe ile $-.79$, öğrenilmiş güçlülük ile $.76$, umutsuzluk ile $-.67$, dıştan kontrol odağı ile $-.44$, ilişkili olduğu ifade edilmiştir. Aynı zamanda; elit sporcuların problem çözme becerisi düzeyi genel yılmazlık düzeyini azaltmaktadır.

Elit sporcuların duyguların kullanımı düzeyi güçlü olma düzeyini arttırmaktadır (Tablo 17). Gürgân (2006)'ın çalışmasının bulguları da bu bulgularla benzer şekildedir. Yılmazlık ile öğrenilmiş güçlülük, problem çözme arasında pozitif yönde ve depresyon ile umutsuzluk arasında ise negatif yönde bir ilişki saptanmıştır. Karataş ve Çakar (2011) ise yılmazlık ile umutsuzluk arasında negatif, özgüven ile

yılmazlık arasında pozitif yönde bir korelasyon ifade etmişlerdir. Bu açıdan elit sporcularla duygusal zekâ üzerine çalışmaların artırılması gerekliliği öne çıkmaktadır. Literatürde sporcu ağırlıklı çalışma yapılmadığı gözlemlenmektedir. Karşılaştırılabilir veri elde edilmesi zor olmuştur.

Elit sporcuların genel duygusal zekâ düzeyi genel yılmazlık düzeyini arttırmaktadır (Tablo 25). Aynı zamanda problem çözme becerisi düzeyi genel yılmazlık düzeylerini azaltmaktadır. Bu açıdan elde edilen bulguların şaşırtıcı olduğunu söylemek yanlış olmayacaktır. Literatürde duygusal zeka ve yılmazlık arasındaki pozitif ilişkiye dair bir bulgu mevcuttur (Steinhardt ve Dolbier, 2008). İlgili çalışma ile tutarlılık gösterilse de problem çözme becerisi arasındaki negatif ilişki şaşırtıcı olmuştur. Bireylerin yılmazlık düzeyleri yani kendini toplama gücüne sahip kişilerin problem çözme başa çıkma becerilerini kullanarak sıkıntılı süreçlerle başa çıkabildikleri ve kontrol edebildikleri görülmektedir. Diğer bir deyişle, bireyin yılmazlık gücünün stresi, sıkıntılı süreci değerlendirme, stresli durumu kontrol etme ve stresi azaltma adına alternatif çözüm yolları bulma yeterliliği arttırdığı anlaşılmaktadır. Bu açıdan, sporcuların yılmazlık düzeyleri ve problem becerilerinin çalışması özellikle önem taşımaktadır. Literatürde, Aydın'ın (2010) üniversite öğrencileri ile yaptığı araştırmada, üniversite öğrencilerinin duygusal zeka düzeyleriyle kendini toplama gücü arasında olumlu yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Bu açıdan literatürdeki bulguların birbirini desteklediği de görülmektedir.

Elit sporcuların duygusal zekâ düzeylerinin cinsiyete, yaşa, spor yapma sürelerine ve branşa göre ortalamaları incelediğinde (Tablo 26,27,28,30); anlamlı bir farklılaşma olmadığı görülmüştür. Bu bulgudan farklı olarak; Harrod ve Scheer (2005) gerçekleştirdikleri çalışmalarında katılımcıların duygusal zeka düzeylerinin cinsiyet değişkeni açısından karşılaştırdıkları ve kızların lehine anlamlı farklılık gösterdiği bulgusu dikkat çekmiştir. Benzer şekilde, Göçet (2006) ve Harrod ve Scheer'in (2005) araştırma bulguları da cinsiyetin anlamlı farklılaşma yarattığını desteklemektedir. Aynı çalışmada yaşın duygusal zekâ seviyesinin belirlenmesinde farklılık oluşturmadığı bulgusu, bu çalışma bulgusu ile tutarlıdır. Bu sonucu destekleyen farklı çalışmalar da mevcuttur (Çelik ve Deniz, 2008; Acar, 2007). Söz

konusu çalışmalarda, yaş arttıkça duygusal zekânın da artacağını belirten çalışmalar da söz konusudur (Baron ve ark. 2000). Dolayısıyla, literatürden farklı sonuç elde edildiğini belirtmek yanlış olmayacaktır.

Kamin'in (2000) Amerikan beyzbol oyuncularını üzerinde gerçekleştirdikleri çalışmasında sporcuların başarı istatistikleri ile duygusal zeka düzeyleri arasında pozitif yönlü bir ilişki saptamıştır. Bunun yanı sıra, Costarelli'nin (2009) dövüş sporcularını ve sporcu olmayan kişiler ile gerçekleştirdiği araştırmasında sporcuların duygusal zeka puan düzeylerinin, sporcu olmayanlara nazaran daha yüksek olduğunu belirtmiştir. Bu da elde edilen bulguları destekleyen bir sonuç olarak dikkat çekmektedir.

Bir diğer önemli bulgu olarak; elit sporcuların duygusal zekâ düzeylerinin eğitim durumlarına bağlı farklılaştığı saptanmıştır (Tablo 29). Lisans mezunu olanların Kendi Duygularını Değerlendirme ve Duyguları Düzenleme hariç anlamlı düzeyde yüksek duygusal zekâyâ sahip oldukları anlaşılmaktadır. Literatürü destekleyen bu sonucu başka çalışmalarda desteklemektedir (Gürbüz ve Yüksel, 2008; Aysel 2006). Bu bulgu ile; duygusal zekânın eğitimle arttırılabileceği ve eğitim programları düzenlenirken bu durum üzerinde durulmasının gerekliliği ifade edilmelidir. Duygusal zekanın gelişmesinde, iş ortamında motivasyon ve performansı yüksek kişilerin yetişmesine fayda sağlayacağı ifade edilebilmektedir.

Elit sporcuların iletişim becerileri düzeylerinin cinsiyete göre ortalamaları incelediğinde (Tablo 32); anlamlı bir farklılaşma olduğu görülmüştür. Erkeklerin iletişim becerileri kadınlardan anlamlı derecede yüksektir. Bulut Bozkurt (2004), sınıf öğretmenleriyle gerçekleştirdiği çalışmasında, iletişim becerisinin "Etkililik" ve "Yeterlilik" alt boyutlarında kadınların, erkeklerin daha yüksek bir ortalama ifade ettikleri belirlenmiştir (Bozkurt, 2004). Böylelikle literatürden farklı sonuç elde edildiğini belirtmek mümkündür.

Elit sporcuların iletişim becerileri düzeylerinin yaşa, bransa, eğitime durumuna (Tablo 33,34,35), spor yapma sürelerine (Tablo 31), göre ortalamaları incelediğinde; anlamlı bir farklılaşma saptanmamıştır. Literatürde, sporcuların, farklı mesleklerdeki diğerlerine nazaran yüksek iletişim yetisine sahip olmaları hipotez dahilinde kabul

edilmiştir; bunun nedeni sporun iletişim becerilerini arttırması olarak ifade edilmektedir. Bunun yanı sıra; sporun özgüveni ve benlik saygısını arttırdığı sağlıklı davranışlar ve yaşam becerileri öğrettiği kabul edilmektedir (Rogge 2004). Fakat bu çalışmada incelenen spor branşlarının sporcuların iletişim becerileri üzerine anlamlı bir etkisi yoktur denilebilir. Yılmaz ve ark. (2008) gerçekleştirdiği araştırmalarında, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencilerini katılımcı olarak belirlemiştir. Katılımcıların iletişim becerilerini karşılaştırmış; yaşa, cinsiyete, sınıflara ve spor geçmişlerine göre değerlendirilmiştir. Sonuç olarak, katılımcılar arasında iletişim becerileri puanlarına göre anlamlı farklılık bulunmadığı ifade edilmiştir bunun yanı sıra çalışma sonucunda erkek öğrencilerin iletişim beceri puan ortalamaları daha yüksek ifade edilmiştir. Dolayısıyla bu çalışma bulgularından farklı bir sonuç elde edildiği söylenebilir.

