

T.C.
MUĞLA SITKI KOÇMAN ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

REKREASYON ANABİLİM DALI

**BİNGÖL ÜNİVERSİTESİNDE REKREATİF SPOR YAPANLAR İLE
SPOR YAPMAYAN ÖĞRENCİLERİN SOSYAL BECERİ DÜZEYLERİNİN
KARŞILAŞTIRILMASI**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Hazırlayan
TUBA AYMAN ÇELİK

DANIŞMAN
Doç. Dr. Gülsüm BAŞTUĞ

MAYIS, 2019
MUĞLA

T.C.
MUĞLA SITKI KOÇMAN ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

REKREASYON ANABİLİM DALI

BİNGÖL ÜNİVERSİTESİNDE REKREATİF SPOR YAPANLAR İLE
SPOR YAPMAYAN ÖĞRENCİLERİN SOSYAL BECERİ DÜZEYLERİNİN
KARŞILAŞTIRILMASI

TUBA AYMAN ÇELİK

Sosyal Bilimler Enstitüsünce
“Yüksek Lisans”
Diploması Verilmesi İçin Kabul Edilen Tezdir.

Tezin Enstitüye Verildiği Tarih : 27.05.2019
Tezin Sözlü Savunma Tarihi : 17-05-2019

Tez Danışmanı : Doç. Dr. Gülsüm BAŞTUĞ
Jüri Üyesi : Doç. Dr. Reşat KARTAL
Jüri Üyesi : Doç. Dr. Abdurrahman KEPOĞLU

Enstitü Müdürü : Prof. Dr. Tuncay ÖĞÜN

MAYIS, 2019
MUĞLA

TUTANAK

Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü'nün 24/04/2019 tarih ve 887/3 sayılı toplantısında oluşturulan jüri, Lisansüstü Eğitim-Öğretim Yönetmeliği'nin 24/6 maddesine göre Rekreasyon Anabilim Dalı Yüksek lisans öğrencisi Tuba AYMAN ÇELİK' in "**Bingöl Üniversitesinde Rekreatif Spor Yapanlar İle Spor Yapmayan Öğrencilerin Sosyal Beceri Düzeylerinin Karşılaştırılması**" adlı tezini incelemiş ve aday 17/05/2019 tarihinde saat 14.00'da jüri önünde tez savunmasına alınmıştır. Adayın kişisel çalışmaya dayanan tezini savunmasından sonra 70 dakikalık süre içinde gerek tez konusu, gerekse tezin dayanağı olan anabilim dallarından sorulan sorulara verdiği cevaplar değerlendirilerek tezin kabul edildiğine oybirliği ile karar verildi.

Tez Danışmanı
Doç. Dr. Gülsüm BAŞTUĞ

Üye

Doç. Dr.  KEPOĞLU

Üye

Doç. Dr.  Reşat KARTAL

YEMİN

Yüksek lisans tezi olarak sunduğum “Bingöl Üniversitesinde Rekreatif Spor Yapanlar İle Spor Yapmayan Öğrencilerin Sosyal Beceri Düzeylerinin Karşılaştırılması” adlı çalışmanın, tarafımdan bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurulmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin kaynakça 'da gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanmış olduğumu belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

23/05/2019

Tuba AYMAN ÇELİK

YÜKSEKÖĞRETİM KURULU DOKÜMANTASYON MERKEZİ
TEZ VERİ GİRİŞ FORMU

YAZARIN

Soyadı: AYMAN ÇELİK

Adı: TUBA

Kayıt No:10250024

TEZİN ADI

Türkçe: "Bingöl Üniversitesinde Rekreatif Spor Yapanlar İle Spor Yapmayan Öğrencilerin Sosyal Beceri Düzeylerinin Karşılaştırılması "

İngilizce: "Comparison of Social Skills Levels of Students Who Have Not Performed with Sports and Those Who Didn't Do Sports with Bingol University"

TEZİN TÜRÜ:	Yüksek Lisans	Doktor	Sanatta
Yeterlilik	X	O	O

TEZİN KABUL EDİLDİĞİ

Üniversite :Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi

Fakülte :Spor Bilimleri Fakültesi

Enstitü :Sosyal Bilimler Enstitüsü

Diğer Kuruluşlar:

Tarih :

TEZ YAYINLANMIŞSA

Yayımlayan :

Basım Yeri :

Basım Tarihi :

ISBN :

TEZ YÖNETİCİSİNİN**Soyadı, Adı :Gülsüm BAŞTUĞ****Ünvanı : Doç. Dr.****TEZİN YAZILDIĞI DİL: TÜRKÇE****TEZİN SAYFA SAYISI : 44****TEZİN KONUSU (KONULARI) :**

1. Rekreasyon
2. Sportif Etkinlik
3. Sosyal Beceri


TÜRKÇE ANAHTAR KELİMELER:

1. Rekreasyon
2. Sportif Etkinlik
3. Sosyal Beceri

İNGİLİZCE ANAHTAR KELİMELER:

1. Rekreasyon
2. Sports Events
3. Social Skill

- 1- Tezimden fotokopi yapılmasına izin vermiyorum
- 2- Tezimden dipnot gösterilmek şartıyla bir bölümünün fotokopisi alınabilir
- 3- Kaynak gösterilmek şartıyla tezimin tamamının fotokopisi alınabilir

Yazarın İmzası : **Tarih :** 27/05/2019

ÖZET

Araştırmamızın amacı, Bingöl İlinde bulunan üniversite öğrencileri içerisinde rekreatif amaçlı spor yapanlar ile spor yapmayan katılımcıların sosyal beceri düzeylerinin karşılaştırılmasıdır. Örneklem grubunu ele aldığımızda, 2018-2019 akademik yılı içerisinde Bingöl Üniversitesinde öğrenim gören rekreatif amaçlı spor yapan 203 öğrenci ile spor yapmayan 205 öğrenciden oluşturmaktadır. Araştırmada katılımcıların sosyal beceri düzeylerini belirlemek için Riggio tarafından geliştirilen ve Yüksel tarafından Türkçe 'ye uyarlanan "Sosyal Beceri Envanteri" kullanılmıştır. Katılımcılar tarafından doldurulan ölçek SPSS 22 istatistik paket programı kullanılarak elde edilen veriler tek yönlü varyans analizi, frekans yüzde ve t testi gibi farklı istatistik işlemleri kullanılarak çözümlenmeye çalışılmıştır. Ayrıca analizlerin oluşturulmasında istatistik işlemlerde anlamlılık düzeyi 0.05 alınmıştır.

Rekreatif spor yapan ve spor yapmayan öğrencilerin sosyal beceri düzeylerini inceleyen bu araştırmada, değişkenlerden spor durumuna göre toplam puan değerlerinde rekreatif spor yapan öğrenciler lehine anlamlı fark vardır. Sosyal beceri düzeyleri arasında sosyal beceri ölçeğinin alt boyutlarında duyuşsal anlatımcılık, duyuşsal duyarlılık, sosyal duyarlılık ve sosyal kontrol boyutunda takım ve bireysel sporlar lehine anlamlı fark çıkmıştır. Sosyal anlatımcılık boyutunda iki grup arasında da anlamlı fark vardır. Sosyal anlatımcılık rekreatif spor yapanlarda daha yüksek olarak ortaya çıkmıştır. Duyuşsal kontrol alt boyutunda ise gruplar arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Cinsiyete göre rekreatif spor yapanlar ve spor yapmayan öğrenciler arasında anlamlı fark vardır. Sosyal beceri ölçeği alt boyutlarında duyuşsal anlatımcılık, duyuşsal duyarlılık, duyuşsal kontrol, sosyal anlatımcılık ve sosyal kontrol alt boyutlarında anlamlı fark vardır. Sosyal duyarlılık boyutunda ise cinsiyete göre anlamlı fark çıkmamıştır. Cinsiyete göre rekreatif spor yapanlar ve spor yapmayan öğrenciler arasında sosyal beceri alt boyutlarından duyuşsal anlatımcılık, duyuşsal duyarlılık, sosyal anlatımcılık ve sosyal kontrol alt boyutlarında kız öğrenciler erkek öğrencilerden daha sosyal çıkmışlardır. Duyuşsal kontrol alt boyutunda erkek öğrenciler daha sosyal çıkmışlardır. Sosyal duyarlılık alt boyutunda ise cinsiyetler arasında fark çıkmamıştır. Toplam sosyal beceri ölçeğinde de kız öğrenciler erkek öğrencilerden daha sosyaldirler sonucu çıkmıştır. rekreatif spor yapanlar ve spor yapmayan öğrenciler sosyal beceri ölçeği duyuşsal anlatımcılık,

duyuşsal duyarlılık, duyuşsal kontrol, sosyal anlatımcılık ve sosyal duyarlılık alt boyutlarında anlamlı fark çıkmamıştır.

Anahtar Kelimeler: Rekreasyon, Sportif Etkinlik, Sosyal Beceri.



ABSTRACT

The aim of our study is to compare the social skill levels of participants who do sports and those who do not do sports in the university students in Bingöl Province. Considering the sample group, in the 2018-2019 academic year, 203 students from Bingöl University who are doing recreational activities, and 205 students who do not do sports. The düzey Social Skill Inventory Türkçe developed by Riggio and adapted to Turkish by Yüksel was used to determine the social skill levels of the participants. The data obtained by using SPSS 22 statistical package program, which was filled by the participants, was tried to be analyzed by using different statistical procedures such as one way variance analysis, frequency percentage and t test. In addition, the significance level of statistical operations was taken as 0.05 in the analysis.

There is a significant difference between gender and non-sports students. There are significant differences in sub-dimensions of affective expression, affective sensitivity, affective control, social expression and social control. There was no significant difference in social sensitivity dimension according to gender. According to gender, among the social skills sub-dimensions of affective expression, affective sensitivity, social expression and social control sub-dimensions, female students were more social than male students. Male students were more social in affective control sub-dimension. There was no difference between the sexes in the sub-dimension of social sensitivity. In the total social skill scale, female students were more socially than male students. There was no significant difference in social skill scale affective expression, affective sensitivity, affective control, social expression and social sensitivity subscales.

Key words: Rekreasyon, Sports Events, Social Skill.

ÖNSÖZ

“Bingöl Üniversitesinde Rekreatif Spor Yapanlar İle Spor Yapmayan Öğrencilerin Sosyal Beceri Düzeylerinin Karşılaştırılması” başlıklı tez çalışmasının hazırlanmasında emeği geçen spor yöneticilerine teşekkür ediyorum. Ayrıca, yüksek lisans eğitimim boyunca benden hiçbir desteği esirgemeyen, iş ahlakı ve bilim insanı tavrı ve çalışkanlığını örnek aldığım, danışmanlığımı yapan değerli hocam sayın Doç. Dr. Gülsüm BAŞTUĞ’ a, çalışma boyunca görüş ve önerileri ile bana yardımcı olan Doç. Dr. Mehmet ÖZDEMİR ve merhum Doç. Dr. Mehmet DALLI ’ya ve hayatımın her anında yanımda olan canım aileme ve bu tez çalışmasında kahrımı çeken canım eşime teşekkür ederim.

Tuba AYMAN ÇELİK

MAYIS 2019
MUĞLA

İÇİNDEKİLER

TEŞEKÜR.....	I
İÇİNDEKİLER	II
TABLolar	III
1. GİRİŞ	1
1.1.Araştırmanın Amacı.....	2
1.2. Araştırmanın Önemi	2
1.3. Kavramlar	3
1.4. Hipotezler.....	4
1.5. Sınırlılıklar	4
2.GENEL BİLGİLER.....	5
2.1. Spor ve Rekreasyon.....	5
2.2. Spor ve Rekreasyonun Bireyler Üzerindeki Etkisi	6
2.2.1.Psikolojik Etkisi.....	6
2.2.2.Fizyolojik Etkisi.....	7
2.2.3.Sosyal Etkisi	8
2.3.Spor Aktivitelerinin Sosyalleşme Üzerine Etkileri.....	8
2.4. Sosyal Beceri	9
2.5. Sosyal Yeterlik.....	12
2.6. Sosyal Becerilerin Sınıflandırılması	14
2.7.Sosyal Becerinin Boyutları	15
3. GEREÇ VE YÖNTEM.....	17
3.1. Araştırmanın Modeli.....	17
3.2. Evren ve Örneklem	17
3.3.Veri Toplama Araçları.....	17
3.3.1. Kişisel Bilgi Formu Ve Ölçek	18
3.4. Verilerin İstatistiksel Analizi.....	18
4. BULGULAR	19

5. TARTIŞMA VE SONUÇ.....	42
6. ÖNERİLER	52
7. KAYNAKÇA	53
8. EKLER.....	59



TABLolar

Tablo No	Tablo Adı	Sayfa No
Tablo 1.	Rekreasyonel Amaçlı Spor Yapanlar Ve Spor Yapmayan Katılımcıların Sayısal Dağılımları.....	19
Tablo 2.	Katılımcıların Grup Özelliğine Göre Cinsiyet Dağılımları	19
Tablo 3.	Katılımcıların Grup Özelliğine Göre Yaş Dağılımları	20
Tablo 4.	Katılımcıların Grup Özelliğine Göre Branş Dağılımları	20
Tablo 5.	Rekreasyon Amaçlı Spor Yapan Katılımcıların Spor Yapma Yıl Süreleri Bakımından Dağılımları.....	21
Tablo 6.	Rekreasyon Amaçlı Spor Yapan Katılımcıların Spor Yapma Yıl Süreleri Bakımından Dağılımları.....	21
Tablo 7.	Rekreasyon Amaçlı Spor Yapan İle Spor Yapmayan Katılımcıların Sosyal Beceri Ölçeğinin Alt Boyutlarından Olan Duyuşsal Anlatımcılık Bakımından Sonuçları	22
Tablo 8.	Rekreasyon Amaçlı Spor Yapan İle Spor Yapmayan Katılımcıların Sosyal Beceri Ölçeğinin Alt Boyutlarından Olan Duyuşsal Duyarlılık Bakımından Sonuçları	22
Tablo 9.	Rekreasyon Amaçlı Spor Yapan İle Spor Yapmayan Katılımcıların Sosyal Beceri Ölçeğinin Alt Boyutlarından Olan Duyuşsal Kontrol Bakımından Sonuçları.	23
Tablo 10.	Rekreasyon Amaçlı Spor Yapan İle Spor Yapmayan Katılımcıların Sosyal Beceri Ölçeğinin Alt Boyutlarından Olan Sosyal Anlatımcılık Bakımından Sonuçları	23
Tablo 11.	Rekreasyon Amaçlı Spor Yapan İle Spor Katılımcıların Sosyal Beceri Ölçeğinin Alt Boyutlarından Olan Sosyal Duyarlılık Boyutu Bakımından Sonuçları	24
Tablo 12.	Rekreasyon Amaçlı Spor Yapan İle Spor Yapmayan Katılımcıların Sosyal Beceri Ölçeğinin Boyutlarından Olan Sosyal Kontrol Bakımından Sonuçları.....	24
Tablo 13.	Rekreasyon Amaçlı Spor Yapan İle Spor Yapmayan Katılımcıların Sosyal Beceri Ölçeğinin Toplam Sonuçları.....	25