Elit sporcuların problem çözme becerileri düzeylerinin cinsiyet, yaş aktif olarak spor yapma ve elit düzeyde spor yapma sürelerine göre ortalamaları incelediğinde (Tablo 38,39,42,43); anlamlı bir farklılaşma saptanmamıştır. Futbol oynayanların problem çözme becerileri diğer tüm branşlardan anlamlı oranda yüksektir. Literatürde, iletişim becerilerinin yüksek olmasının bireyin sosyallik, dışa dönüklük, atılganlık ya da yakınlık gösterme gibi önemli iletişim öğeleri ile ilgili olduğu belirtilmektedir (Riggio ve ark., 2003). Söz konusu öğeler sporcuların başarıları için de önemli kabul edilebilmektedir. Bu konuya dair ilgili literatür araştırıldığında; takım sporu ve bireysel spor yapan sporcuların farklılıklarının daha çok araştırıldığı dikkat çekmektedir. Bu açıdan karşılaştırılabilir veri elde edilmesi problemlidir. Katılımcıların takım ya da bireysel spor yapmaları ile kişilik özellikleri ve çeşitli psikolojik boyutları arasında anlamlı ilişki olduğunu ifade eden çalışmalar dikkat çekmektedir (Nicholls ve ark., 2007; Tutkun, 2010). Bu açıdan sporcu olmanın ya da düzenli spor yapıyor olmanın branş türüne bakılmaksızın katılımcının iletişim becerilerini pozitif yönde etkileme olasılığı üzerinde durulması gerekliliği öne çıkmaktadır. Ayrıca, yine eğitim durumu problem çözme becerileri üzerinde de anlamlı etkiye sahiptir. Ön lisans mezunları daha yüksek problem çözme yetisine sahip olarak gözlemlenmiştir. İlgili olarak; Ulupınar'ın (1997) çalışmasında, katılımcıların kendilerini değerlendirmelerinin problem çözme becerilerine etkisini incelediği görülmektedir. İlgili çalışma da, doktora ve yüksek lisans öğrencilerinin

önlisans ve lisans öğrencilerine nazaran kendilerini problem çözmeye daha başarılı olarak gördükleri dikkat çekmiştir.

Elit sporcuların yılmazlık düzeylerinin cinsiyete ve yaşa göre ortalamaları incelediğinde (Tablo 44,45); anlamlı bir farklılaşma saptanmamıştır. Elit sporcuların yılmazlık düzeylerinin aktif olarak spor yapma sürelerinin sadece iyimser olma ve yaşama bağlı olma alt boyutunda anlamlı farklılaşma yarattığı gözlemlenmiştir. Yıl arttıkça azalan yılmazlık düzeyleri dikkat çekmiştir. Eğitim durumu lisans olanların daha yüksek yılmazlık düzeylerine sahip olduğu saptanmıştır. Bu sonuçlar (Coulter et al, 2010; Gucciardi et al, 2009) çalışmalarından elde edilen bulgular eğitimin önemini destekler niteliktedir. Dolayısıyla eğitimin önemi üzerinde durulması gerekliliği gözler önüne serilmektedir. Yine elit düzeyde spor yapma süreleri arttıkça artan bir yılmazlık düzeyi de görülmüştür. Literatürde cinsiyet değişkeninin yılmazlık düzeyine olası etkisinin incelendiği çalışmalar oldukça sıktır (Terzi, 2008; Gürkan, 2006; Eitzen ve Pratt 1989). Söz konusu çalışmalarda katılımcılar farklı yaş gruplarından oluşurken eğitim durumlarının genelde lise, üniversite ve üniversite mezunu olarak dağılım gösterdiği dikkat çekmektedir. Sonuç olarak hem cinsiyetin hem de yaşın yılmazlık düzeyine anlamlı etki yapmadıklarının belirtildiği dikkat çekilmiştir (Eitzen ve Pratt 1989). Bu açıdan literatür ile uyumlu bir sonuç elde edildiğini söylemek mümkündür.

Sonuç olarak, elit sporcularda iletişim becerilerinin güçlü olmaya etkisinde problem çözme becerisinin kısmi aracılık rolü olduğunu göstermektedir. Hipotezi destekleyen bu sonuç adına literatür incelendiğinde aracı rol açıklanmasına dair çalışma olmadığı dikkat çekmiştir. Özellikle sporcuların katılımcı olarak belirlendiği çalışmalara ulaşmak da sıkıntı yaşanmıştır. Bunun yanı sıra, elit sporcularda iletişim becerilerinin girişimci olmaya etkisinde problem çözme becerisinin kısmi aracılık rolü olduğunu göstermektedir. Ruggiero (1988) bu bağlamda, düşünme öğretiminin eğitim programları içerisinde yer almasını önemle vurgulayarak bu aracı rolden bahsetmiştir. Diğer bir bulguya göre elit sporcularda iletişim becerilerinin iletişim/ilişki kurmaya etkisinde problem çözme becerisinin kısmi aracılık rolü olduğunu göstermektedir. Dolayısıyla iletişim kurma becerisi arttıkça problem çözme becerisinin artmış olması beklenen bir sonuç olarak görülmektedir. Bununla birlikte;

duyguları düzenleme ve sosyal becerinin ara değişken (problem çözüme becerisi) üzerinde etkisi olmadığı ve girişimci olmayı aracısız etkilediği görölmektedir. Sosyal becerilerin ara değişken (problem çözüme becerisi) üzerinde etkisi. Literatürde aracı role dair çalışmaların kısıtlılığı dikkat çekicidir. Bu açıdan bundan sonraki çalışmalar da karşılaştırılabilir veri elde etmek adına konuya yer verilmesi gerekliliği vurgulanabilir.

4.2. ÖNERİLER

Tartışmada da yer verildiği üzere problem çözüme, iletişim becerisi ve duygusal zekaya bir arada yer veren çalışmalara rastlanmadığını söylemek önemlidir. Bu bağlamda ara rollerin çalışılması ve literatür ile karşılaştırılması sorunlu olmuştur. Bunun yanı sıra katılımcı olarak sporcuların belirlendiği çalışmalar da oldukça kısıtlıdır. Problem çözüme ve iletişim becerileri konusunda daha çok eğitmen ya da öğrencilere yer verilen çalışmaların olduğu dolayısıyla sporcuları sporcular ile karşılaştırmanın zorlaştığı ifade edilmektedir. Çalışmanın kısıtlılığı açısından diğer vurgulanması gereken ise aracı rollerin istatistiksel açıdan anlamlı olmadığı çerçevesindedir. Bu değerlerin aracı rolleri üzerine çalışmaların artırılması önemlidir.

Araştırmanın bulguları değerlendirildiğinde; aşağdaki önerilerde bulunabileceği vurgulanabilir:

1. Sporcuların eğitim gördükleri kurumlardan başlayarak yer aldıkları bütün örgütlerde hizmet içi eğitim programlarını oluşturma ve bu programlar dahilinde özellikle duygular, duyguların yönetilmesi dolayısıyla duygusal zekâ ve iletişim becerileri konularına yer vermek önerilmektedir.
2. Problem çözüme becerilerinin artırılmasına dair ek çalışmaların da programa dahil olması faydalı görünmektedir. Bu üç ana değişkenin biraradalığı ve birbirini etkiliyor olduğu kanıtlandığından birine yönelik eğitimin diğerine de fayda sağlayacağı kabul edilebilir.
3. Sporcuların duygusal zekâlarını geliştirmeye dair çalışmaların azlığı dikkat çekmektedir. Bu bağlamda hem üniversite yıllarında hem de sonrasındaki süreçte eğitimin sürekliliği önemsenmelidir.

4. Sporcuların artan iletişim becerileri ve duygusal zekalarının sosyal ilişkileri onarıcı ve fayda sağlayıcı etkisi üzerinde durulmalıdır. Özellikle takım çalışmalarında yer alan sporcular için bunun bir fırsat olarak değerlendirilmesi gereklilik göstermektedir. Ülkemizde bu konuya yeterince önem verilmiyor olması dikkat çekicidir.

5. Sporcuların iletişimlerinin geliştirilmesi, sosyal ilişkilerinin güçlenmesi sadece diğer insanlarla olan nitelikleri açısından değil aynı zamanda koçları ya da antrenörleri ile olan ilişkileri açısından da değerlendirilmelidir.

6. Sporcuların duygusal zekâ, problem çözme ve iletişim becerilerine yönelik yeterliliklerini belirlemek adına açıklayıcı çalışmalara öncelikli olarak yer verilmektedir daha sonra bu düzeyleri etkileyen farklı değişkenlere odaklanılması önerilmektedir. Hep saptayıcı hem çözümleyici olma açısından düzeylerin ortalamalarını belirleyen çalışmalara da öncelik verilmesi gerekmektedir.

7. Bundan sonraki çalışmalarda duygusal zeka, iletişim becerisi ve problem çözme yetilerini etkileyen olası değişkenlerin kontrol edilmesi ve çalışmaların bu şekilde yapılandırılması geçerlik ve güvenilirlik açısından kıymetli görülmektedir.

8. Konuya yönelik sporcularla yapılmış çalışmaların azlığı dolayısıyla bu değişkenleri içeren çalışmaların artırılması önerilmektedir. Bunun yanı sıra, benzer çalışmaların, duygusal zekâ, problem çözme ve iletişim becerilerinin hem meslekiçi hem özel yaşamdaki faydalarına yönelik olması önemlidir. Böylelikle motivasyonun artacağı kabul edilebilir.

Sonuç olarak; sporcuların duygusal zekâ ve iletişim becerisi düzeylerinin belirlenmesi ve onlara etki eden faktörler ile problem çözme becerilerindeki niteliklerin saptanması sporcuların daha verimli çalışmaları için hem meslek dahilinde hem özel yaşamda fayda sağlayacaktır. Stres düzeylerinin azalması, zihinsel açıdan iyi olma düzeylerinin artırılması baz alınarak ilgili çalışmaları maksimize etmek karşılaştırılabilir veri elde edilmesi adına önemlidir. Katılımcıların sporcu olduğu ilgili çalışmaların artırılması üzerinde durulmalıdır.

5. KAYNAKLAR

Acar E (2007). İşletme Yönetiminde Duygusal Zekânın Yeri ve Önemi Üzerine Bir Araştırma, Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İşletme Ana Bilim Dalı Yüksek Lisans Tezi, Hatay.

Açıkgöz Ün, K (2000). Etkili Öğrenme ve Öğretme. İzmir: Kanyılmaz Matbaası.

Adiloğulları İ, Görgülü R (2015). Sporda Duygusal Zekâ Envanteri'nin Uyarlama Çalışması, Spor, Egzersiz ve Antrenman Bilimleri Dergisi, Cilt 1, Sayı 2, 83-94.

Alagözlü S (2006). Hastane Yöneticilerinin Problem Çözme ve Karar Verme Becerilerinin Değerlendirilmesi: Hacettepe Üniversitesi Hastanelerinde Bir Uygulama. Sağlık Bilimleri Enstitüsü Sağlık Kurumları Yönetimi AD. Yüksek Lisans Tezi. Ankara:Hacettepe Üniversitesi.

Altun M (2002). İlköğretimde Problem Çözme Öğretimi. Bursa:Uludağ Üniversitesi Yayınları.

Arnold J.D (1992). The Complete Problem Solver. Canada: John Wiley&SonsInc.

Aslan A.E (2002). Yaratıcı Problem Çözme- Örgütte Kişisel Gelişim. İstanbul: Nobel Yayınları.

Augusto Landa J.M, López-Zafra E, Berrios Martos M.P, Aguilar-Luzón Mdel C. (2008)., The relationship between emotional intelligence, occupational stress and health in nurses: a questionnaire survey. Int J Nurs Stud;45:888- 901. 37.

Austin E, Evens J.P. Goldwater R, Potter V (2005). "A Preliminary Study of Emotional Intelligence, Em- pathy and Exam Performance in First Year Medical Students", Personality and Individual Difference; Vol 39, pp.1395-1405.

Aydın B (2010). Üniversite Öğrencilerinin Duygusal Zekâ ve Umut Düzeyleri İle Psikolojik Sağlamlıkları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, , Karadeniz Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Trabzon.

Aydın M (1986). Çağdaş Eğitim Denetimi. Ankara: İM Yayınları.

Aysel L (2006). Liderlik ve Duygusal Zekâ, Kocaeli Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İşletme Anabilim Dalı Yönetim ve Organizasyon Programı Yüksek Lisans Tezi, Kocaeli.

Bakan İ, ve Büyükmeşe T (2004). Örgütsel İletişim İle İş Tatmini Unsurları Arasındaki İlişkiler: Akademik Örgütler İçin Bir Alan Araştırması. Akdeniz İ.İ.B.F Dergisi Sayı:7, 1-30.

Bandura A (1997). Self-efficacy. New York: Freeman.

Bar-on R (2011). The impact of emotional intelligence on health and wellbeing. To be published in Emotional Intelligence. Rijeka, Croatia: In Tech.

Baron R, M ve Kenny D.A (1986). “The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations”, Journal of Personality and Social Psychology, 51, 1173-1182.

Bar-On R, Brown J.M, Kirkcaldy, B.D, ve Thome E.P (2000). “Emotional expression and implications for occupational stress; an application of the emotional quotient inventory (EQ-i)”, Personality and Individual Differences, 28(6): 1107-1118

Başaran İ. E (1991). Örgütsel Davranış, İnsanın Üretim Gücü, Kadioğlu Matbaası, Ankara.