Tablo 14. Cinsiyete Göre Sosyal Beceri Envanteri ve Alt Boyutlarına İlişkin Puanların Dağılımı	26
Tablo 15. Rekreasyon Amaçlı Spor Yapanların Branşlarına Göre Toplam Sosyal Beceri Puanlarının Dağılımı.....	27



1. GİRİŞ

Yaşanan teknolojik ilerlemelerle birlikte dünyamızda kentleşme ve küreselleşme hızının artması toplum hayatında olumlu ve olumsuz birçok değişiklikler meydana getirmiştir. Bu olumlu ve olumsuz değişimler ve gelişmeler toplumu oluşturan bireylerin günlük hayatlarını da kaçınılmaz olarak etki altına almıştır.(Ürke, 2013)

Yapılan birçok araştırmada bireyin toplumsal hayat içerisinde kendini yalnız hissetmesi, ifade gücü çökmesi, var olan yasalara ve kurallara karşı saldırganlık göstermesi, sosyal sorumluluk gerektiren davranışlardan yoksun olması gibi problemlerin, kişinin sosyalleşme sorunları yaşamasında veya sosyalleşememesinden meydana geldiğini ortaya koymaktadır.(Cideli, 2009)

Bireyler toplumun önem verdiği ve yaşamının merkezine aldığı inançlarını, değerlerini, yaşam tarzlarını, geleneklerini ve adetlerini sosyalleşme süreciyle sonraki kuşaklara aktarırlar. Bu durum öğrenme yolu ile oluşmaktadır. Bu şekilde sosyalleşme ile toplumun bireye, bireyin topluma bilgi aktarımını devinim haline getirmektedir. Kişinin belli zaman dilimlerinde sosyalleşme sürecine ilişkin etkileşim yoğunluğu azalmakta ya da artmakta ancak bu süreç asla son bulmamaktadır.(Sakar, 2010)

Sportif faaliyetlerle bireylere toplulukla beraber hareket edebilme özelliği kazandırılır. Birey çalışma disiplini, rekabetçi bir yapı, mücadele azmi ve cesaret kazanır. Kazanma ve kaybetmeyi kabullenmeyi, yardımlaşmayı, paylaşmayı, diğer bireylerin görüş ve düşüncelerine saygı duymayı öğrenir. Birlikte faaliyetlerde bulunma sonucunda bireyde sosyal sorumluluk duygusu gelişmektedir. (Duran, 2014)

Sosyal beceriler, bireyin sosyal ortamlarda olumlu sosyal sonuçlar elde etmesini sağlayan, öğrenilmiş davranışlardır. Bir sosyal becerinin sergilenmesi, birden fazla davranışta bulunmayı gerektirebilmekte, bu davranışlar sosyal davranışlar olarak adlandırılmaktadır. Sosyal davranışlar; bireysel, ayrılabilen, gözlenebilen davranışlardır ve sosyal becerilerin alt bileşenleridir. Sosyal davranış yakından incelendiğinde, kişinin doyurucu ilişkiler kurabilmesi ve sosyal amaçlarına ulaşabilmesi için bazı özel becerilere sahip olması gerektiği görülür. (Gerger, 1998)

Spor bireyin dinamik sosyal çevrelere katılımı sağlayan bir sosyal etkinlik olması özelliğinden dolayı kişinin sosyalleşmesinde ve sosyal becerilere sahip olmasında önemli bir role sahiptir. Modern toplumlarda sporun çoğunlukla kolektif bir etkinlik olduğu göz önünde bulundurulduğunda, sportif faaliyetler aracılığıyla, spor ile ilgilenen bireyler değişik insan grupları ile sosyal ilişkiye girmektedir. Spor, bireyin kendi dar dünyasından kurtularak başka ortamlarda, başka kişilerden, inançlardan, düşüncelerden insanlar ile diyalog içinde bulunmasını, onlardan etkilenmesini ve onları etkilemesini sağlamaktadır. Bu yönü ile sporun, yeni dostluklara kurulmasına, pekiştirilmesine ve sosyal kaynaşmaya destek sağladığı söylenebilir. Başlangıçta kişisel bir olgu olarak başlayan sportif faaliyetler, daha sonraları toplumsal bir nitelik kazanmasıyla daha geniş kitlelere ulaşmayı başarmıştır.(Laleli, 2010) Spor tek kişiye özgü değildir. Sporun doğasında paylaşma vardır. Rastgele, dağınık, herkesin istediğini yaptığı, birlikteliğin bulunmadığı, ortak amaçların bulunmadığı bir etkinlik spor olamaz. Spor olayı toplumsal bir harekettir. Toplumlar; spor olayı ile birleşirler, başarıları ortak kılarlar.(Hardal, 2003)

Dolayısıyla spor, hayatın en önemli kilometre taşlarından birisidir ve eğitimde başarıyı sağlamakla beraber, sosyal becerilerin gelişmesini sağlayan unsurların da başında gelir. Yapılan araştırmalara bakıldığında, rekreatif amaçlı spor yapan öğrenciler, spor yapmayan öğrencilere göre veya spora başlamadan önceki durumlarına göre daha sosyal olmaktadır.(Çelik, 2011)

1.1.Araştırmanın Amacı

Araştırmanın amacı, Üniversite düzeyinde rekreatif amaçlı spora katılım sağlayan öğrencilerin sosyal beceri düzeyinin, spora yapmayan öğrencilere göre arasında bir fark olup olmadığını belirlemektir. Ayrıca, katılımcıların spor faaliyetlerine katılım düzeylerinde etki edebileceğini düşündüğümüz bazı demografik değişkenlere bağlı olarak, sportif faaliyetlere katılımın farklılaşıp farklılaşmadığının değerlendirilmesi de amaçlanmıştır.

1.2. Araştırmanın Önemi

Araştırmayla, rekreatif amaçlı spor yapanlar ile spor yapmayan öğrencilerin sosyal beceri düzeyleri arasında fark olup olmadığını, sportif faaliyetlerin öğrencilerin

sosyal beceri düzeyine etkisini ortaya koymak açısından önem taşımaktadır. İnsanların sosyal ve bireysel ihtiyaçları vardır. “Sporun doğasında da saygı, diğer insanlarla ilişkilerin gelişmesi, paylaşım, rekabet, özgüven, kaybetme ve kazanma gibi işlevleri vardır. Spor alanında elde edilecek beceriler ve başarılar bu olguların gelişmesini sağlayıp bireylerin sosyalleşmesine yardımcı olur” (Baran,2001). Bu araştırma ile sporun insanların sosyal ve bireysel ihtiyaçları olan sosyal becerileri edinmelerindeki

1.3. Kavramlar

Spor, Beden eğitimi fonksiyonlarını alt dallara ayırarak çeşitli branşlarda somutlaştırılmış, üst seviyede yapıldığında psikolojik, fizyolojik, estetik ve teknik özellikleri gerekli kılan müsabaka veya yarışmalara dayalı olan ve birtakım kurallar kapsamında yapılan etkinliklerdir. (Dikmen, 2008)

Rekreasyon, Zamanı sportif faaliyetler ile değerlendirmek veya boş olan zaman dilimini sosyal, kültürel ve spor unsurları ile değerlendirmektir (Akkuş, 2010).

Sosyal beceri, sosyal beceriler bireyin günlük hayatında kullanılan sözel olmayan veya sözel olan tüm davranışlardır.(Bayer, 1994)

Sosyal duyarlık, bireyin içine girdiği sosyal ortamlarda karşılaştığı nitel iletişimleri anlama ve yorumlama yeteneğidir. (Algaç, 1996)

Duyuşsal Duyarlık: Karşılaştığı bireylerden nitel olmayan mesajları anlama ve yorumlama yeteneğidir.(Polat, 2000)

Sosyal Kontrol: Sosyal hayatta sosyal rol oynama, kendinden emin olma ve kendini duruma göre ayarlama yeteneğidir.(Vural, 2009)

Duyuşsal Kontrol: Kişinin kendisinin nitel olmayan duygu ve mesajlarını kontrol etme ve düzenleme becerisidir.(Üver, 2006)

Sosyal Anlatımcılık: Sözlü iletişimde, çevresindeki insanları etkileme ve beden dilini devreye koymadan başarılı olma yeteneğidir.(Öğüt, 2008)

Duyuşsal Anlatımcılık: Bireyin nicel olan duyuşsal mesajlarını karşıya aktarabilme becerisidir. (Yalçın, 1999)

1.4. Hipotezler

H1: Rekreatif amaçlı spor yapanlar ile spor yapmayanlar arasında toplam sosyal beceri düzeyinde anlamlı bir farklılık vardır.

H0: Rekreatif amaçlı spor yapanlar ile spor yapmayanlar arasında toplam sosyal beceri düzeyinde anlamlı bir farklılık yoktur.

H1: Rekreatif amaçlı spor yapanlar ile spor yapmayanlar arasında sosyal anlatımcılık alt düzeyinde anlamlı bir farklılık vardır.

H0: Rekreatif amaçlı spor yapanlar ile spor yapmayanlar arasında sosyal anlatımcılık alt düzeyinde anlamlı bir farklılık yoktur.

H1: Rekreatif amaçlı spor yapanlar ile spor yapmayanlar arasında sosyal duyarlılık alt düzeyinde anlamlı bir farklılık vardır.

H0: Rekreatif amaçlı spor yapanlar ile spor yapmayanlar arasında sosyal duyarlılık alt düzeyinde anlamlı bir farklılık yoktur.

H1: Rekreatif amaçlı spor yapanlar ile spor yapmayanlar arasında sosyal kontrol alt düzeyinde anlamlı bir farklılık vardır.

H0: Rekreatif amaçlı spor yapanlar ile spor yapmayanlar arasında sosyal kontrol alt düzeyinde anlamlı bir farklılık yoktur.

H1: Rekreatif amaçlı spor yapanlar ile spor yapmayanlar arasında duyuşsal anlatımcılık alt düzeyinde anlamlı bir farklılık vardır.

H0: Rekreatif amaçlı spor yapanlar ile spor yapmayanlar arasında duyuşsal anlatımcılık alt düzeyinde anlamlı bir farklılık yoktur.

H1: Rekreatif amaçlı spor yapanlar ile spor yapmayanlar arasında duyuşsal duyarlılık alt düzeyinde anlamlı bir farklılık vardır.

H0: Rekreatif amaçlı spor yapanlar ile spor yapmayanlar arasında duyuşsal duyarlılık alt düzeyinde anlamlı bir farklılık yoktur.

H1: Rekreatif amaçlı spor yapanlar ile spor yapmayanlar arasında duyuşsal kontrol alt düzeyinde anlamlı bir farklılık vardır.

H1: Rekreatif amaçlı spor yapanlar ile spor yapmayanlar arasında duyuşsal kontrol alt düzeyinde anlamlı bir farklılık yoktur.

1.5. Sınırlılıklar

2018-2019 eğitim yılı içerisinde Bingöl Üniversitesinde öğrenim gören rekreatif amaçlı spor yapan 203, spor yapmayan 205 üniversite öğrencisiyle sınırlıdır.

2.GENEL BİLGİLER

2.1. Spor ve Rekreasyon

Spor, ilk çağlardan bu yana toplumların gelişmesinde önemli bir yer tutmakla beraber dünya genelinde birçok insanın boş zamanlarında katıldığı bir faaliyet olmuştur (Koçan, 2007). Spor, insanların ruhsal, fiziksel ve zihinsel gelişimlerini ve bu fonksiyonlar arasındaki bağlantıyı sağlayan önemli bir faaliyettir (Külünk, 1998). Son dönemlerde rekreasyonun ve sporun toplumda yaygınlaştırılmasında ciddi bir rol oynayan medya ve halkla ilişkilerin gelişmesi, rekreasyon ve spor bilincinin yayılmasında büyük katkılar sağlamıştır (Sarı,2011). Modern toplumlar için fiziksel aktivite ve spor faaliyetleri oldukça önemlidir. Nitekim birçok birey için fiziksel aktiviteler ve spor geniş anlamlar içermektedir (Cameron ve MacDougall, 2000). Latince “disport” ve “desport” kelimelerinin kısaltılması olarak kabul edilen spor, “grup halinde veya bireysel olarak yapılan, teknikleri ve kuralları olan, zihinsel ve fiziksel gelişim sağlayan, vücut gücünü artırmak ve eğlendirici uğraşlar için yapılan faaliyetler” olarak tanımlanabilir (Kılıçarslan, 2008).

Ayrıca spor, aralarında yakından ilişkili olan rekabetçi, yarışma tabanlı ve hedef odaklı eylemler olarak da tanımlanabilir. Spor uğraşı hedef odaklıdır, nitekim sporla ilgili olgular genellikle birbiriyle ilişki içinde olan yeterlilik, yetenek, zorluk derecesi, ustalık, çaba veya performans derecesine göre bir amacı kapsamaktadır (Hinch, 2001). Rekreatif amaçlı spor faaliyetlerine katılım, genellikle “seyirci odaklı pasif katılım” ve “sporcu odaklı aktif katılım” olarak iki ana gruba ayrılmaktadır (Karaküçük, 2014).

Spor ve rekreasyonun, bireyin zihinsel ve fiziksel sağlığını olumlu açıdan etkileyerek kaliteli bir yaşam sağlamasının yanında, birçok ekonomik, sosyal, kültürel ve çevresel faydalar oluşturmaktadır. Spor ve rekreasyon, sosyal davranış ve iletişim duygusu içermesi özelliği ile toplumun inşa edilmesine yardımcı olur. Aynı şekilde, ortak başarılar ve ortak deneyimler vesilesiyle aile bireylerinin birbirine bağlanmalarına da yardımcı olmaktadır (Saray, 1998). İçerdikleri amaç ve anlamları bakımından, spor ve rekreasyon birbirleriyle karıştırılan iki kavramdır (Sevil, 2012). Rekreasyon, Spor faaliyetleri içinde en ilgi çeken, çeşitli ve kapsamlı bir alanda olması ve rekreasyonun sporun geniş kitlelere yayılmasına olanak sağlaması, birbirlerini etkin bir şekilde etkilediğinin göstergesidir (Kiraz, 1999).