Bayraklı H (2010). Zihinsel Engelli ve Engelli Olmayan Çocuğa Sahip Annelerde Yılmazlığa Etki Eden Değişkenlerin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Begun, A. L (1993). Human behavior and the social environment: The vulnerability, risk, and resilience model. *Journal of Social Work Education*, 29 (1), 26-35.

Benard B, Marshall K (1997). A framework for practice (CAREI): Tapping innate resilience. Berkeley, California .

Berkant H. G. Eren İ (2013). İlköğretim Matematik Öğretmenliği Bölümü Öğrencilerinin Problem Çözme Becerilerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *JASS, International Journal of Social Science*, Volume 6 Issue 3, March, p.1021-1041.

Bingham A. (1998). Çocuklarda Problem Çözme Yeteneklerinin Geliştirilmesi. (Çev. A. Ferhan Oğuzhan). İstanbul: Milli Eğitim Basımevi.

Bonanno G. A (2004). Loss, trauma, and human resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? *American Psychologist*, 59, 20–28.

Boss P (2006). Resilience and health. *Grief Matters* 9 (3), 52–57.

Bulut B, Nergüz (2004) “İlköğretim Sınıf Öğretmenlerinin İletişim Becerilerine İlişkin Algılarının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi.” *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 2 (4), s. 443-454.

Büyüköztürk Ş (2013). Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı, istatistik, araştırma deseni SPSS uygulamaları ve yorum. Ankara: Pegem Yayıncılık.

Carver C.S (1998). Resilience and thriving: Issues, models, and linkages. *J Soc Issues*; 54: 245-66.

Cooper R.K, Sawaf A (1997). Executive EQ: Emotional Intelligence In Leadership And Organisations, Grosset/Putnum, New York.

Costarelli V, Stamou D (2009). Emotional intelligence, body image and disordered eating attitudes in combat sport athletes. *Journal of Exercise Science & Fitness*, 7(2), 104-111.

Coulter T.J, Mallett C.J, Gucciardi D.F (2010). Understanding mental toughness in Australian soccer: perceptions of players, parents, and coaches. *Journal of Sports Science*. 28(7), 699-716.

Cüceloğlu D (2003). *İnsan ve Davranışı*, İstanbul: Remzi Kitabevi.

Cüceloğlu D (2007). *Yeniden İnsan İnsana*, 37.Basım, İstanbul, Remzi Kitabevi.

Çakar U, Arbak Y (2004). Modern Ve Yaklaşımlar Işığında Değişen Duygu-Zeka İlişkisi Ve Duygusal Zekâ, *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Dergisi*, Cilt: 6, Sayı: 3, Ss. 23-48.

Çelik S.B, Deniz M.E (2008). “A Comparison of Scouts’ Emotional Intelligence Levels With Regards To Age and Gender Variables: A Cross-Cultural Study”, *Elementary Education Online*, 7(2): 376-383

Çetinkaya Ö, Alparlan A. M (2011). Duygusal Zekânın İletişim Becerileri Üzerine Etkisi: Üniversite Öğrencileri Üzerinde Bir Araştırma. *Süleyman Demirel Üniversitesi, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, C.16, S.1 s.363-377.

Çetinkaya Ö, Alparlan, A. M (2011). Duygusal Zekânın İletişim Becerileri Üzerine Etkisi: Üniversite Öğrencileri Üzerinde Bir Araştırma, *Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi Ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, Cilt: 16, Sayı: 1, Ss. 363-377.

D’ Zurilla T.J, Goldfriend M.R (1971). “Problem Solving and Behaviour Modification”, *Journal of Abnormal Psychology*, 18, 407-426.

Devito J.A (1995). *The Interpersonal Communication Book*, Seventh Edition:New York, Harper Collins Collage Publishers.

Dilekman M, Basçı Z, Bektaş F (2008). “Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin İletişim Becerisi”, Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi / Journal Of Graduate School Of Social Sciences, Cilt 12, Sayı 2 , s.223-231.

Dolbier C L, Smith, S E, Steinhardt M. A (2007). “Relationships of Protective Factors to Stres and Symptoms of Illness”. American Journal of Health Behavior, 31, 4, 423-433.

Dökmen Ü (1998). İletişim Çatışmaları ve Empati, Sistem Yayıncılık, İstanbul.

Dulewicz V, Higgs M, Can (1999). Emotional Intelligence Br Measured And Developed, Leadership & Organizational Development Journal, Vol.: 20, No: 5, , Pp. 242-253.

Eitzen D.S, Pratt S.R. (1989). Gender differences in coaching philosophy: the case of female basketball teams. Research Quarterly Exercise and Sport. 60(2), 152-8.

Eminağaoğlu N (2006). Güç koşullarda yaşayan sokak çocuklarında dayanıklılık (sağlamlık) Ege Üniversitesi Doktora Tezi. İzmir.

Eminağaoğlu N (2006). Güç koşullarda yaşayan sokak çocuklarında dayanıklılık (sağlamlık) Yayımlanmamış Doktora Tezi. Ege Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. İzmir.

Eroğlu E (1996). “İletişim Sürecinde Medya-Mesaj-Yöntem İlişkisi ve Geleneksel Eğitimden Uzaktan Öğretim Sistemlerine Geçiş Süreci,” Kurgu Dergisi. Anadolu Üniversitesi İBF Yayınları, Sayı: 14, s. 277.

Gardner H (1999). “Howard Gardner’la Bir Görüşme”, Çoklu Zekâ, Görüşmeler ve Makaleler, Çev: Meral Tüzel, Enka Okulları, BZD Yayıncılık, İstanbul.

Garmezy N (1987). Stress, competence, and development: Continuities in the study of schizophrenic adults, children vulnerable to psychopathology, and the

search for stress-resistant children. *American Journal of Orthopsychiatry*, 57, 159-174.

Gizir C. A (2007). Psikolojik Sağlamlık, Risk Faktörleri ve Koruyucu Faktörler Üzerine Bir Derleme Çalışması. *Türk PDR Dergisi*, 28:113-128.

Goleman D (1998). *Working with Emotional Intelligence*. New York: Bantam books.

Goleman D (1996). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*, Bloomsbury.

Goleman D (2000). *İşbaşında Duygusal Zekâ (Çev. Handan Balkara) 2. Basım, Varlık Yayınları, İstanbul.*

Göçet E (2006). Üniversite öğrencilerinin duygusal zekâ düzeyleri ile stresle başa çıkma tutumları arasındaki ilişki. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.*

Greene K, Krmar M, Walters L.H., Rubin D.L, Hale J, Hale L (2000). Targeting Adolescent Risk Taking Behaviors: The Contributions of Egocentrism and Sensation Seeking, *Journal of Adolescence*, 23, 439–461.

Greene R (2002). *Human behavior theory: A resilience orientation*. (Ed: R. Greene) *Resiliency: An integrated approach to practice, policy, and research*. Washington, DC: NASW Press.

Gucciardi D.F, Gordon S, Dimmock J.A, Mallett C.J (2009). Understanding the coach's role in the development of mental toughness: perspectives of elite Australian football coaches. *Journal of Sports Science*. 27(13):1483-96.

Güçlü N (2003). Lise Müdürlerinin Problem Çözme Becerileri, *Milli Eğitim Dergisi*, Sayı 160.

Gürbüz S, Yüksel, M (2008). “Çalışma Ortamında Duygusal Zekâ: İş Performansı, İş Tatmini, Örgütsel Vatandaşlık Davranışı ve Bazı Demografik Özelliklerle İlişkisi” Doğu Üniversitesi Dergisi, 9(2):174-190.

Gürgân U (2006). Grupla Psikolojik Danışmanın Üniversite Öğrencilerinin Yılmazlık Düzeylerine Etkisi. Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri anabilim dalı, Eğitimde Psikolojik Hizmetler, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Programı, Yayınlanmamış Doktora Tezi. Ankara.

Gürgân U (2006). Grupla psikolojik danışmanın üniversite öğrencilerinin yılmazlık düzeyine etkisi. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Ankara.

Gürşimşek I, Vural D.E, Demirsöz E.S (2008). Öğretmen Adaylarının Duygusal Zekâları İle İletişim Becerileri Arasındaki İlişki, Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, Sayı : 16 S:1-11.

Haime J (2011). The Value of Emotional Intelligence for High Performance Coaching, International Journal of Sports Science & Coaching Volume 6 · Number 3.

Harrod N. R, Scheer S.D (2005). An Explanation Of Adolescent Emotional Intelligence In Relation To Demographic Characteristics. Adolescence, Vol.: 40, No: 159, Pp. 503-512.

Harrod, N. R, Scheer S. D (2005). An exploration of adolescent emotional intelligence in relation to demographic characteristics. Adolescence, 40(159), 503-507.

Henderson N, Milstein M (1996). Resiliency in schools: Making it happen for students and educators. Thousand Oaks, California: Corwin Pres.

Hepner P, Petersen C. H (1982). “The Development and Implications of a Personal Problem-Solving Inventory”, Journal of Counseling Psychology. 29 (1), 66-75.

Heppner P.P, Baker C. E (1997). Application of problem solving inventory, *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 29(4),129-143.

Hong J, Seltzer M, Krauss M (2001). Change in Social Support and Psychological Well-Being: A Longitudinal Study of Aging Mothers of Adults with Mental Retardation 50 (2)154–163.

İşmen E.A (2001). Duygusal zekâ ve problem çözmeye. *Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*;13:111-24.

Jerath J. M, Hasija S, Malhotra D (1993). “A study of state anxiety scores in a problem solving situation”. *StudiaPsychologica* 35, no.21:43-150.

Jones M (2003). Controlling emotions in sport. *The Sport Psychologist*, 17, 471-486.

Kalaycı N (2001). *Sosyal Bilimlerde Problem Çözme ve Uygulamalar*. Ankara: Gazi Kitabevi.

Kamin D (2000). The relationship between Emotional intelligence levels and performance statistics of Ncaa division 1-caliber baseball players. Souther Connecticut state University.

Kaner S, Bayraklı H (2009). Engelli ve engelli olmayan çocuklu annelerde yılmazlık, sosyal destek ve stresle başa çıkma becerileri. *Eğitim Bilimleri ve Uygulama Dergisi*, 8 (15), 115-133.

Kaner S, Bayraklı H (2010). Aile Yılmazlık Ölçeği: Geliştirilmesi, Geçerliği ve Güvenirliği, *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi*, 11(2) 47-62.

Kararımkar Ö (2009). Deprem deneyimini yaşamış yetişkinlerin bağlanma stilleri ve yılmazlıkları arasındaki ilişki. XVIII. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı Bildirileri: 1–3 Mart 2009, İzmir.

Karasar N (2009). Bilimsel Araştırma Yöntemi. 2. Baskı. Ankara: Nobel Yayınları.

Karataş Z, Çakar F.S (2011). Self-esteem and hopelessness, and resilience: A exploratory study of adolescents in Turkey International Education Studies, 4, pp. 84–91.

Katırcı H, Uztuğ F (2009). Spor Kulüplerinde İletişim Yönetimi: Türkiye Profesyonel Futbol Liglerinde Yer Alan Spor Kulüplerinin İletişim Uygulamalarına İlişkin Araştırma, Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 9(1), ss:149-168.

Kırımlıoğlu H, Çokluk G.F, (2012). Türk Antrenörlerin Yılmazlık Düzeylerinin İncelenmesi, Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi, Cilt:11 Sayı:39 (115-127).

Klohnen E. C (1996). Conceptual analysis and measurement of the construct of ego resiliency. Journal of Personality & Social Psychology, 70, (5) , 1067-1079.

Kneeland S (2001). Problem çözme. çev. Nurdan Kitabevi.

Korkut F (1996). “İletişim Becerilerini Değerlendirme Ölçeğinin Geliştirilmesi: Güvenirlik ve Geçerlik Çalışmaları”, Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, Cilt: 2, Sayı: 7, ss. 18-23.

Krovetz M. L (1999). Fostering resiliency: Expecting all students to use their minds and hearts well. Thousand Oaks, CA: Corwin Press.

Küçükahmet L (2000). Öğretimde Planlama ve Değerlendirme (11.Baskı), Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

Küçük V, Koç H (2004). Psiko-Sosyal Gelişim Süreci İçerisinde İnsan ve Spor İlişkisi. Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi. 10.131-141.

Lane A.M, Meyer, B.B, Devonport T.J, Kevin A.D, Thelwell R, Gill G.S. Diehl C.D.P, Wilson M, Weston N (2009). Validation of the emotional intelligence scale for use in sport. Journal of Sport Science and Medicine, 8, 289-295.

Leipold B, Greve W (2009). Resilience: A conceptual bridge between coping and development. *European Psychologist*, 14(1), 40-50.

Lopes P.N (2004). Emotional Intelligence And Social Interaction. *Personality And Social Psychology Bulletin*, No: 30, Pp. 1018-1034.

Lozovina M, Bonacin D, Lozovina V (2012). Emotional Intelligence And Determination Of Sociometric Status In Sport, *Sport Science* 5, 2: 66-74.

Luthar S. S, Zigler E (1991). Vulnerability and competence: A review of research on resilience in childhood. *American Journal of Orthopsychiatry*, Vol 61(1), 6-22.

Luthar S. S, Cicchetti D, Becker B (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, 71(3), 543-562.

Luthar S, Cushing G (1999). Measurement issues in the empirical study of resilience: An overview. (Ed: M. D. Glantz ve J. L. Johnson) *Resilience and development: Positive life adaptations*. New York: Kluwer Academic/Plenum Publishers.

Maddi S. R (2005). On hardiness and other pathways to resilience. *American Psychologist*, 60 (3), 261-262.

Maddi S.R (2002). The story of hardiness: Twenty years of theorizing, research, and practice. *Consulting Psychology Journal*, 54, 173-185.

Malinauskas R, Vazne Z (2014). Emotional Intelligence Among Lithuanian And Latvian Student Athletes, *Education Physical Training Sport Social Sciences* No. 2(93); 2014; 29–33.

Masten A. S, Reed M.G (2002). Resilience in development. In C.R. Snyder ve S. J. Lopez (Eds.), *The Handbook of Positive Psychology* (Pp. 74-88). Oxford University.

Masten A. S (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*, 56(3), 227-238.

Masten A. S, Coastworth, J. D (1998). The development of competence in unfavorable environments: Lessons from research on successful children. *American Psychologist*, 53 (2), 205- 220.