Rekreasyonun spor faaliyetleri arasında çok fazla tercih ediliyor olmasının sebebi, sporun her cinsten ve her yaştan bireyin her türlü rekreatif beklentisine cevap verebilme yapısını taşımasındandır (Kaya, 1987). Ancak sporun rekreatif bir olgu olarak görülebilmesi için, sportif faaliyetlerine katılımın tamamen boş zamanlarda, eğlenme, fiziksel aktivite ve oyun amaçları ile gerçekleşmesi gerekmektedir (Sevil, 2012). Bu açıklamalara göre, spor, amatör bir ruhla, dinlenmek, eğlenmek, sosyal ihtiyaçlarını karşılamak ve bedensel sağlığını geliştirmek amacıyla gerçekleştirildiğinde rekreasyonel bir olgu olarak kullanıldığı görülmektedir(Seyhan, 2015). Rekreasyonel spor faaliyetlerinin diğer rekreasyonel faaliyetlerine göre yapılandırılmış, disiplin gerektiren ve çeşitli kuralları bulunmaktadır (Baltacı, 2014). Ekonomik ve sosyal yatırım yapma ve tanınabilirliği artırma amacıyla dünyanın pek çok yerinde yapılan uluslararası spor organizasyonları (Bahar, 2002), küresel rekabetin yenilenen yapısıyla karşı karşıyadır (Pastore, 2004). Bu yenilenen ve değişen rekabet koşulları içinde özellikle geleneksel spor branşlarını bir turizm kolu haline getiren girişimler, ülke ekonomilerine ciddi katkılar sağlamaktadırlar. Spor, istihdam ve yeni yatırımlar ile ekonomik gelişmeye katkı sağlarken, doğal alanların korunmasıyla çevrenin sürdürülebilirliğine de katkı sağlamaktadır (Berrak, 2005). Spor piyasasının varlığı, spor organizasyonlarının başarısının katılımcılarına ne ölçüde tatmin ettiğine bağlıdır. Ayrıca spor organizasyonlarının başarı sağlanabilmesi için, değişen sosyal eğilimlerin farkında olmalı ve oluşturulan hizmetlerin önceden planlanan hedef pazarın ihtiyaç ve isteklerine uygun hale getirilmesi gerekmektedir (Pastore, 2004).

2.2. Spor ve Rekreasyonun Bireyler Üzerindeki Etkisi

Rekreasyon ve sporun, bireylere üç ana unsur üzerinden etkisi bulunmaktadır(Parlak, 1998) bunlar;

2.2.1.Psikolojik Etkisi

Günümüzde spor ve rekreasyon, bireyler için yaşam kalitesini artıran ve sporun günlük yaşamın içinde yer alması gereken doğal bir durum olarak bakılmaktadır. Kişileri spor ve rekreasyon faaliyetlerini yapmaya iten sebepler hareket ve bedensel alanlar olarak görülmemektedir. Başka bireylerle ilişkide

bulunma isteği, sosyal bir varlık olma ihtiyacı ve yalnız kalma korkusu da en az sağlıklı olma isteği kadar etkilidir. Spor ve rekreasyon sadece psikolojik ve fizikî olarak toplumun parçası olan bireyin eğitiminde kullanılmaz, bununla birlikte sorumluluk sahibi olma, işbirliği yapabilme, disiplinli olabilmesine de yardımcı olmaktadır. Sosyalleşme olgusu kişinin içinde yaşadığı topluma uygun davranış sergilemesi süreci olarak ele aldığımızda, spor ve rekreasyonda bireylerin biçimlenmesinde vazgeçilmez bir değer olarak önümüzde durmaktadır.(Siren, 2009). Özellikle spor ve rekreasyonun eğitim kapsamında kullanılması bireylerin gelişim düzeyleri bakımından son derece önemli noktadır. Rekreatif amaçlı spor faaliyetleri ile uğraşan bireylerde kişiliğin şekillenmesinde ve gelişmesinde çok etkili olmaktadır.(Bider, 2003)

Birey rekreatif amaçlı spor faaliyetleri içinde bulunarak başkalarına saygı, haklarını koruma, işbirliği ve paylaşma, atılganlık, doğru yanlış ayrımını yapabilme ve kurallara uyabilme gibi özellikleri sürekli olarak gelişim göstermektedir. Psikolojik açıdan rekreatif spor yapan kişilerde mutlu etme ve haz alma duygusu yaşatmaktadır. Günümüzün hastalığı olarak tanımlanan stresle baş etmede en önemli etken fiziksel aktivitede bulunmaktır.(Özdemir, 2011) Günlük yaşantıda karşılaşılan monoton hayat anlayışını ve tarzı fiziksel aktivite yolu ile ortadan kaldırmak ile mümkündür. Rekreatif amaçlı spor ile monoton hayat içerisinde yaşayan bireylerin gevşemesi ve rahatlamasını sağlamanın yanında kendilerini mutlu hissetmelerinin vermiş olduğu hazzı yaşamalarını sağlanmış olur (Tekel, 2017).

2.2.2.Fizyolojik Etkisi

Spor, kişilere fizyolojik açıdan önemli kazanımlar elde etmesini ve sağlıklı kalma açısından önemli olarak görülen düzenli spor faaliyetlerinde bulunma alışkanlığının kazanılmasına neden olur. Sürekli olarak yapılan fiziksel aktiviteler, bireylerin sağlıklı bir olmasında belirgin olarak gözlemlenebilir bir yapıya sahiptir . Düzenli spor faaliyetleri ile eklemlerin, kemiklerin, kasların, kalp-damar sistemi ve diğer fonksiyonların en verimli şekilde çalışmasını sağlamaktadır (Türk, 2002). Çağımızda insan ömrünün yapılan araştırmalarla uzadığı bilinmektedir. Bu kapsamda bakıldığında spor aktivitelerinin önemi daha iyi anlaşılmalıdır. Bireyin uzun bir dönem hareketsiz kalması, fiziksel çöküntüye ve bedeninin hareket yeteneğini

kaybetmesine sebep olur. Günümüzde yaşantının ve günlük kaygıların yoğun olduğu bilinmektedir. Ayrıca yanlış ve düzensiz beslenme alışkanlıklarında bulunması, hareketsizliğin olumsuz etkilerini artırmaktadır.(Bozkurt, 2007) Ancak hareketsizliğin olumsuzluklarını önlemenin yolu ise insanları yaş gruplarına göre düzenli spor aktiviteleri yaptırmaktan geçmektedir. Spor aktivitelerinin, bireylerde fizyolojik etkilerine bakıldığında motorik özellikleri olan kuvvet, dayanıklılık, hareketlilik, sürat ve becerisini daha iyi bir gelişme gösterdiği görülmektedir (Doğu, 2008).

2.2.3.Sosyal Etkisi

Sporun, psikolojik ve fizyolojik etkilerinin yanı sıra sosyal etkileri de ciddi bir önem arz etmektedir. Örnek verecek olursak, spor organizasyonları genç bireylerin sosyal anlamda yeteneklerini geliştiren bir fırsat olarak görülmektedir. Bireylerin kendi alanlarında uzmanlaşmaya ve gelişime dayalı yapısının olması gündelik hayatlarının giderek monotonlaşmaktadır.(Yaşareş, 2017) Spor aktiviteleri toplumsal bir faaliyet olduğu düşünüldüğünde bu olumsuzlukları gidermek açısından önemlidir. Sporun, sosyal etkileşim ve sosyal paylaşım yanı bu stres dolu ve monoton yaşamın olumsuz etkilerini azalmaktadır. İnsanların günlük yaşamlarında başarılı olması, sosyal faaliyetleriyle yakından alakalıdır. Özellikle dönemlerde önemli bir unsur olarak görülen spor faaliyetleri, sosyal hayat düzeninin hemen her alanında etkili olabilmektedir (Saruhan, 1997).

2.3.Spor Aktivitelerinin Sosyalleşme Üzerine Etkileri

Spor aktiviteleri bakımından sosyalleşmenin bakış açısı, bireyi sporun içine çeken kişi ya da amaçlar, yani bir bireyin spora katılma biçimidir. Spor aktiviteleri ile sosyalleşme, bireylerin spora katılması ile topluma hayatına nasıl katılım sağladığını gösterir. Sporda takım çalışmasına katılım, adil olma, kazanma veya kaybetme gibi davranışların düzeltilmesinde çok önemli olarak görülmektedir. (Arıkan, 2006)Spor aktiviteleriyle kişide, toplumu tanıma, gelenek ve görenekleri anlayabilme, iyi doğruyu kötüyü ayırt edebilme, başkalarına saygı gösterme, kurallara uyma, kendine güven duygusunun gelişmesi, başarı ve başarısızlığı kabullenme, üzüntü ve sevinç gibi özellikleri hissetme gibi özellikleri geliştirdiği görülmektedir. Sporun içerisinde

barındırdığı en önemli özelliklerden birisi de bireyin bir gruba kendisini ait hissetme duygusunun ortaya çıkarması ve bu duyguyu geliştirmesidir.(Açıkbaş, 2009) Bireyin herhangi bir gruba aidiyet duygusunun oluşması sosyal bir varlık olan insanın sosyalleşme serüveninde önemli bir değerler olarak kabul edilmektedir. Bir bayrak altında bulunduğu millete, aileye, takıma ait olma durumu, bireyin bulunduğu toplumda üstlendiği rolün belirlenmesinde, belirli bir statüyü elde etmesinde önemli bir olgu olarak görülmektedir (Elmalı, 2001). Spor aktiviteleri sonucunda toplum ve birey açısından sosyalleşme gerçekleşmiş olur.

Spor aktiviteleri, diğer birçok faktör ile beraber kişinin sosyalleşmesini etkiler. Çocukluk döneminde başlayan hareket ve oyun deneyimi ile elde edilen ve sosyalleşmeyi etkileyen olumlu davranışlar yetişkinlik dönemine de yansımaktadır. Özellikle erken dönemdeki sportif oyunlar içerisinde bulunan bireylerin değerleri, normları, tavırları, becerileri ve rollerinin yetişkinlik döneminde de devam edeceği bilinmektedir.(Tanrıtanır, 2001) Spor aktivitelerine katılan kişiler yapılan aktiviteler ile duygularını ifade etme alanı bulur ve öfke, saldırganlık, bencillik, kıskançlık gibi duyguları törpüleme imkânı bulmaktadır. Spor faaliyetleriyle birlikte stres ve baskıdan uzaklaşma daha çabuk gerçekleşmektedir (Kartal, 2012).

Spor, bireyde kişiliğin gelişmesine katkıda bulunmaktadır. Takım ruhu, aidiyet duygusu ve grup ilişkileri gibi duyguları geliştirerek toplumsal birlikteliğin oluşmasına yardımcı olur. Spor aktiviteleri yoluyla kişiler, kendilerini yalnızlıktan kurtararak kendisinde güven duygusunu geliştirmiş olurlar. Spor aktivite ve organizasyonları, bireylerde aynı amaç doğrultusunda faaliyet yapabilme özelliği kazandırır.(Avcı, 2003)

2.4. Sosyal Beceri

Sosyal beceriler, İngilizce “Social Skills” kavramının çoğul karşılığıdır. Burada sosyal beceriler olarak kullanılmasındaki neden ise, konuyla ilgilenenlerden bazılarının sosyal beceriler ile sosyal beceri ayrımı yapmalarından kaynaklanmaktadır. Örnek verecek olursak, Trower “sosyal becerileri” kimi insanların etkileşimlerde kullandıkları ve normatif kurallar tarafından yönlendirilen gerçek eylemler veya davranışlar (sözcükler, bakış, vb.) tekil öge veya (selam vermek gibi) öğelerin, senaryoların veya eylemlerin belirlenebilir ardışıklığı olarak

tanımlamaktadır (Trower,1982). Bu öğeler gözlem veya yaşantı aracılığıyla öğrenilebilmekte, rumuz şekline sokularak hafızaya alınmakta ve geri getirilerek kullanılabilir. Öğenin fonksiyonlarını gerçekleştirme bilmek için (intrinsic) daha geniş bir olay ve anlamına dayalı olması bağlamında anlam kazanabilir. Bu anlamda sözü edilen “beceriler” in Cantor ve Kihlstrom’un sosyal zekâ anlamıyla benzerliği dikkat çekicidir (Kardeş, 1993).

Diğer bir taraftan Trower’a göre (1982) sosyal beceri kavramı ise “bir hedefe yönelik, becerikli davranışın ortaya konması sürecidir”. Kavramdan anlaşılacağı gibi, sosyal beceriler belli normatif davranışları ifade ederken, sosyal beceri ise bir süreci ifade etmektedir (akt. Sakar, 1999).

Bu iki ayrıma bakıldığında şöyle bir sonuca varılmaktadır: kişiler sosyal becerilerini davranışlarına aktarırlar; yaptıkları bu aktarma sosyal beceri sürecini başlatır, başlayan bu süreç ise sosyal yeterlilik bakımından değerlendirilir. Çünkü kişilerin sosyal becerileri, normatif davranışsal ölçümlerle belirlenebilir ve eğitim ve öğretim faaliyetlerinin bu kapsamda gerçekleştirilebilmesi de kolay olacaktır. Bireylerin yapısal özellikleri ele alındığında sosyal beceri analizi yapılabilir. Yani kişilik ölçümleri örneğin, kendini rapor etme (selfreport) özelliği kullanılarak kişinin sosyal becerisi belirlenebilir. Yanı sıra kişilik özellikleri genellikle kişinin subjektif algısına dayana bilmektedir. Bu özelliklerin belirlenen ölçülere ve duruma özgü veya standartlara göre ele alınması bireyin sosyal yeterliğini ortaya koymaktadır. (Küskün, 1994).

Sosyal beceriler, “bireylerin toplum tarafından verilen görevleri ve rolleri yerine getirebilmeleri için, sergilemesi gereken belirli davranışlardır”. Ancak bazı bireyler bahsedilen bu davranışları sergilemede veya kazanmada sorunlar yaşayabilirler. Bu bireylerde, yeteri derecede sosyal becerilerinin gelişmemesinden dolayı yaşlılarıyla veya toplumun diğer fertleriyle aralarındaki sosyal etkileşim için yeterli fırsatlar oluşmamaktadır. Bu nedenle sosyal becerinin yetersiz oluşu birey ile toplumun diğer fertleri arasında iletişim problemleri oluşmaktadır. Bu durum zamanla sorunlu bireylerin yaşlıları eliyle dışlanmasına sebebiyet vermekte, hatta yaşlıları ile ilişkileri daha da bozularak sosyal ilişkileri tamamen yok olmasına yol açabilmektedir. Sosyal beceri yetersiz kalan bireyler, bu süreç ile yaşamları boyunca etkilenmekle beraber duygusal-davranışsal alanlarda, mesleki ve okul yaşamlarında, kişiler arası ilişkilerde

bir takım problemler ile karşılaşmaktadırlar. Bu problemlerin sosyal ilişkilerden çıkarılması için, problem yaşayan fertlerin sosyal beceri düzeylerinin artırılarak, toplumla bütünleştirilmelerinin sağlanmalıdır. (Türkoğlu, 2003).

Sosyal becerilerin bireye toplum tarafından öğretiminde uygun öğrenme yöntemi ve ilkelerini kullanmak, verimli ve etkili programlar geliştirmeye ön ayak olduğu için, çok önemlidir. Bireye özgü ortamlardan farklı olarak, sadece önceden belirlenmiş davranışlar üzerine kurgulanmış olan hazır programlar, bireyin normal ortamına veya sosyal çevresine karşılık gelmeyebilir. Bu anlamda öğrenilecek olan sosyal becerilerin genelleştirilmesi ve aktarımı problem teşkil edebilir. Genelleştirme ve aktarım problemlerini gidermenin başka bir yolu da bireyin yaşlılarıyla birlikte yer alacağı sosyal beceriler eğitim programlarının hazırlanmasıdır. (Savaş, 2007)

Westwood (1993), sosyal becerileri “kişilerin başkaları ile olumlu etkileşimleri başlatma ve sürdürme için önemli olan davranış elemanları” olarak görmektedir. Ayrıca, “içinde bulunulan sosyal ortama uygun davranma becerisi” olarak da tanımlamaktadır. Sosyal beceriler, bireyin kişisel haklarını savunabilmesini, gerektiğinde başkalarından yardım isteyebilmesini, olumlu veya olumsuz duygularını uygun bir halde anlatabilmesini, kendisine yöneltilen uygun olmayan istekleri geri çevirebilmesini kolaylaştırır. (Akt. Avcıoğlu, 2005).

Sosyal becerilerin kavramındaki oluşan bu çeşitlilik, sosyal becerilerin sınıflandırılmasında da kendisini görülmektedir. Rinn ve Markle tarafından yapılan sınıflamaya göre, sosyal beceriler dört ana gruba ayrılmaktadır. (Akt. Dikmen, 2001)

Bunlar;

a)Kendini Açıklama Becerileri

Mutluluk ve üzüntü duygularının ortaya konması, övgüleri kabul etme, kendine has görüşlerin karşıya aktarımı, kendine ait olumlu eleştirilerde bulunma.

b)Destekleme Becerileri

Bireyin kendisi ile sıcak bir ilişki kurduğu kişiye veya topluma olumlu anlamda sözler sarf etme.

c)Hakkını Savunma Becerileri

Bireyin kendine ait bir takım isteklerde bulunması, başka bireylerle aynı düşüncede olmama, kendince kabul görülmeyen isteklere tepki verme.

d) İletişim Becerileri

Konuşmak veya ortada duran problem hakkında iletişime geçerek çözüm üretme.

2.5. Sosyal Yeterlik

Birbirinden ayırt edilmesi zor olan sosyal beceri ve sosyal yeterlik kavramları, hem birbirinin yerine kullanılırken hem de aralarında ayırım gözetilmez. Sosyal becerisi olan bireyin, sosyal açıdan da yeterli düzeyde olduğu düşünülmektedir. Merrel ve Gimpell (1998), bu iki ana kavramın birbirleriyle ilişkili, çok boyutlu ve bağımsız olgular olduğunu da belirtmektedirler (Akt. Sakar, 2011).

Gresham ve Reschly (1981) göre; sosyal yeterliği, sosyal beceri ve uyumsal davranış olmak üzere iki ayrı şekilde açıklamaktadırlar. Uyumsal davranış; bireylerin fiziksel gelişimini, akademik yeterliğini, bağımsız işlev becerilerini ve dil gelişimini olarak tanımlamaktadır. Sosyal becerileri; görevleri, kendiyile ve davranışlarıyla ilişkili olmak üzere üç hattan oluşmaktadır. Görevle ilişkili davranışları; sorumluluklarını yerine getirme, yönergeleri izleme, uyarılara dikkat etme, bağımsız olarak çalışma gibi davranışları kapsamaktadır. Kendiyile ilişkili davranışlar; ahlaki davranış, kendine karşı olumlu tutum geliştirme, duygularını ifade etme gibi davranışlardan oluşmaktadır. Kişilerarası davranışlar ise, konuşma becerileri, otoriteyi kabul etme, işbirliği içerisinde bulunma ve oyun davranışlarını içermektedir (akt. Kırıkçı, 2004).

Sosyal yeterlik; iletişimde mimik ve jest kullanma, vücut dilini yorumlama veya anlama, ani gelişen durumlar üzerinde bulunduğu sosyal alan içinde tartışmaya katılma ve konuşma gibi hem nicel hem de nitel davranışları içerir. Bu davranışları doğru biçimde kullanma becerisi, fertlerin sosyal yeterliklerini belirler. Sosyal yeterlik, sosyal beceriden daha geniş kapsamlı bir olgudur. Çünkü sosyal yeterlik sadece farklı beceriler ve hareketlere karşılık gelmez; kişilerin sosyal etkileşimlerinde ortaya koydukları davranışların tüm uygunluğunu ve özelliklerini kapsar. Sosyal yeterlik göstermede kişilerin yeterli olması gerektiği bireysel faaliyet becerileri; konuşmayı başlatma, etkileşimi devam ettirme, uyum gösterme, başkalarına destek olma ve istemediği bir şeyi yapmama gibi davranışları içerir. Bu

beceriler, kişisel olarak doyurucu etkileşimlerde bulunmalarına ve bireylerin sosyal olarak kabul edilebilir olmalarına izin verir. (Kerez, 1995)

Sosyal yeterlik için en önemli fonksiyonlardan biride, başarılı sosyal etkileşim için önemli görülen nicel ve nitel becerileri içermektedir. Bu fonksiyonlar su şekilde sıralanmaktadır (Balkanlı, 2009):

a) Göz İlişkisi

Çok kısa bir süre içerisinde konuşma ve dinleme için diğer bireyler ile göz ilişkisini kesmemek. (Bahar, 2006)

b) Mimik

Yüz ile ilgili ifadeler.(Ergin, 2001)

c) Sosyal Mesafe

Başka bireylere karşı oluşturulan yakınlığa göre hangi mesafede duracağını bilme; fiziksel temasın (sarılma, dokunma gibi) ne zaman uygulanacağına vakıf olma.(İnal, 2013)

d) Sesin Özellikleri

Sesin perdesi, sesin şiddeti, konuşmanın netliği, konuşmanın hızı ve içeriği. (Boğatekin, 2011)

e) Selamlama

Kendisini selamlayana karşılık verme veya ilişkiyi başlatmak için selamlamaya durmak.(Balende, 2003)

f) Konuşma

Yaşına uygun olarak hissettiklerini açıklama, konuşma becerileri gösterme, dinleme, soru sorma, sorulan sorulara cevap verme ve ilgi gösterme.(Orman, 2001)

g) Dikkat Çekme veya Yardım İsteme

Yardıma istemeyi ve dikkat çekmeyi sağlayacak uygun yollar kullanma.(Bozaba, 1988)

h) Anlaşmazlığın Üstesinden Gelme

Kendine ve başkalarına kızgınlığını kontrol etme, Saldırganlığı kontrol etme, sportmence davranma, eleştirileri kabul etme, temiz olma ve kendine çeki düzen verme.(Çeliker, 1992)

2.6. Sosyal Becerilerin Sınıflandırılması

Yong ve West'e göre sosyal beceriler sınıflandırılmasına göre beş başlıkta gruplandırılabilir (Balyan, 2009):

a) Sosyal Beceri Etkileşimi Artırabilir

Başkalarını selamlama, başkalarının oyun davetini kabul etme, başkalarını oyuna davet etme, paylaşma, soru sorma, başkalarına kompliman yapma ve onları övme, başkalarına yardım önerme, rica etme, teşekkür etme, yakınlık belirtme, açıklama isteme, ilgi gösterme, bilgi ve rahatlık sunma gibi (Gücer, 1999).

b) Sosyal Beceri Hoş Olmayan Durumlarla Başa Çıkmamıza Yardım Edebilir

Başka bireylerden gelen istekleri reddetme, olumsuz geribildirim verme, lakap takma ve takılmayla başa çıkma, özür dileme, akran baskısına direnme, özürle (accusation) başa çıkma ve şikâyetle bulunma gibi (Ekinci, 1997).

c) Bazı Sosyal Beceriler Çatışmayı Çözmeyi Veya Ele Almayı Amaçlar

Problem çözme, anlaşabilme ve ikili veya çoklu iletişim halinde olma gibi.

d) Diğer Sosyal Beceriler Süreci Devam Eden Sosyal Etkileşimleri Sürdürmemize Yardımcı Olur

e) Atılgan Davranışlar Sık Sık Sosyal Beceri Olarak Sınıflanır

Bireye karşı sunduğu anlayışı açıklığa kavuşturma, isteklerini tekrarlama, duygularını ifade etme, özürle basa çıkma, hayır deme, ilgi gösterme gibi.(Porsuk, 1988)

2.7.Sosyal Becerinin Boyutları

Riggio' ya (1986) göre sosyal beceriyi çok boyutlu bir kavramdır. Sosyal beceri boyutlarına bakıldığında bunlar; duygusal duyarlılık, duygusal kontrol, duygusal anlatımcılık, sosyal duyarlılık, sosyal kontrol sosyal anlatımcılık ve sosyal manipülasyondur (Akt. Yıldırım, 2006).

a) Duygusal Anlatımcılık

Duygusal anlatımcılık, duygularını uygun bir şekilde ifade etme ve nicel olan ipuçlarını algılama becerisini içerir. Bu becerilere sahip olan kişiler oldukça neşeli ve enerjiktirler. (Eymen, 2003)

b) Duygusal Duyarlılık

Kişinin başkalarından gelen nitel olmayan ipuçlarını zebilme ve anlayabilme becerilerini kapsar. Bu becerilere sahip kişiler, başkalarından gelecek nitel olmayan iletilere karşı dikkatli ve ilgilidirler ve bireylerin duygusal durumlarını hemen anlayabilirler.(Yaman, 2013)

c) Duygusal Kontrol

Kişinin hem nitel olmayan hem de duygusal durumları düzenleyebilmesi ve kontrol edebilmesidir. Bu becerilere sahip fertler, duygularını kontrol edebilirler, gerektiğinde gizleyebilir gerektiğinde de dışa vurabilirler.(Demir, 2005)

d) Sosyal Anlatımcılık

Sosyal etkileşimde ve sözel ifadede bulunabilme becerilerine içerir. Bu becerilere sahip kişiler dost canlısı ve dışadnktrler. (akır, 2006)

e) Sosyal Duyarlılık

Uygun sosyal davranış kuralları ile sözel iletişimi anlayabilmeyi ve ilgili bilgiye sahip olmayı kapsar. Sosyal olarak duyarlı bireylerdirler. Hem başkalarının kendisine karşı olan davranışlarına hem de başkalarına karşı kendi davranışları konusunda dikkatli ve özenlidirler.(Fırat, 2008)

f) Sosyal Kontrol

Bireyin kendini ifade etme ve sosyal olarak ortaya koyma becerilerini içerir. Sosyal kontrol düzeyi olgunlaşmış olan bireyler, farklı sosyal rolleri kolaylıkla anlayabilir ve oynayabilirler. (Salman, 1998)

g) Sosyal Manipülasyon

Hem genel bir tutum olarak hem de bir beceri olarak ele alınabilir. Bu beceriye sahip kişiler, sosyal ilişkilerinde zaman zaman diğer bireyleri manipüle etmenin gerekliliğine inanmakla birlikte sosyal etkileşimin sonuçlarını kendilerince değiştirme becerisine sahiptirler.(Yıldız, 2005)

3. GEREÇ VE YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Modeli

Bu bölümde araştırmanın modeli, evren ve örnekleme, veri toplama araçları ve verilerin istatistiksel analizi yer alacaktır.

3.2. Evren ve Örneklem

Araştırmamızın evreni; 2018 -2019 akademik yılında Bingöl Üniversitesinde öğrenim gören rekreatif amaçlı spor yapan 110 kız, 440 erkek öğrenci ile spor yapmayan 14250 öğrenci oluşturmaktadır.

Araştırmamızın örnekleme; araştırma gruplarının sayısal denkliliğini sağlamak amacıyla Bingöl Üniversitesinde rekreatif amaçlı spor yapan 110 kız, 440 erkek öğrenci sayısına diğer grubun sayıları yaklaştırılmaya çalışılmış, bu amaçla araştırmanın evrenindeki tüm rekreatif amaçlı spor yapanlar ile spor yapmayan öğrencilere random yöntemiyle seçilen 215 erkek ve 203 kız öğrenciye ulaşılmıştır. Sosyal beceri ölçeğinin araştırmacıya veri dönüş sayısı ise rekreatif amaçlı spor yapan 95 kız, 108 erkek toplam 203 öğrenci ve spor yapmayan 103 kız, 102 erkek toplam 205 öğrenciden oluşmuştur. Genel toplamda ise 408 öğrenciye ulaşılmıştır.

3.3. Veri Toplama Araçları

3.3.1. Kişisel Bilgi Formu ve Ölçek

Araştırmamızda kullanılan veri toplama ölçeği 2 ana bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde; araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu oluşturmaktadır.

İkinci bölümde ise; 1986 yılında Riggio tarafından geliştirilmiş ve 1989 yılında yeniden revize edilerek bugünkü şeklini almış bir ölçme aracıdır. SBE sosyal becerileri altı ayrı alt boyutta ölçmektedir. Ölçeğin alt maddeleri ve dağılımlarına baktığımızda Duyuşsal anlatımcılık: 1, 7, 13, 19, 25, 31, 37, 43, 49, 55, 61, 67, 73, 79, 85 Duyuşsal duyarlılık: 2, 8, 14, 20, 26, 32, 38, 44, 50, 56, 62, 68, 74, 80, 86 3. Duyuşsal kontrol: 3, 9, 15, 21, 27, 33, 39, 45, 51, 57, 63, 69, 75, 81, 87 Sosyal anlatımcılık: 4, 10, 16, 22, 28, 34, 40, 46, 52, 58, 64, 70, 76, 82, 88 Sosyal duyarlılık: 5, 11, 17, 23, 29, 35, 41, 47, 53, 59, 65, 71, 77, 83, 89 Sosyal kontrol: 6, 12, 18, 24, 30, 36, 42, 48, 54, 60, 66, 72, 78, 84, 90 şeklinde karşımıza çıkmaktadır. (Süt, 2014). Ölçek beşli likert üzerinden cevaplanmaktadır. Katılımcı envanterin tamamında

toplam puan bazında en yüksek ise 450, en düşük 90 puan alabilmektedir. Alt ölçeklerde ise puan bazında en çok 75, en az ise 15 puan almaktadır. Ölçekte bulunan 90 maddenin 32 maddesi ters puanlanmaktadır. Ölçekte tersten puanlanan maddeler 1, 3, 5, 9, 10, 15, 17, 18, 21, 24, 25, 30, 36, 37, 39, 41, 43, 48, 49, 54, 56, 60, 64, 66, 67, 69, 72,73, 76, 81, 84, 85 olarak karşımıza çıkmaktadır. Tersinden puanlanan madde sayısı alt ölçeklere göre sırasıyla şu şekildedir: Duyuşsal anlatımcılıkta 8, duyuşsal duyarlılıkta 1, duyuşsal kontrolde 7, sosyal anlatımcılıkta 3 ve sosyal duyarlılıkta 3, sosyal kontrolde 10'dur (Yüksel, 2004). Ayrıca ölçeğin alt boyutları 15 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin Alpha iç tutarlılık kat sayısı .81 olarak bulunmuş olup Cronbach Alpha değeri .76 olarak tespit edilmiştir.