Masten, A.S (2001) Ordinary magic: resilience processes in development. *Am. Psychol.* 56: 227–238.

Morgan C.T (1999). *Psikolojiye Giriş. (Çev. H.Arıcı ve Ark.)*. Ankara: Meteksan.

Nacar F. S (2010). Sınıf Öğretmenlerinin İletişim ve Kişilerarası Problem Çözme Becerilerinin İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Adana: Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Newman R (2005). APA's resilience initiative. *Professional Psychology: Research And Practice*, 36(3), 227-229.

Nicholls AR, Polman R, Andrew RL, Taylor J, Cobley S (2007). Stressors, coping, and coping effectiveness: Gender, type of sports, and skill differences. *Journal of Sports Sciences*. 25(13), 1521-1530.

O'Rourke N (2004). Psychological resilience and the well-being of widowed women. *Ageing International*, 29, 267-280.

Oğuzkan A F (1993). *Eğitim terimleri sözlüğü*. Ankara: Emel Matbaacılık.

Öğülmüş S (2000). Bir kişilik özelliği olarak yılmazlık. I. Ulusal Çocuk ve Suç: Nedenler ve Önleme Çalışmaları Sempozyumu. Ankara.

Önal G (1977). *Halkla İlişkiler*, Türkmen Kitapevi ,İstanbul.

Özer A K (2000). *İletişimsizlik Becerisi*, İstanbul Sistem Yayıncılık.

Özkalp E, Kirel, Ç (2011). Örgütsel Davranış, 5. Baskı, Ekin Basım Yayın Dağıtım, Bursa.

Peterson C (2000). The future of optimism. *American Psychologist*, 55 (1), 44-55.

Piji K.D (2012). Müzik Öğretmenliği Anabilim Dalı Öğrencilerinin İletişim ve Problem Çözme Becerileri. *GEFAD / GUJGEF*, 32(1), 33-54.

Richardson G E, Neiger, B, Jensen S, Kumpfer K (1990). The Resiliency Model. *Health Education*, 21, 33-39.

Ruggiero V.R (1988). *Teaching Thinking Across the Curriculum*. U.S.A New York: Harper and Row Publishers Inc.

Riggio RE, Riggio HR, Salinas C, Cole EJ (2003). The role of social and emotional communication skills in leader emergence and effectiveness. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice*. 7(2), 83-103.

Rirkin M, Hoopman M (1991). *Moving beyond risk to resiliency*. Minneapolis, MN: Minneapolis Public Schools.

Rogge J, Unaidis J (2004). *Forces to Engage Sport Community in Fight Against Aids*. IOC Press Release. 1st June.

Rutter M (1987). Psychosocial resilience and protective mechanisms. *American Journal of Orthopsychiatry*, 57, 316-331.

Rutter M (2006). Implications of resilience concepts for scientific understanding. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1094, 1-12. USA: Blackwell Publishing.

Sabuncuoğlu Z, Tüz, M (1996). *Örgüt Psikolojisi*, Ezgi Kitapevi, Bursa, s.24

Salovey P, Mayer J. D (1990). "Emotional intelligence. Imagination", *Cognition and Personality*, 9, s. 185-211.

Savaşır I, Şahin N. H (1997).Bilişsel-Davranışçı Terapilerde Değerlendirme: Sık Kullanılan Ölçekler. Türk Psikologlar Derneği Yayınları, Ankara.

Scheier M, Carver C (1992). Effects of Optimism on Psychological and Physical Well-Being: Theoretical Overview and Empirical Update Cognitive Therapy and Research, 16 (2) 201-228.

Schutte N.S, Malouff J.M, Hall L.E, Haggerty D J, Cooper J.T, Golden, C.J, Dornheim L (1998). Development and validation of a measure of emotional intelligence. Personality and Individual Differences, Vol. 25, s. 167-177.

Seligman M (1998). Learned Optimism, Packet Books, Newyork, NY

Stevens M (1998). Sorun Çözümleme. (Çev. Ali Çimen). İstanbul: Timaş Yayınları.

Sungur N (1997). Yaratıcı Düşünce. İstanbul: Evrim Yayınevi.

Szabo A, Urbán F (2014). Do Combat Sports Develop Emotional Intelligence, Kinesiology 46, 1:53-60.

Şahin N. H, Şahin N, Heppner P (1993). “Psychometric Properties of The Problem Solving Inventory in A Group of Turkish University Students”, Cognitive Therapy and Research. 17 (3), 379-385.

Şimşek Y (2003). Okul müdürlerinin iletişim becerileri ile okul kültürü arasındaki ilişki. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Anadolu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.

Taylan S (1990). Heppner'in Problem Çözme Envanterinin Uyarılma, Güvenlik ve Geçerlik Çalışmaları. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi.

Tellan T. (2008). Futbol Üretiminin İdeolojisi: Strateji, Taktik, Organizasyon, İletişim Kuram Ve Araştırma Dergisi, Sayı 26, s. 353-362.

Terzi Ş (2008). Üniversite Öğrencilerinde Kendini Toparlama Gücünün İçsel Koruyucu Faktörlerle İlişkisi. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 35: 297-306.

Terzi Ş (2008). Üniversite Öğrencilerinin Yılmazlıkları Ve Algıladıkları Sosyal Destek Arasındaki İlişki. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 29, 1-9.

Tugade M , Fredrickson B. L, Barrett L. F (2004). Psychological resilience and emotional granularity: Examining the benefits of positive emotions on emotion regulation and health. Journal of Personality, 72, 1161 – 1190.

Tugade M, Fredrickson B. L, (2004). Resilient individuals use positive emotions to bounce back from negative emotional experiences. Journal of Personality and Social Psychology, 86, 320 –333.

Tuğrul C (1999). Duygusal Zekâ, Klinik Psikiyatri, Sayı: 1, , Ss. 12-20.

Tutkun E, Güner B.Ç, Ağaoğlu S.A, Soslu R (2010). Takım sporları ve bireysel sporlar yapan sporcuların saldırganlık düzeylerinin değerlendirilmesi. Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi, 1(1), 23-2.

Türkmen İ (1999). Yönetimsel Zaman ve Yetki Devri Açısından Yönetimde Verimlilik, MPM Yayınları, 3. Baskı, No: 519, Ankara.

Ulukan H (2012). İletişim Becerilerinin Takım ve Bireysel Sporculara Olan Etkisi. Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Ana Bilim Dalı. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Karaman: Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Ulupınar S (1997). “Hemşirelik Eğitiminin Öğrencilerin Problem Çözmesine Etkisi”, İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yayınlanmamış Doktora Tezi, İstanbul.

Ulupınar S (1997). Hemşirelik eğitiminin sorun çözme becerisine etkisi. Doktora Tezi. İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Hemşirelik AD. İstanbul.

Ural A (2001). Yöneticilerde Duygusal Zekânın Üç Boyutu, Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, Cilt: 3, Sayı: 2, Ss. 209-219.

Vanderpol M (2002). Resilience: A missing link in our understanding of survival. Harvard Revision Psychiatry, 10, 302-306.

Vural B (2004). Öğrenci merkezli eğitim ve çoklu zekâ. İstanbul: Hayat Yayıncılık.