Sosyal Beceri Envanterinin Türkçe'ye uyarlama çalışmaları Yüksel (1998) tarafından gerçekleştirilmiştir. SBE Psikolojik Danışma ve Rehberlik alanından üç kişi tarafından ayrı ayrı olarak Türkçeye çevrilmiş, sonra bu çeviriler araştırmacı tarafından karşılaştırılmış ve uyumsuzluklar gerek tartışma yoluyla gerekse İngilizce bilen başka uzman kişilere danışılarak giderilmiştir. Yapılan çevirilerde büyük bir farklılığın olmadığı; alandan ve İngilizceyi kullanma deneyimi olan kişiler tarafından Türkçe çevirisinin orijinal İngilizce metinle es değerde olduğu kabul edilmiştir.

3.4. Verilerin İstatistiksel Analizi

Araştırmamız ile elde edilen veriler Yüzde, T Testi, Tek Yönlü Varyans Analizi ve Scheffe Testi istatistik işlemleri kullanılarak çözümlenmeye çalışılmış ve bu analizlerin yapımında SPSS 22 istatistik paket programı kullanılmıştır. İstatistik işlemlerde anlamlılık düzeyi 0.05 alınmıştır.

4. BULGULAR

Tablo 1. Rekreatyonel Amaçlı Spor Yapanlar Ve Spor Yapmayan Katılımcıların Sayısal Dağılımları

Grup Özelliği	N	(%)
Rekreatyonel Amaçlı Spor Yapanlar	203	49,7
Spor Yapmayanlar	205	50,3
Toplam	408	100

Tablo 1'i incelediğimizde araştırmamıza katılan rekreatyonel amaçlı spor yapanların genel toplamı (n=203, %49,7) olup, spor yapmayanlar ise (n=205, %50,3)'tür.

Tablo 2. Katılımcıların Grup Özelliğine Göre Cinsiyet Dağılımları

Cinsiyet	Grup Özelliği	N	(%)
Kız	Rekreatyonel Amaçlı Spor Yapanlar	95	47,3
	Spor Yapmayanlar	103	52,7
	Toplam	198	100
Erkek	Rekreatyonel Amaçlı Spor Yapanlar	108	51,9
	Spor Yapmayanlar	102	48,1
	Toplam	210	100
Toplam	Rekreatyonel Amaçlı Spor Yapanlar	203	49,7
	Spor Yapmayanlar	205	50,3
	Toplam	408	100

Tablo 2'yi incelediğimizde araştırmamıza katılan rekreatyonel amaçlı spor yapan kızlar (n=95, %47,3) olup, erkekler (n=108, %51,9)'dur. Spor yapmayan kızlar (n=103, %52,7) olup, erkekler (n=102, %48,1)'dir.

Tablo 3. Katılımcıların Grup Özelliğine Göre Yaş Dağılımları

Yaş	Grup Özelliği	N	(%)
18-21	Rekreasyonel Amaçlı Spor Yapanlar	41	39,4
	Spor Yapmayanlar	63	60,6
	Toplam	104	100
22-25	Rekreasyonel Amaçlı Spor Yapanlar	71	57,7
	Spor Yapmayanlar	52	42,3
	Toplam	123	100
26-29	Rekreasyonel Amaçlı Spor Yapanlar	67	57,7
	Spor Yapmayanlar	49	42,3
	Toplam	116	100
30-33	Rekreasyonel Amaçlı Spor Yapanlar	24	36,9
	Spor Yapmayanlar	41	63,1
	Toplam	65	100
Toplam	Rekreasyonel Amaçlı Spor Yapanlar	203	49,7
	Spor Yapmayanlar	205	50,3
	Toplam	408	100

Tablo 3'ü incelediğimizde araştırmamıza katılan spor yapmayan 18-21 yaş aralığında olanlar (n=63, %60,6), rekreasyonel amaçlı spor yapan 22-25 yaş aralığında olanlar (n=71, %57,7), rekreasyonel amaçlı spor yapan 26-29 yaş aralığında olanlar (n=71, %57,7) olup, spor yapmayan 30-33 yaş aralığında olanlar ise (n=41, %63,1),'dir.

Tablo 4. Katılımcıların Grup Özelliğine Göre Branş Dağılımları

Grup Özelliği	Branş	N	(%)
Rekreasyon amaçlı spor yapan katılımcılar	Yüzme	84	41,4
	Atletizm (stretching,running vb.)	42	20,7
	Basketbol	13	6,4
	Voleybol	12	5,9
	Satranç	33	16,2
	Diğerleri	19	9,4
	Toplam	203	100

Tablo 4'ü incelediğimizde araştırmamıza katılan rekreasyonel amaçlı yüzme branşında spor yapanlar (n=84, %41,4), atletizm branşında spor yapanlar (n=42, %20,7), basketbol branşında spor yapanlar (n=13, %6,4), voleybol branşında spor yapanlar (n=12, %5,9), satranç branşında spor yapanlar (n=33, %16,2), olup diğer branşlardan spor yapanlar ise (n=19, %9,4),'dür.

Tablo 5. Rekreasyon Amaçlı Spor Yapan Katılımcıların Spor Yapma Yıl Süreleri Bakımından Dağılımları

Grup Özelliği	Spor Yapma Yılı	N	(%)
Rekreasyon amaçlı spor yapan katılımcılar	2 yıldır spor yapan	65	32,1
	3 yıldır spor yapan	41	20,2
	4 yıldır spor yapan	29	14,2
	5 yıldır spor yapan	33	16,3
	6 ve daha fazla yıldır spor yapan	35	17,2
	Toplam	203	100

Tablo 5'i incelediğimizde araştırmamıza katılan rekreasyonel amaçlı 2 yıldır spor yapanlar (n=65, %32,1), 3 yıldır spor yapanlar (n=41, %20,2), 4 yıldır spor yapanlar (n=29, %14,2), 5 yıldır spor yapanlar (n=33, %16,3), olup 6 ve daha fazla yıldır spor yapanlar ise (n=35, %17,2),'dir.

Tablo 6. Rekreasyon Amaçlı Spor Yapan Katılımcıların Haftalık Spor Yapma Süreleri Bakımından Dağılımları

Grup Özelliği	Haftada Kaç Saat Spor Yapıldığı	N	(%)
Rekreasyon amaçlı spor yapan katılımcılar	1-3 saat	75	36,9
	4-6 saat	61	30,1
	7-9 saat	32	15,8
	10-13 saat	24	11,8
	14 saat ve üstü	11	5,4
	Toplam	203	100

Tablo 6'yı incelediğimizde araştırmamıza katılan rekreasyonel amaçlı haftada 1-3 saat arası spor yapanlar (n=75, %36,9), 4-6 saat arası spor yapanlar (n=61, %30,1),

7-9 saat arası spor yapanlar (n=32, %15,8), 10-13 saat arası spor yapanlar (n=24, %11,8) olup 14 saat ve üstü spor yapanlar ise (n=11, %5,4)'tür.

Katılımcıların rekreasyonel amaçlı spor yapma ve spor yapmama durumunun toplam sosyal beceri düzeyinde ve sosyal beceri ölçeğinin alt boyutlarında fark oluşturup oluşturmadığını anlamak için tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Analiz sonucu aşağıda sunulmuştur.

Tablo 7. Rekreasyon Amaçlı Spor Yapan İle Spor Yapmayan Katılımcıların Sosyal Beceri Ölçeğinin Alt Boyutlarından Olan Duyuşsal Anlatımcılık Bakımından Sonuçları

	Kareler toplamı	Sd	Kareler ortalaması	F	p
Gruplararası	1308.143	2	611.106	12.329	.000
Gruplar içi	12542.708	406	43.596		
Toplam	13850.851	408			

Tablo 7'i incelediğimizde; tek yönlü varyans analiz sonuçlarına göre sosyal beceri ölçeğinin alt boyutlarından olan duyuşsal anlatımcılık bakımından anlamlı bir fark görülmektedir.(F (2-406) =12,329, p<0.05)

Anlamlı farkın rekreasyonel amaçlı spor yapanların lehine olup, Scheffe testinin sonuçlarına göre rekreasyonel amaçlı spor yapanların aritmetik ortalaması ortalaması $\bar{x} =47.5$ iken, spor yapmayanların katılımcıların aritmetik ortalaması ise $\bar{x} =45,1$ olduğu görülmektedir. Sosyal beceri ölçeğinin alt boyutlarından olan duyuşsal anlatımcılık boyutunda rekreasyonel amaçlı spor yapanların lehine fark olduğu görülmektedir.

Tablo 8. Rekreasyon Amaçlı Spor Yapan İle Spor Yapmayan Katılımcıların Sosyal Beceri Ölçeğinin Alt Boyutlarından Olan Duyuşsal Duyarlılık Bakımından Sonuçları

	Kareler toplamı	Sd	Kareler ortalaması	F	p
Gruplararası	6840,844	2	4016,546	61,325	.000
Gruplar içi	18102,199	406	64,627		
Toplam	24943,043	408			

Tablo 8'i incelediğimizde; tek yönlü varyans analiz sonuçlarına göre sosyal beceri ölçeğinin alt boyutlarından olan duyuşsal duyarlılık bakımından anlamlı bir fark olduğunu görölmektedir (F (2-406)=61,325, p<0.05).

Anlamlı farkın rekreasyonel amaçlı spor yapanların lehine olup, Scheffe testinin sonuçlarına göre rekreasyonel amaçlı spor yapan katılımcıların aritmetik ortalaması ortalaması \bar{x} =48.1 iken, spor yapmayan katılımcıların aritmetik ortalaması ise \bar{x} =44,8 olduğu görölmektedir. Sosyal beceri ölçeğinin alt boyutlarından olan duyuşsal duyarlılık boyutunda rekreasyonel amaçlı spor yapanların lehine fark oluştuğu görölmektedir.

Tablo 9. Rekreasyon Amaçlı Spor Yapan İle Spor Yapmayan Katılımcıların Sosyal Beceri Ölçeğinin Alt Boyutlarından Olan Duyuşsal Kontrol Bakımından Sonuçları

	Kareler toplamı	Sd	Kareler ortalaması	F	p
Gruplararası	85,052	2	44,321	1,380	,292
Gruplar içi	10013,343	406	38,342		
Toplam	10098,395	408			

Tablo 9'u incelediğimizde; tek yönlü varyans analiz sonuçlarına göre sosyal beceri ölçeğinin alt boyutlarından olan duyuşsal kontrol bakımından anlamlı bir fark olmadığını göstermektedir (F (2-406)=1,380 p>0.05).

Scheffe testinin sonuçlarına göre rekreasyonel amaçlı spor yapan katılımcıların aritmetik ortalaması \bar{x} =43.2 iken, spor yapmayan katılımcıların aritmetik ortalaması \bar{x} =44.1 olarak çıkmıştır.

Tablo 10. Rekreasyon Amaçlı Spor Yapan İle Spor Yapmayan Katılımcıların Sosyal Beceri Ölçeğinin Alt Boyutlarından Olan Sosyal Anlatıcılık Bakımından Sonuçları

	Kareler toplamı	Sd	Kareler ortalaması	F	p
Gruplararası	78,193	2	41,309	1,197	,312
Gruplar içi	10322,796	406	34,745		
Toplam	10400,989	408			

Tablo 10'u incelediğimizde; tek yönlü varyans analiz sonuçlarına göre sosyal beceri ölçeğinin alt boyutlarından olan sosyal anlatıcılık bakımından anlamlı bir fark olmadığını göstermektedir(F(2-406)=1,197,p>0.05).

Scheffe testinin sonuçlarına göre rekreasyonel amaçlı spor yapan katılımcıların aritmetik ortalaması $\bar{x} = 42.3$ iken, spor yapmayan katılımcıların aritmetik ortalaması $\bar{x} = 42,1$ olarak çıkmıştır.

Tablo 11. Rekreasyon Amaçlı Spor Yapan İle Spor Yapmayan Katılımcıların Sosyal Beceri Ölçeğinin Alt Boyutlarından Olan Sosyal Duyarlılık Boyutu Bakımından Sonuçları

	Kareler toplamı	Sd	Kareler ortalaması	F	p
Gruplararası	7721,378	2	321,348	7,041	.000
Gruplar içi	10644.287	406	43.103		
Toplam	18365,665	408			

Tablo 11'i incelediğimizde; tek yönlü varyans analiz sonuçlarına sosyal beceri ölçeğinin alt boyutlarından olan sosyal duyarlılık bakımından anlamlı bir fark olduğu görülmektedir [F (2-406)=7,1041, p<0.05].

Anlamlı farkın rekreasyonel amaçlı spor yapanların lehine olup, Scheffe testinin sonuçlarına göre rekreasyonel amaçlı spor yapan katılımcıların aritmetik ortalaması ortalaması $\bar{x} = 46.5$ iken, spor yapmayan katılımcıların aritmetik ortalaması ise $\bar{x} = 43,1$ olduğu görülmektedir. Sosyal beceri ölçeğinin alt boyutlarından olan sosyal duyarlılık boyutunda rekreasyonel amaçlı spor yapanların lehine fark olduğu görülmektedir.

Tablo 12. Rekreasyon Amaçlı Spor Yapan İle Spor Yapmayan Katılımcıların Sosyal Beceri Ölçeğinin Boyutlarından Olan Sosyal Kontrol Bakımından Sonuçları

	Kareler toplamı	Sd	Kareler ortalaması	F	p
Gruplararası	9487,178	2	5636,543	119,458	,000
Gruplar içi	14741,874	406	53,621		
Toplam	35992,913	408			

Tablo 12'yi incelediğimizde; tek yönlü varyans analiz sonuçlarına sosyal beceri ölçeğinin alt boyutlarından olan sosyal kontrol boyutu bakımından anlamlı bir fark olduğunu göstermektedir (F (2-406)=119,458p<0.05).

Anlamli farkin rekreasyonel amaçli spor yapanların lehine olup, Scheffe testinin sonuçlarına göre rekreasyonel amaçli spor yapan katılımcıların aritmetik ortalaması ortalaması $\bar{x} = 48.9$ iken, spor yapmayan katılımcıların aritmetik ortalaması ise $\bar{x} = 44,2$ olduğu görülmektedir. Sosyal beceri ölçeğinin alt boyutlarından olan sosyal kontrol boyutunda rekreasyonel amaçli spor yapanların lehine fark oluştuğu görülmektedir.

Tablo 13. Rekreasyon Amaçlı Spor Yapan İle Spor Yapmayan Katılımcıların Sosyal Beceri Ölçeğinin Toplam Sonuçları

	Kareler toplamı	Sd	Kareler ortalaması	F	p
Gruplararası	147456,524	2	61811,278	128,297	,000
Gruplar içi	158687,649	406	478,563		
Toplam	306144,173	408			

Tablo 13'ü incelediğimizde; tek yönlü varyans analiz sonuçlarına göre toplam sosyal beceri düzeyleri bakımından anlamlı bir fark olduğunu göstermektedir (F (2-406)=128,297 p<0.05).

Anlamli farkin rekreasyonel amaçli spor yapanların lehine olup, Scheffe testinin sonuçlarına göre rekreasyonel amaçli spor yapan katılımcıların aritmetik ortalaması ortalaması $\bar{x} = 48.4$ iken, bayanların katılımcıların aritmetik ortalaması ise $\bar{x} = 44,2$ olduğu görülmektedir. Toplam sosyal beceri düzeyleri bakımından rekreasyonel amaçli spor yapan erkeklerin lehine fark oluştuğu görülmektedir.

Tablo 14. Cinsiyete Göre Sosyal Beceri Envanteri ve Alt Boyutlarına İlişkin Puanların Dağılımı

	Cinsiyet	N	X	Ss	Sd	t	P
Duyuşsal Anlatımcılık	Erkek	210	44,11	5,610			
	Kız	198	46,89	6,351	406	3,408	0,001
Duyuşsal Duyarlık	Erkek	210	45,71	6,452			
	Kız	198	48,99	7,213	406	1,212	0,251
Duyuşsal Kontrol	Erkek	210	44,97	5,491			
	Kız	198	42,01	6,459	406	2,723	0,03
Sosyal Anlatımcılık	Erkek	210	45,19	7,011			
	Kız	198	46,56	7,679	406	0,997	0,320
Sosyal Duyarlık	Erkek	210	48,10	7,923			
	Kız	198	49,40	6,709	406	0,179	0,849
Sosyal Kontrol	Erkek	210	50,96	7,108			
	Kız	198	48,42	7,541	406	1,698	0,149
Toplam Puan	Erkek	210	279,04	19,10			
	Kız	198	282,27	20,46	406	0,986	0,383

Tablo 14'ü incelediğimizde; katılımcıların toplam sosyal beceri ölçeğine ait puanlarının cinsiyete göre farklılığını saptamak için yapılan t-testi sonuçlarına göre; envanterin geneline bakıldığında katılımcıların sosyal beceri düzeylerinin aritmetik ortalaması bayanlarda 283,27 iken, erkeklerde ise bu oran 279,04'dür. Yine envanterin geneline baktığımızda kız ve erkek katılımcıların sosyal beceri düzeyleri istatistiksel olarak aralarındaki fark anlamlı değildir. ($t(406) = 0,986$; $p = 0,383 > 0,05$). Ayrıca t-testi sonuçlarına göre "Duyuşsal Anlatımcılık" alt ölçeğinden alınan toplam puanlar arasında kızlar (46.89) lehine ($t(406) = 3,408$; $p = 0,001 < 0,05$) ve "Duyuşsal Kontrol" alt ölçeğini ele aldığımızda alınan puanlar arasında istatistiksel olarak erkekler (44.97) lehine anlamlı bir fark tespit edilmiştir. ($t(406) = 2,723$; $p = 0,03 < 0,05$)

Tablo 15. Rekreasyon Amaçlı Spor Yapanların Branşlarına Göre Toplam Sosyal Beceri Puanlarının Dağılımı

Brnş	N	X	Ss	Var.	Kar. Top.	sd	Kar.Ort.	F	P	A
.					Kay.					
Yüz.	84	286,96	23,44	Gruplr	1487,424	4	354,18	,810	,598	
				arası						
Atl.	42	284,68	19,45	Gruplr	116438,46	199	475,67			
				içi	7					
Sosyal	Bas.	13	282,31	22,17	Toplm	117925,89	203			
Beceri						1				
	Vol.	12	282,80	18,67						
	Str.	33	284,22	16,85						
	Diğ.	19	281,77	16,98						
	Top.	20	284,96	23,44						
		3								

Tablo 15'i incelediğimizde; rekreasyonel amaçlı spor yapan katılımcıların sosyal beceri ölçeğine göre yaptıkları branşlar bakımından farklılığın olup olmadığına ilişkin tek yönlü varyans analiz sonuçlarına bakıldığında, ölçeğin genelinde branşa göre istatistiksel olarak anlamlı fark olmadığı belirlenmiştir (F=0.781; p=0,598>0,05).

5. TARTIŞMA VE SONUÇ

Araştırmaya ait bulguları Bingöl Üniversitesinde öğrenim görmekte olan, Rekreatif amaçlı spor yapan 203 kişi ile spor yapmayan 205 katılımcının “Sosyal Beceri Ölçeği”ne ve kişisel bilgi formu’na ilişkin verdikleri cevaplardan elde edilmiştir.

Tablo 2’de araştırmamıza katılanların cinsiyet özelliklerine bakıldığında erkeklerin sayısının 108 olduğu bayanların ise 95 olduğu görülmektedir. Spor yapmayan katılımcı erkeklerin sayısı 102 iken, bayanların sayısı ise 103 olduğu görülmektedir.

Araştırmamıza katılım sayısı toplamda 408 kişi olup, bunlardan 18-21 yaş aralığında olanlar 104 kişi, 22-25 yaş aralığında olanlar 123 kişi, 26-29 yaş aralığında olanlar 116 kişi ve 30-33 yaş aralığında olanlar ise 65 kişiden oluşmaktadır.

Tablo 4’de rekreatif amaçlı spor yapanların branş dağılımlarına baktığımızda çoğunluğun yüzme branşında 84 kişi ve atletizm branşıyla 42 kişi olarak karşımıza çıkmaktadır.

Duyuşsal anlatıcılık alt ölçeğini içeren Tablo 7’i incelediğimizde; tek yönlü varyans analiz sonuçlarına göre sosyal beceri ölçeğinin alt boyutlarından olan duyuşsal anlatıcılık bakımından anlamlı bir fark görülmektedir. ($F(2-406) = 12,329$, $p < 0.05$) H_1 hipotezi kabul edilmiştir. Anlamlı farkın rekreatif amaçlı spor yapanların lehine olup, Scheffe testinin sonuçlarına göre rekreatif amaçlı spor yapanların aritmetik ortalaması ortalaması $\bar{x} = 47.5$ iken, spor yapmayanların katılımcıların aritmetik ortalaması ise $\bar{x} = 45,1$ olduğu görülmektedir. Sosyal beceri ölçeğinin alt boyutlarından olan duyuşsal anlatıcılık boyutunda rekreatif amaçlı spor yapanların lehine fark olduğu görülmektedir. Duyuşsal anlatıcılık alt ölçeğinin sonucuna göre; spor yapanların sözel olmayan iletişim becerilerinin ve de duyuşsal mesajları gönderme becerileri spor yapmayanlara oranla daha başarılı oldukları görülmektedir. Spor yapan katılımcıların daha neşeli ve canlı oldukları söylenebilir. Konuyla ilgi yapılmış olan çalışmalara baktığımızda Spor Yapan ve Yapmayan Ortaokul Öğrencilerinin Sosyal Beceri Düzeylerinin Karşılaştırılması (Çiriş, 2014) üzerinde yapılan çalışmada duyuşsal anlatıcılık boyutunda spor yapanların lehine fark olduğu ortaya konulmuştur.

Araştırmamızın sonuçlarına göre Tablo 8’i incelediğimizde; tek yönlü varyans analiz sonuçlarına göre sosyal beceri ölçeğinin alt boyutlarından olan duyuşsal duyarlılık

bakımından anlamlı bir fark olduğunu görülmektedir ($F(2-406)=61,325, p<0.05$). H_1 hipotezi kabul edilmiştir. Anlamlı farkın rekreasyonel amaçlı spor yapanların lehine olup, Scheffe testinin sonuçlarına göre rekreasyonel amaçlı spor yapan katılımcıların aritmetik ortalaması $\bar{x}=48.1$ iken, spor yapmayan katılımcıların aritmetik ortalaması ise $\bar{x}=44,8$ olduğu görülmektedir. Sosyal beceri ölçeğinin alt boyutlarından olan duyuşsal duyarlılık boyutunda rekreasyonel amaçlı spor yapanların lehine fark oluştuğu görülmektedir. Duyuşsal duyarlılık alt ölçeğini çıkan sonuca göre değerlendirdiğimizde spor yapan katılımcıların spor yapmayan katılımcılara oranla başkalarının sözel olmayan iletişimlerini alma ve yorumlamasında daha iyi oldukları ortaya çıkmaktadır. Konuyla ilgi yapılmış olan çalışmalara baktığımızda Çocuklarda Öğrenilmiş Çaresizliğe Özgü Yükleme Biçimleri ile Arkadaş İlişkilerinde Yaşanan Başarısızlık Arasında Bir İlişki Olup Olmadığı Ve Öğrenilmiş Çaresizliğe Özgü Yükleme Biçimini Ortadan Kaldırmada, Başarının Arttırılmasında Sosyal Beceri Ve Sosyal Başarı Eğitimlerinin Etkilerinin İncelenmesi (Aydın, 1990) ve Spor Yapan ve Yapmayan Ortaokul Öğrencilerinin Sosyal Beceri Düzeylerinin Karşılaştırılması (Demirtaş, 2018) üzerinde yapılan çalışmada duyuşsal duyarlılık boyutunda spor yapanların lehine fark olduğu ortaya konulmuştur.

Tablo 9'u incelediğimizde; tek yönlü varyans analiz sonuçlarına göre sosyal beceri ölçeğinin alt boyutlarından olan duyuşsal kontrol bakımından anlamlı bir fark olmadığını göstermektedir ($F(2-406)=1,380 p>0.05$). H_0 hipotezi kabul edilmiştir. Scheffe testinin sonuçlarına göre rekreasyonel amaçlı spor yapan katılımcıların aritmetik ortalaması $\bar{x}=43.2$ iken, spor yapmayan katılımcıların aritmetik ortalaması $\bar{x}=44.1$ olarak çıkmıştır.

Tablo 10'u incelediğimizde; tek yönlü varyans analiz sonuçlarına göre sosyal beceri ölçeğinin alt boyutlarından olan sosyal anlatımcılık bakımından anlamlı bir fark olmadığını göstermektedir($F(2-406)=1,197,p>0.05$). H_0 hipotezi kabul edilmiştir. Scheffe testinin sonuçlarına göre rekreasyonel amaçlı spor yapan katılımcıların aritmetik ortalaması $\bar{x}=42.3$ iken, spor yapmayan katılımcıların aritmetik ortalaması $\bar{x}=42.1$ olarak çıkmıştır.

Tablo 11'i incelediğimizde; tek yönlü varyans analiz sonuçlarına sosyal beceri ölçeğinin alt boyutlarından olan sosyal duyarlılık bakımından anlamlı bir fark olduğu

görülmektedir [F (2-406)=7,1041, p<0.05]. H 1 hipotezi kabul edilmiştir. Anlamli farkın rekreasyonel amaçli spor yapanların lehine olup, Scheffe testinin sonuçlarına göre rekreasyonel amaçli spor yapan katılımcıların aritmetik ortalaması ortalaması \bar{x} =46.5 iken, spor yapmayan katılımcıların aritmetik ortalaması ise \bar{x} =43,1 olduğu görülmektedir. Sosyal beceri ölçeğinin alt boyutlarından olan sosyal duyarlılık boyutunda rekreasyonel amaçli spor yapanların lehine fark oluştugu görülmektedir. Sosyal duyarlılık alt ölçeğinden çıkan sonuca baktığımızda spor yapan katılımcıların spor yapmayan katılımcılara oranla karşısında bulunan bireylerin sözel iletişimlerini yorumlamada, sosyal davranışları sergilerken sosyal kurallara özen göstermede ve buldukları ortama uygun hareket etme bakımından daha iyi oldukları görülmektedir. Konuyla ilgi yapılmış olan çalışmalara baktığımızda Lisanslı Olarak Takım Spor ve Bireysel Spor Yapan ile Spor Yapmayan Ortaöğretim Öğrencilerinin Sosyal Beceri Düzeylerinin Karşılaştırılması (Demirtaş, 2018) çalışmasında spor yapanların lehine fark olduğu ortaya konulmuştur. Ancak Yurt Dışı Yaşantısı Geçiren ve Geçirmeyen Lise Öğrencilerinin Sosyal Beceri Düzeylerini Karşılaştırılması (Şahin, 1999) üzerinde yapılan çalışmalarda sosyal duyarlılık boyutunda spor yapmayanların lehine fark olduğu ortaya konulmuştur.

Ayrıca Tablo 12'yi incelediğimizde; tek yönlü varyans analiz sonuçlarına sosyal beceri ölçeğinin alt boyutlarından olan sosyal kontrol boyutu bakımından anlamlı bir fark olduğunu göstermektedir (F (2-406)=119,458p<0.05). H1 hipotezi kabul edilmiştir. Anlamli farkın rekreasyonel amaçli spor yapanların lehine olup, Scheffe testinin sonuçlarına göre rekreasyonel amaçli spor yapan katılımcıların aritmetik ortalaması ortalaması \bar{x} =48.9 iken, spor yapmayan katılımcıların aritmetik ortalaması ise \bar{x} =44,2 olduğu görülmektedir. Sosyal beceri ölçeğinin alt boyutlarından olan sosyal kontrol boyutunda rekreasyonel amaçli spor yapanların lehine fark oluştugu görülmektedir. Sosyal kontrol alt ölçeğini incelediğimizde spor yapan katılımcıların, spor yapmayan katılımcılara oranla sosyal rol oynamada ve bireyin sosyal olarak kendini ortaya koyma becerileri bakımından daha iyi oldukları görülmektedir. Ayrıca spor yapan katılımcılar herhangi bir sosyal durumda ortama uygun hareket eden, kendinden emin ve sosyal durumlara kolayca ayak uydurabildikleri söylenebilir. Konuyla ilgi yapılmış olan çalışmalara baktığımızda Sosyal İçedönük Ergenlere Verilen Grupla Sosyal Beceri Eğitiminin İçedönüklük

Düzeyleri Üzerinde Etkisinin İncelenmesi (Altunoğlu, 1997) ve Spor Yapan ve Yapmayan Ortaokul Öğrencilerinin Sosyal Beceri Düzeylerinin Karşılaştırılması (Çiriş, 2014) üzerinde yapılan çalışmada sosyal kontrol boyutunda spor yapanların lehine fark olduğu ortaya konulmuştur.