Walsh F (2006). Strengthening family resilience (2nd ed.). New York: Guilford Publications.

Werner E. E (1993). Risk, Resilience, and Recovery: Perspectives From the Kauai Longitudinal Study. Development and Psychopathology, 5, 503-515.

Wolin S (1993). The Resilient Self: How Survivors of Troubled Families Rise Above Adversity. New York: Villard.

Yatkın A (2009) Örgütsel Yönetim İletişim, Doğu Anadolu Bölgesi Araştırmaları.

Yelkikala N, Hacıoğlu G, Kiray A, Ezilmez B, Soylemezoglu E, Cetin H, Sonmez R, Öztürk S (2012). Emotional intelligence characteristics of students studying at various faculties and colleges of universities. European Scientific Journal, 8(8), 33-50.

Yıldırım B, Özkahraman Ş (2011). Hemşirelikte karar verme süreci. Electronic Journal of Vocational Colleges, 165-173.

Yılmaz I, Çimen Z (2008). Beden Eğitimi öğretmen adaylarının iletişim becerileri düzeyleri. Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi.,10:3.

Yılmaz N (2011). Okul Öncesi Öğretmenlerinin İletişim Becerileri, Problem Çözme Becerileri ve Empatik Eğilim Düzeyleri. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Muğla: Muğla Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

6. EKLER

6.1. Anket Formu

ELİT SPROCULARDA İLETİŞİM BECERİLERİ İLE DUYGUSAL ZEKÂNIN YILMAZLIK ÜZERİNDEKİ ETKİSİ PROBLEM ÇÖZME VE BECERİSİNİN ARACILIK ROLÜ ARAŞTIRILMASI

Bu çalışma Kırıkkale Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim dalında yapılmakta olan doktora tez çalışması için yapılmaktadır. Çalışmanın amacı Elit sporcularda iletişim becerileri ile duygusal zekânın yılmazlık üzerindeki etkisinde problem çözme becerisinin aracılık rolünün incelenmesidir. Anketi yanıtlamak kıymetli zamanınızın bir kısmını alacaktır; fakat elde edilecek araştırma sonuçları, siz elit sporcuların performanslarının artmasına katkı sağlayacağı ve rehberlik edeceği beklenmektedir.

DEMOGRAFİK BİLGİ ANKETİ

- 1- Yaş: 18-23 () 24-29 () 30-35 ()
- 2- Branşınız.....
- 3-Eğitim Durumu: Lise-() Ön lisans-() Lisans- () Lisansüstü- ()
- 4- Kaç yıldır aktif spor yapıyorsunuz
- 5- Kaç yıldır elit düzeyde (milli ya da profesyonel takım) spor yapıyorsunuz

İLETİŞİM BECERİLERİNİ DEĞERLENDİRME ÖLÇEĞİ (İBDÖ)

Bu ölçek iletişimle ilgili bazı özelliklerinizi ölçmeye yöneliktir. Aşağıda sunulan ifadeleri, o ifadelerle ilgili genelde nasıl olduğunuzu düşünerek okuyunuz. İlişkilerimizdeki özelliklerimiz elbette kiminle, hangi koşullarda, ne zaman ilişkide bulunduğumuza bağlı olarak farklılıklar göstermektedir. O nedenle ifadeleri **genelde** gösterdiğiniz tepkilere göre değerlendiriniz.

	Her Zaman	Sıklıkla	Bazen	Nadiren	Hiçbir Zaman
1-Sorunlarını dinlediğim insanlar benim yanımdan rahatlayarak ayrılırlar.					
2- Düşüncelerimi istediğim zaman anlaşılır biçimde ifade edebilirim.					
3- Başkalarını bir kasıt aramadan dinlerim.					
4- Sosyal ilişkide bulunduğum insanları oldukları gibi kabul edebilirim.					
5- İnsanların önemli ve değerli olduklarını düşünürüm.					
6- Birisiyle ilgili bir karara ulaşmadan önce onunla ilgili 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 birbirleriyle 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 hissederim.					
15- Yaşadığım olaylardaki coşkuyu her halimle başkalarına iletebilirim.					
16- İlişkilerim nasıl geliştiğini ve nereye gittiğini anlamak için düşünmeye zaman ayırırım.					
17- Karşımdakini dinlerken anlamadığım bir ayrıntı olduğunda konunun açığa kavuşması için sorular sorarım.					
18- Benimle özel olarak konuşmak isteyen bir arkadaşım olduğunda konuyu ayaküstü konuşmamaya özen gösteririm.					
19- Birisini 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- Karşımdakini dinlerken sırf kendi merakımı gidermek için ona özel sorular sormaktan kaçınırım.					

DUYGUSAL ZEKÂ ÖLÇEĞİ	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
BAŞKALARININ DUYGULARINI DEĞERLENDİRME					
İnsanların yüz ifadelerine bakarak nasıl hissettiklerini söyleyebilirim.					
Başka biri yaşamıyla ilgili önemli bir olayı bana anlattığında, bu olayı neredeyse kendim yaşamış gibi hissedirim.					
Başka insanların ne hissettiğini sadece onların yüz ifadelerine bakarak anlarım.					
İnsanların neden böyle hissettiğini anlamak benim için zordur.					
İnsanların kendilerini nasıl hissettiklerini onların ses tonlarını dinleyerek söyleyebilirim.					
KENDİ DUYGULARINI DEĞERLENDİRME					
Duygularımı yaşadıkça onların farkında oluyorum.					
Duygularımın neden değiştiğini bilirim.					
Duygularımı yaşadıkça onları kolayca tanırım.					
DUYGULARI DÜZENLEME					
Duygularım üzerinde kontrole sahibim.					
Beni mutlu edecek aktiviteleri arar bulurum.					
SOSYAL BECERİLER					
Duygularımı başkalarıyla paylaşmak hoşuma gider.					
Başkalarının hoşlanacağı aktiviteleri düzenlerim.					
Diğer insanlara üzgün olduklarında kendilerini daha iyi hissetmeleri için yardım ederim.					
DUYGULARIN KULLANIMI					
Ruh halim değiştiğinde yeni olasılıkları görürüm.					
Olumlu bir duygu yaşadığımda onu nasıl devam ettireceğimi bilirim.					
Olumlu bir duygu durumunda olduğumda, problemleri çözmek benim için kolaydır.					
Ruh halim olumlu olduğunda yeni fikirler bulabilirim.					
Duygularımda bir değişme hissettiğimde yeni fikirler bulmaya eğilimliyimdir.					
Engeller karşısında kararlılığımı sürdürmek için iyi ruh hallerimi kullanırım.					