Tablo 13'ü incelediğimizde; tek yönlü varyans analiz sonuçlarına göre toplam sosyal beceri düzeyleri bakımından anlamlı bir fark olduğunu göstermektedir (F (2-406)=128,297 p<0.05). H1 hipotezi kabul edilmiştir. Anlamlı farkın rekreasyonel amaçlı spor yapanların lehine olup, Scheffe testinin sonuçlarına göre rekreasyonel amaçlı spor yapan katılımcıların aritmetik ortalaması $\bar{x} = 48.4$ iken, bayanların katılımcıların aritmetik ortalaması ise $\bar{x} = 44,2$ olduğu görülmektedir. Toplam sosyal beceri düzeyleri bakımından rekreasyonel amaçlı spor yapan erkeklerin lehine fark olduğu görülmektedir. Yaptığımız çalışma ile literatürdeki birçok araştırmalarda benzer çıktılar elde ettiği görülmektedir. Toplam Sosyal beceri ölçeğine baktığımızda; başkalarının olumlu tepkiler vermesine yol açacak ve olumsuz tepkileri engelleyecek, başkalarıyla etkileşimi mümkün kılacak, sosyal olarak kabul edilebilir olan öğrenilmiş davranışları bakımından spor yapan katılımcıların daha iyi oldukları görülmektedir. Ayrıca spor yapan katılımcıların daha fazla çevrede etki bırakan ve hedefe yönelik davranışlar sergiledikleri söylene bilir. Konuyla ilgi yapılmış olan çalışmalara baktığımızda Lisanslı Olarak Takım Sporu ve Bireysel Spor Yapan İle Spor Yapmayan Ortaöğretim Öğrencilerinin Sosyal Beceri Düzeylerinin Karşılaştırılması (Demirtaş, 2018) üzerinde yapılan çalışmada toplam sosyal beceri bakımından spor yapanların lehine fark olduğu ortaya konulmuştur.

Araştırmamıza katılanların, sosyal beceri ölçeğine ait puanlarının cinsiyete göre farklılığını bulmak için yapılan t-testi sonuçlarını (Tablo 14) incelendiğimizde, erkek katılımcıların sosyal beceri düzeylerinin aritmetik ortalaması 279,04 iken ve bayanların aritmetik ortalaması ise 282,27'dir. Ölçek genelinde erkek ve kız katılımcıların sosyal beceri düzeyleri arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı değildir (t(406)=0,986; p=0,383>0,05). Ölçeğin alt boyutlarına baktığımızda cinsiyete göre duyuşsal duyarlık, sosyal kontrol, sosyal duyarlık ve sosyal anlatımcılık alt ölçeklerinden alınan toplam puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur. Bunlarla birlikte duyuşsal kontrol alt ölçeğini ele aldığımızda alınan puanlar arasında istatistiksel olarak erkekler (44.97) lehine anlamlı bir fark tespit edilmiştir. (t(406) = 2,723; p= 0,03<0,05) ve duyuşsal anlatımcılık alt

ölçeğinden alınan toplam puanlar arasında kızalar (46.89) lehine ($t(406)= 3,408$; $p=0,001<0,05$) anlamlı bir fark tespit edilmiştir. Elde edilen sonuca göre bayan katılımcılar erkek katılımcılara oranla daha fazla çevrede etki bırakan ve hedefe yönelik davranışlar sergiledikleri söylene bilinir. Ayrıca sosyal olarak kabul edilebilir olan öğrenilmiş davranışları bakımından daha iyi oldukları görülmektedir. Duyuşsal kontrol alt ölçeğinden alınan puanlar arasında ise istatistiksel olarak erkekler (44.97) lehine anlamlı bir fark tespit edilmiştir ($t(406) = 2,723$; $p=0,03<0,05$). Erkek katılımcıların ise bayan katılımcılara oranla sosyal rol oynamada, sosyal olarak kendini ortaya koymada ve duygularını bir maske altında gizleme becerilerinin daha iyi oldukları görülmektedir.

Tablo 15'te Rekreatyonel amaçlı spor yapan katılımcıların sosyal beceri ölçeğine ait puanlarının branşal bazda farklılığın olup olmadığına ilişkin tek yönlü varyans analiz sonuçlarını incelediğimizde, ölçeğin genelinde branşal bazda istatistiksel olarak anlamlı fark olmadığı belirlenmiştir ($F=0.781$; $p=0,598>0,05$).

Benzer çalışmaları incelediğimizde üniversite öğrencilerinin sosyal beceri düzeyleri, stresle başa çıkma biçimleri ve karar verme stillerinin karşılaştırmalı yapıları yapılan araştırmada, katılımcıların yapmış oldukları spor branşları ile (takım sporları ve/veya bireysel sporlar,) sosyal beceri toplam puanları ve alt boyut arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma olmadığı tespit edilmiştir (Çetin, 2009).

Yapılan bu çalışma ile farklı branşlarda rekreatyonel amaçlı spor yapan öğrenciler ile spor yapmayan öğrencilerin sosyal beceri düzeyleri arasında çeşitli değişkenler baz alınarak, anlamlı farklılıklar olup olmadığını ortaya koymak amacıyla yapılmıştır. Çalışmamız ile üniversite düzeyinde öğrenim gören ve farklı branşlarda spor yapan öğrenciler spor yapmayan öğrencilerin sosyal beceri düzeyleri, elde edilen veriler kapsamında analiz edilmiştir.

Sonuç olarak,

Rekreatyonel amaçlı spor yapanlar ile spor yapmayan katılımcıların sosyal beceri düzeylerinin bir takım değişkenler açısından da karşılaştırıldığı bu çalışmada, analize tabi tutulan ölçeğin bazı alt ölçeklerinde. Duyuşsal Anlatıcılık alt ölçeğinde spor yapan katılımcılar aleyhine anlamlı fark çıktığı görülmektedir. Ayrıca anlamlı farkın spor yapan bayanların aleyhinde olduğu görülmektedir.

Duyuşsal Duyarlılık alt ölçeğinde spor yapan katılımcılar aleyhine anlamlı fark çıktığı görülmektedir. Ayrıca anlamlı farkın spor yapan bayanların aleyhinde olduğu görülmektedir.

Duyuşsal Kontrol ve sosyal anlatımcılık alt ölçeğinde anlamlı fark görülmemektedir. Sosyal Duyarlılık alt ölçeğinde spor yapan katılımcılar aleyhine anlamlı fark çıktığı görülmektedir. Ayrıca anlamlı farkın spor yapan erkeklerin aleyhinde olduğu görülmektedir.

Sosyal Kontrol alt ölçeğinde spor yapan katılımcılar aleyhine anlamlı fark çıktığı görülmektedir. Ayrıca anlamlı farkın spor yapan erkeklerin aleyhinde olduğu görülmektedir.

Cinsiyete göre Sosyal Beceri Envanterine bakıldığında ise bayanların aleyhinde olduğu görülmektedir.

Rekreasyonel amaçlı spor yapanların branşlarına göre toplam sosyal beceri puan dağılımında anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür.

Bu araştırma ile, incelediğimiz rekreasyonel amaçlı spor yapanların spor yapmayan öğrencilere göre sosyal beceri düzeylerinin daha yüksekte olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu kapsamda ailelerin çocuklarının sosyal beceri düzeylerini geliştirmeleri için spora yönlendirmelerini söylemek mümkündür.

6. ÖNERİLER

Araştırmamız ile ortaya koyulan bulgular göz önüne alınarak şu öneriler geliştirilebilir;

1. Ülkemizin nüfusunun büyük bir oranını gençler oluşturmaktadır. Bu kapsamda gerek okullarda gerekse de gençleri yönlendiren bireylerin gençlerin branş eğilimlerine dikkat ederek sporu sevdirmesi ve de rekreasyonel amaçlı spor yapmanın hem sosyal hem de fiziki olarak insanın hayat standardının yakalanmasında yardımcı olduğu belirtilmelidir.

2.Gençlik ve Spor İl Müdürlükleri'nin kendi buldukları İlde bulunan Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okullarıyla işbirliği yaparak toplumda spor kültürünün nasıl yaygınlaştırılır sorusu üzerinde durularak, bilimsel çalışmalar ışığında ve de bireylerin eğilimleri dikkate alarak yapılacak olan spor tesisleri ve mevcut spor tesislerinin durumu değerlendirilerek ortak hareket edilmelidir.

3. Rekreasyonel amaçlı spor yapanların, spor yapmayan katılımcılara oranla sosyal becerinin alt düzeylerinde olan duyuşsal anlatımcılık bakımından anlamlı bir fark görülmektedir. Bu kapsamda duyuşsal anlatımcılık bakımından bireylerde farkındalık oluşturmak için konuyla ilgi kısa film, tiyatro, seminer vb. etkinlikler yapılmalıdır.

4. Rekreasyonel amaçlı spor yapanların bazı alt ölçeklerinde yüzme, atletizm ve satranç ile uğraşan katılımcıların daha yüksek puanlar aldıkları görülmüştür. Söz konusu spor yapan bireylerin sosyal beceri noktasında çok daha üst noktalara ulaşabilmesi için yüzme, atletizm ve satranç gibi teknik branşlara yönlendirilmelidir.

7. KAYNAKÇA

- Algaç M., (1997). *Beden Eğitimi Öğretmeninin El Kitabı*”, Dünya Ambalaj San. Tic. A. S. Malatya. S.24.
- Akça Şelale N. (2012). *Özel Spor Merkezlerine Üye Olan Bireylerin Spora Yönelme Nedenleri ve Beklentilerinin Gerçekleşme Düzeyleri*. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi. s.78
- Akduman GG, Günindi Y, Türkoğlu D. (2015). *Okul Öncesi Dönem Çocukların Sosyal Beceri Düzeyleri İle Davranış Problemleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Uluslararası Sosyal Araştırmalar Derg, 8(37):673-683.
- Akman B, Topçu Z, Baydemir G. (2011). *6 Yaş Grubu Çocukların Sosyal Becerilerinin Oyun Arkadaşı Tercihleri Üzerindeki Etkisi*. e-Journal of New World Sciences Academy, 6(2):1548-1560.
- Akpınar S, Akpınar Ö, Nas K, Temel V, Birol SŞ. (2015). *Beden eğitimi ve spor yüksekokulunda okuyan öğrencilerinin bazı değişkenler açısından sosyal beceri düzeylerinin incelenmesi*. Karaman KMÜ Sosyal ve Ekonomik Araştırmalar Derg, 17(28):80-84.
- Avşar Z, Kuter F. (2007) *Beden eğitimi ve spor bölümü öğrencilerinin sosyal beceri düzeylerinin belirlenmesi (Uludağ Üniversitesi örneği)*. Eğitimde Kuram ve Uygulama - J Theory and Practice in Education, 3(2):197-206.
- Başaran, İE (1996). *Eğitim Psikolojisi*, Ankara: Yargıç Matbaası, s:10-16
- Balyan M. (2009). *İlköğretim 2. Kademe ve Ortaöğretim Kurumlarındaki Öğrencilerin Beden Eğitimi Dersine Yönelik Tutumları, Sosyal Beceri ve Özyeterlik Düzeylerinin Karşılaştırılması*. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sporda Psiko-Sosyal Alanlar Anabilim Dalı. Yayınlanmamış Doktora Tezi. İzmir: Ege Üniversitesi.
- Baysal, AC (1981). *Sosyal ve Örgütsel Psikolojide Tutumlar*. İstanbul Üniversitesi Yayınları İşletme Fakültesi Yayınları, s:14–15
- Baysal, AC. Tekinarslan, E. (1996). *İşletmeler için Davranış Bilimleri*. 2. Baskı. İstanbul: Avcıol Basım-Yayın, s:254

- Berkowitz L (1980). A Survey of Social Psychology. 2nd Edition. New York: Holt, Rinehart and Winston, p:275.
- Bernstein Da (1994). Psychology. 3rd Edition. Boston: Houghton Mifflin Company, p:623.
- Biçer, Y. S. (2000). *Sportif Çalışmaların ve Oyunların Zihinsel Özürlü Çocuklar Üzerindeki Etkileri* Fırat Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Elazığ. S.75.
- Bülbül E. (2008). *4 Yaş Çocuklarının Sosyal Becerilerinin Bazı Değişkenler Açısından Değerlendirilmesi*. Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İlköğretim Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi,
- Celep, C. (2004). *Meslek Olarak Öğretmenlik*, Anı Yayıncılık, Ankara.
- Çetinkaya-Ulusoy, E., Pashlı-Gündoğan, E. Kurt, D. (2016). *Hemşirelerde Mesleki Benlik Saygısı ve Meslektaş Dayanışması* Süleyman Demirel Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi Sayı: 1, cilt 7.
- Çetin MÇ, Kuru E. (2009). *Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Sosyal Beceri Düzeylerinin Belirlenmesi*. Selçuk Üniv Beden Eğitimi ve Spor Bilim Derg, 11(1):1-8.
- Çiriş V. (2014) *.Spor Yapan ve Yapmayan Ortaöğretim Öğrencilerinin Sosyal Beceri Düzeylerinin Karşılaştırılması*. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Gazi Üniversitesi.
- Demirhan, G. ve Altay, F. (2001). *Lise birinci sınıf öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersine ilişkin tutumları ölçeği*. Spor Bilimleri Dergisi, cilt:12, sayı:2, s:9-20
- Dönmez A. (1985). *Denetim Odağı, Kendine Saygı ve Üç Değişken: Çevre Büyüklüğü, Yaş, Aile Ortamı*. Eğitim ve Bilim Derg, 10(55):4-15.
- Erkan, S., Kılıççı, Y., Selçuk, Z., ve ark., (2002). *İlköğretimde Rehberlik*. (3. Basım) Ed: Yıldız Kuzgun. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Eroğlu, K. (2018). *Ortaokul 7. Ve 8. Sınıf Öğrencilerinin Sosyal Kaygıları İle Benlik Saygısı, Anne-Baba Tutumları, Mükemmeliyetçilik Özellikleri Arasındaki İlişki* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, KTÜ. Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Trabzon, s.85-86-87.