PROBLEM ÇÖZME BECERİSİ ÖLÇEĞİ

BURADA SÖZÜ EDİLEN DAVRANIŞI BEN NE SIKLIKLA YAPARIM?		Her Zaman	Çoğunlukla	Sık Sık	Arada Sırada	Ender Olarak	Hiçbir Zaman
1	Bir sorunumu çözmek için kullandığım çözüm yolları başarısız ise bunların neden başarısız olduğunu araştırmam.						
2	Zor bir durumla karşılaştığımda ne olduğunu tam olarak belirleyebilmek için nasıl bilgi toplayacağımı uzun boylu düşünmem.						
3	Bir sorunumu çözmek için gösterdiğim ilk çabalar başarısız olursa o sorun ile başa çıkabileceğimden şüpheye düşerim.						
4	Bir sorunumu çözdükten sonra bu sorunu çözerken neyin işe yaradığını, neyin yaramadığını ayrıntılı olarak düşünmem.						
5	Sorunlarımı çözmeye konusunda genellikle yaratıcı ve etkili çözümler üretebilirim.						
6	Bir sorunumu çözmek için belli bir yolu denedikten sonra durur ve ortaya çıkan sonuç ile olması gerektiğini düşündüğüm sonucu karşılaştırırım.						
7	Bir sorunum olduğunda onu çözebilmek için başvurabileceğim yolların hepsini düşünmeye çalışırım.						
8	Bir sorunla karşılaştığımda neler hissettiğimi anlamak için duygularımı incelerim.						
9	Bir sorun kafamı karıştırdığımda duygu ve düşüncelerimi somut ve açık- seçik terimlerle ifade etmeye uğraşmam.						
10	Başlangıçta çözümü fark etmesem de sorunlarımın çoğunu çözmeye yeteneğim vardır.						
11	Karşılaştığım sorunların çoğu çözebileceğimden daha zor ve karmaşıktır.						
12	Genellikle kendimle ilgili kararları verebilirim ve bu kararlardan hoşnut olurum.						
13	Bir sorunla karşılaştığımda onu çözmek için genellikle aklıma gelen ilk yolu izlerim.						
14	Bazen durup sonuçların üzerinde düşünmek yerine gelişi güzel sürüklenip giderim.						
15	Bir sorunla ilgili olası bir çözüm yolu üzerinde karar vermeye çalışırken seçeneklerimin başarı olasılığını tek tek değerlendirmem.						
16	Bir sorunla karşılaştığımda başka konuya geçmeden önce durur ve o sorun üzerinde düşünürüm.						
17	Genellikle aklıma gelen ilk fikir doğrultusunda hareket ederim.						
18	Bir karar vermeye çalışırken her seçeneğin sonuçlarını ölçer, tartar, birbiriyle karşılaştırır sonra karar veririm.						
19	Bir sorunumu çözmek üzere plan yaparken o planı yürütebileceğime güvenirim.						
20	Belli bir çözüm planını uygulamaya koymadan önce nasıl bir sonuç vereceğini tahmin etmeye çalışırım.						
21	Bir soruna yönelik olası çözüm yollarını düşünürken çok fazla seçenek üretmem.						
22	Bir sorunumu çözmeye çalışırken sıklıkla kullandığım bir yöntem; daha önce başıma gelmiş benzer sorunları düşünmektir.						
23	Yeterince zamanım olur ve çaba gösterirsem karşılaştığım sorunların çoğunu çözebileceğime inanıyorum.						
24	Yeni bir durumla karşılaştığımda ortaya çıkabilecek sorunları çözebileceğime inancım vardır.						
25	Bazen bir sorunu çözmek için çabaladığım halde, bir türlü esas konuya giremediğim ve gereksiz ayrıntılarla uğraştığım duygusunu yaşarım.						
26	Ani kararlar verir ve sonra pişmanlık duyarım.						
27	Yeni ve zor sorunları çözebilme yeteneğime güveniyorum.						
28	Elimdeki seçenekleri karşılaştırırken ve karar verirken kullandığım sistematik bir yöntem vardır.						
29	Bir sorunla başa çıkma yollarını düşünürken çeşitli fikirleri birleştirmeye çalışmam.						
30	Bir sorunla karşılaştığımda bu sorunun çıkmasında katkısı olabilecek benim dışındaki etmenleri genellikle dikkate almam.						
31	Bir sorunla karşılaştığımda, ilk yaptığım şeylerden biri durumu gözden geçirmek ve konuyla ilgili olabilecek her türlü bilgiyi dikkate almaktır.						
32	Bazen duygusal olarak öylesine etkilenirim ki, sorunumla başa çıkma yollarından pek çoğunu dikkate bile almam.						
33	Bir karar verdikten sonra ortaya çıkan sonuç genellikle benim beklediğim sonuca uyar.						
34	Bir sorunla karşılaştığımda, o durumla başa çıkabileceğimden genellikle pek emin değilimdir.						
35	Bir sorunun farkına vardığımda, ilk yaptığım şeylerden biri, sorunun tam olarak ne olduğunu anlamaya çalışmaktır.						

YILMAZLIK ÖLÇEĞİ						
ÖLÇEKLE İLGİLİ İFADELER		Hiç tanımlamıyor	Biraz tanımlıyor	Orta düzeyde tanımlıyor	İyi tanımlıyor	Çok iyi tanımlıyor
1	Genel olarak olaylara kötümser bakarım					
2	Güçlükler karşısında yılmadan, sabırla mücadele ederim					
3	Kimsenin fark edemediği yaratıcı çözüm yollarını görebilirim					
4	Atılgan bir kişi değilim					
5	İyi liderlik yapamam					
6	Kararlarımın sonuçlarına baktığımda genellikle isabetli kararlar verdiğimi görürüm					
7	Çevremdeki olanak ve fırsatları kolay görüp değerlendiririm					
8	Başarı için olabildiğince yüksek ama ulaşılabilir hedeflerim var					
9	İnandığım doğrular için çaba göstermek zor geliyor					
10	Kendi yaşamım üstünde kontrol sahibi değilim					
11	Parlak bir geleceğe sahip olma duygusu ve umudu içindeyim					
12	Çevremdekiler üzerinde olumlu izlenimler bırakarak onların güvenini kazanırım					
13	Meraklıyım, sorular sorar, bilmediğim şeyleri öğrenmek için araştırırım					
14	Kendimi yaşama pek bağlı hissetmiyorum					
15	İçinde yer aldığım gruplarda etkin rol oynarım					
16	Zorluklar karşısında dayanaksızım					
17	Sokulgan (arkadaş canlısı, sıcakkanlı) değilim					
18	Başkalarının üstesinden gelemeyeceği olumsuz yaşam koşulları ile baş etmeyi bilirim					
19	Kendime her zaman güvenirim					
20	Sorumluluklar üstlenmek bana zor geliyor					
21	En zor şartlarda bile kendi kendimi iyileştirme yetisine sahibim					
22	Hedeflerime ulaşmak için kendimi güdüleyebilirim					
23	İnandığım şeyler için sonuna kadar mücadele ederim					

6.2. Özgeçmiş

1983 yılında ELAZIĞ'da doğdum. İlk ve Ortaöğretimimi ELAZIĞ'da tamamladım. 2009 yılında Muğla Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu Antrenörlük Eğitimi bölümünden ve Futbol Uzmanlık alanından mezun oldum. Akabinde 2010 ile 2012 yılları arasında Gaziantep Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim dalında yüksek lisans eğitimimi tamamladım. 2013 yılında Kırıkkale Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim dalında doktora eğitimime başlayıp 2016 Şubat ayında doktor unvanı ile mezun oldum. Türkiye Futbol Federasyonu bünyesinde 10 yılı aşkın süreyle çeşitli klasmanlarda Futbol Hakemliği yaptım. UEFA – B Antrenörlük belgesine sahibim. Halen Balıkesir Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulunda Öğretim görevlisi olarak çalışmaktayım.