- Ersoy, Ö., Avcı, N. (2000). *Özel gereksinimi olan çocuklar ve eğitimleri “ Özel eğitim”*. İstanbul, Ya-Pa Yayınları. s:27.
- Geçtan, E. (2002). *Psikanaliz ve Sonrası*. İstanbul: Metis Yayınları
- Gökdağ, M. (2018). *Okul Yöneticilerinin Spora Yönelik Tutumları Ve Kadınların Spor Etkinliklerine Katılımlarına Dair Görüşlerinin Araştırılması (Bartın Örneği)*, Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi, BÜ. Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bartın, s.67
- Güçlü N. (1996). *Eğitim Yöneticiliği ve Sosyal Beceriler*. Eğitim Yönetimi, 2(4):55
- Güllü, M. Güçlü M. (2009) *Ortaöğretim öğrencileri için beden eğitimi dersi tutum ölçeğinin geliştirilmesi*. Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi.3(2) s:138–151
- Hatipoğlu H. Özcan, G. (2016). *Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenlerinin Zihinsel Engelli Çocuklara Yönelik Tutumlarını Etkileyen Faktörlerin İncelenmesi*, Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi, İGÜ. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul, s. 39-40.
- Hünük, D. (2006). *Ankara İli Merkez İlçelerindeki İlköğretim İkinci Kademe Öğrencilerinin Beden Eğitimi Dersine İlişkin Tutumlarının Sınıf Düzeyi, Öğrenci Cinsiyeti, Öğretmen Cinsiyeti ve Spora Aktif Katılımları Açısından karşılaştırılması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- İkizler C. (2000). *Sporda Sosyal Bilimler*. İstanbul Alfa Basım Dağıtım, 53.
- İlhan, E. L., Esentürk O. K., Yarımkaya, E.(2016). Zihinsel engelli bireylerin sportif etkinliklerine yönelik tutum ölçeği (zebseytö): Geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. Journal of Human Sciences, 13(1), 1141-1160.
- İnanç, N. (1997). *Üniversite Öğrencilerinin Benlik Saygısı Düzeyleri İle Akademik Başarıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gaziantep Üniversitesi, Gaziantep.
- İnceoğlu, M. (2000). *Tutum- Algı-İletişim*. 3.baskı. Ankara İmaj Yayıncılık, s:8.
- İnceoğlu, M. (2010). *Tutum- Algı-İletişim*. 5.baskı. Beykent Üniversitesi Yayınevi, İyi İşler Yayıncılık ve Matbaacılık, s:26

- İzgiç, F., Akyüz, G. (2001). *Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Fobi ve Beden İmgesi ile Benlik Saygısı Arasındaki İlişkilerin Araştırılması*. 3P Dergisi, 9 (4),592-598
- Jones, R.N. (1982). *Danışma Psikolojisi Kuramları*. (Çev: Füsün Akkoyun), Casell Educational Limited, 20,21, 146-150, 153, 158, 168, 179.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (1999). *Yeni İnsan ve İnsanlar*. Evrim Yayınevi, s:103.
- Kapıkıran, AN, İvrendi AB, Adak, A. (2006). *Okul Öncesi Çocuklarında Sosyal Beceri: Durum Saptaması*. Pamukkale Üniv Eğitim Fakültesi Derg, 19(1):28.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (2005). *Yeni İnsan ve İnsanlar*. (Onuncu Basım). İstanbul: Evrim Yayınevi. s:102,103.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (2006). *Yeni İnsan ve İnsanlar*. İstanbul: Evrim Yayınevi.
- Karakoç, Ö. (2010). *İşitme Engelli Milli Sporcular İle Spor Yapmayan İşitme Engellilerin Benlik Saygısı Düzeylerinin Araştırılması*. Yayınlanmış yüksek lisans tezi. Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü: Elazığ.
- Keskin, Ö. (2014). *Çocuklarda Beden Eğitimi ve Spora Katılımın Sosyal Gelişim Üzerine Etkileri*. Uluslararası Multidisipliner Akademik Araştırmalar Derg, 1(1):6.
- Kırımoğlu, H., Dallı, M., Yılmaz, A., Say, M. (2017). *Öğretmen Adaylarının Zihinsel Engelli Bireylerin Sportif Etkinliklerine Yönelik Tutum Düzeylerinin İncelenmesi* (Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Örneği) İnsan Bilimleri Dergisi Sayı: 4 cilt 17.
- Kırımoğlu, H., Esentürk, O., İlhan, L., Yılmaz, A. & Kaynak., K. (2016b). Investigating The Awareness Levels of Primary, Special Education, Rehabilitation Center Teachers and Candidates of Physical Education and Sports Teachers Regarding The Effects of Physical Exercise Participation of Mentally Disabled Individuals. *Manas Journal of Social Studies*. 5(4); 231-244.
- Korkmaz, M. (1996). *Yetişkin Örnekleme İçin Bir Benlik Saygısı Ölçeğinin Güvenirlik ve Geçerlik Çalışması*. Yüksek Lisans Tezi. Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Krech D, Crutchfield RS (1980). Sosyal Psikoloji. 3, Baskı. Çeviren: Güngör E. İstanbul Ötüken Yayıncılık s:159.
- Kulaksızoğlu, A. (1999). *Ergenlik Psikolojisi*. Ankara: Remzi Kitabevi.

- Kutlu, M. ve Soğukpınar, E. (2015). *Rehber Öğretmenlerin Benlik Saygısı ile Mesleki Benlik Saygısı Düzeylerinin Çeşitli Değişkenleri Açısından İncelenmesi* Uluslararası Eğitim Araştırmaları Dergisi Sayı: 1 cilt 6.
- Kuzgun, Y. (1983). *Benlik ve İdeal Benlik Kavramlarının, Tercih Edilen Meslek Kavramlarıyla İlişkisi*. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi, 16 (1), 1-10.
- Kuzgun, Y. (2000). *Meslek Danışmanlığı Kuramlar Uygulamalar*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Küçük V, Koç H. (2004). *Psiko-Sosyal Gelişim Süreci İçerisinde İnsan ve Spor İlişkisi*. Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Derg, 10:131-141.
- Lindregen HC (1973). *An Introduction to Social Psychology*. 2nd Edition. New York: John Wiley&Sons, p:90.
- Micozkadıoğlu İ, Berument Kazak S. (2011). *Okul Öncesi Kurum Kalitesinin İlköğretim Birinci Sınıf Çocuklarının Sosyal Yeterliği ve Akademik Başarısına Etkisi*. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Derg, 33:123-140.
- Morgan CT (2000). *Psikolojiye Giriş*. 14. Baskı. Çeviren: Arıcı H, Aydın O, Ankara: Meteksan AŞ, s:375.
- Morgan, CT (1961). *Introduction to Psychology*. 2nd Edition. New York: McGraw Hill.
- Nelson-Jones, R. (1982). *Danışma Psikolojisi Kuramları*, Çevirenler: F. Akkoyun, V. Duymaz, B. Eylem, F. Korkut, S. Doğan, Cossel Educational Limited, Birmingham.
- Ocak, G. (2007). *Meslek Olarak Öğretmenlik, Eğitim Bilimine ve Öğretmenlik Mesleğine Giriş*, Afyon Kocatepe Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Afyonkarahisar.
- Ömeroğlu E, Büyüköztürka Ş, Çakana M, Aydoğan Y, Kılıç Çakmak E. (2014). *Okul Öncesi Sosyal Beceri Değerlendirme Ölçeği: Anne-Baba Formuna Ait Norm Değerlerinin Belirlenmesi ve Yorumlanması*. Karabük Üniv Sosyal Bilimler Enstitüsü Derg, 4:102-115.
- Öner, U. (1982). *Benlik Kavramı İle Mesleki Benlik Kavramı Arasındaki Farkın Akademik Başarı İle İlişkisi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, A.Ü. Eğitim Fakültesi, Ankara.

- Özabacı N. (2006) *Çocukların Sosyal Becerileri ile Ebeveynlerin Sosyal Becerileri Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma*. Fırat Üniv Sosyal Bilimler Derg, 16(1):163-179.
- Özdemir, S. ve Yalın, H.İ. (2003). *Öğretmenlik Mesleğine Giriş*. Nobel Yayın Dağıtım, Ankara.
- Özer, D. (2010). *Engelliler İçin Beden Eğitimi Ve Spor*. Nobel Yayın evi. Ankara. Nisan, 2010, sh.140.
- Özgüven, İ.E. (2003). *Endüstri Psikolojisi*. PDREM Yayınları, Ankara, s: 41
- Özgüven, İE (1999). *Psikolojik Testler*. Ankara: PDREM Yayınları, s:27.
- Öztürk F, Efe M, Koparan Ş. (2007). *14-16 Yaş Grubu Kızlarda Hentbol Çalışmalarının Sosyal Yetkinlik Beklentisi ve Atılganlık Üzerine Etkisi*. Hacettepe Spor Bilimleri Derg, 18(4):147-155.
- Riggio RE. (1986). *The Assessment of Basic Social Skills*. J Personality and Social Psychology, 51:649-660.
- Sakallı, N. (2001a). *Sosyal Etkiler*. Ankara: İmge Kitabevi, s:106.
- Soğukpınar, E. (2014). *Rehber Öğretmenlerin Benlik Saygısı İle Mesleki Benlik Saygısı Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi, İÜ. Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Malatya, s.72-74.
- Soyer F, Can Y, Güven H, Hergüner G, Bayansalduz M, Tetik B. (2010). *Sporculardaki Başarı Motivasyonu ile Takım Birlikteliği Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Uluslararası İnsan Bilimleri Derg, 7(1):225
- Şahin, H. ve Cengiz, İ. (2017). *Üniversite Personelinin İşyerinde Engelliye Yönelik Tutumlarının Belirlenmesi*. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi Sayı: 2 Cilt 7.
- Şenel, H. G. (1995). *Yetersizliğe Sahip Kardeşi Olanlarla, Olmayanların Yetersizliğe Yönelik Tutumları ve Kaygı Düzeyleri Yönünden Karşılaştırılması*. Özel Eğitim Dergisi.2: 33–9.
- Şimşek, N. (2002). *Kimya Eğitimine Yönelik Bir Tutum Ölçeği Hazırlanması ve Buna Yönelik Çeşitli Değerlendirmelerin Yapılması*. Hacettepe Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi, Ankara
- Şişko, M. ve Demirhan G. (2002). *İlköğretim Okulları ve Liselerde Öğrenim Gören Kız ve Erkek Öğrencilerin Beden Eğitimi ve Spor Dersine İlişkin Tutumları*. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, sayı: 23, 2002, s:205–210

- Tan, M. (1981). *Toplum Bilime Giriş*. Ankara Üniversitesi Eğitim Fakültesi Yayınları, No: 97, Ankara.
- Tavşancıl, E. (2002a). *Tutumların Ölçülmesi ve SPSS ile Veri Analizi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım, s:65.
- Tavşancıl, E. (2002c). *Tutumların Ölçülmesi ve SPSS ile Veri Analizi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım, s:115.
- Ünal, N. Çoknaz, H. (2003). *Mental Retardasyon ve Spor*. Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, cilt:2, sayı:7.
- Üstün, E., Erkan, S. ve Akman, B. (2004). *Türkiye'de Okul Öncesi Öğretmenliği Öğrencilerinin Öğretmenlik Mesleğine Yönelik Tutumlarının İncelenmesi*. Sosyal Bilimler Dergisi, 10, 129-136.
- Yalçın, Ş. (2009). *Modern Felsefede Benlik*. İstanbul. Boğaziçi Üniversitesi Yayınevi.
- Yaşar Ekici, F. (2014). *Öğretmen Adaylarının Öğretmenlik Mesleğine Yönelik Tutumlarının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi (İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Örneği)*. Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi Sayı: 35 Cilt 7.
- Yıldırım, Y., Kırımoğlu, H., Temiz, A. (2010). *Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenlerinin Mesleki Benlik Saygısı Düzeylerinin İncelenmesi (Hatay İl Örneği)*. Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi, 2010, 12 (1).
- Yıldırım, Z. (2015). *Büro Yönetimi ve Yönetici Asistanlığı Meslek Yüksekokulu Öğretim Elemanlarının Bilgi Teknolojilerine Olan Tutumlarının ve Yeterlilik Düzeylerinin Belirlenmesine Yönelik Bir Alan Çalışması*. Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi, GÜ. Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara, s.58-59.

8. EKLER

EK 1. KİŞİSEL BİLGİ FORMU

1. Cinsiyet: Erkek () Kadın ()
2. Yaş :.....
3. Fakülteniz:.....
4. Rekreatif amaçlı yaptığınız spor branşının adı:
5. Kaç yıldır Rekreatif amaçlı spor yapıyorsunuz:
6. Haftada kaç saat antrenman yapıyorsunuz:
7. Eğitim durumunuz: Lise () Ön Lisans () Lisans () Yüksek Lisans ()

EK 2. SOSYAL BECERİ ÖLÇEĞİ

	Tamamen benim gibi	Oldukça benim gibi	Benim gibi	Biraz benim gibi	Hiç benim gibi değil
1- Üzüntülü ve mutsuz olduğum zaman başkalarının bunu anlaması zordur.	5	4	3	2	1
2- İnsanlar konuşurken onların hareketlerini izlemeye de onları dinlediğim kadar zaman ayırıyorum.	5	4	3	2	1
3- Sevmediğim insanlara karşı olan duygularımı ne kadar saklamaya çalışsam da onlar sevmediğimi anlarlar.	5	4	3	2	1
4- Arkadaşların bir araya geldiği eğlence toplantıları düzenlemekten hoşlanırım.	5	4	3	2	1
5- Başkaları tarafından eleştirilmek ve azarlanmak beni pek rahatsız etmez.	5	4	3	2	1
6- Genç- yaşlı, zengin ve yoksul her türlü insanla birlikte kendimi rahat hissederim.	5	4	3	2	1
7- Pek çok insandan daha hızlı konuşurum.	5	4	3	2	1
8- Çok az insan benim kadar duyarlı ve anlayışlıdır.	5	4	3	2	1
9- Komik bir hikaye anlattığımda ya da saka yaptığımda çoğunlukla kendimi gülmekten alıkoyamam.	5	4	3	2	1
10- Onsanların beni iyice tanımaları çok zaman alır.	5	4	3	2	1
11- Benim zevk ve üzüntümün en büyük kaynağı diğer insanlardır.	5	4	3	2	1
12- Bir grup arkadaşım ile birlikte olduğum zaman genellikle grubun sözcüsü olurum.	5	4	3	2	1
13- Mutsuz olduğum zaman çevremdekileri de mutsuz etme eğilimim vardır.	5	4	3	2	1
14- Toplantılarda herhangi birisi bana ilgi duyduğunda bunu hemen fark ederim.	5	4	3	2	1
15- İnsanlar sıkıldığını yüz ifademden hemen anlarlar.	5	4	3	2	1
16- Sosyal olmaktan hoşlanırım.	5	4	3	2	1
17- Politik bir tartışmada, tartışan kişileri gözlemek ve bu görüşlerini analiz etmekten ziyade tartışmada bizzat yer almayı tercih ederim.	5	4	3	2	1
18- Kişisel bir şey hakkında konuşurken karşımdakilerin yüzüne bakmakta bazen zorluk çekerim	5	4	3	2	1
19- Bakışlarımın anlamlı olduğu söylenir.	5	4	3	2	1

20-İnsan davranışlarının nedenlerini öğrenmek ilgimi çeker.	5	4	3	2	1
21-Duygularımı kontrol etmekte çok başarılıyım.	5	4	3	2	1
22-Çok sayıda insanla bir arada çalışmayı gerektiren işleri tercih ederim.	5	4	3	2	1
23-Çevremdeki insanların psikolojik durumundan büyük ölçüde etkilenirim.	5	4	3	2	1
24-Önceden hazırlanmış bir konuşmayı yapmakta çok başarılı değilim.	5	4	3	2	1
25-Başka insanlara dokunmaktan genellikle rahatsız olurum.	5	4	3	2	1
26-Başkalarıyla olan ilişkilerini izleyerek bir insanın karakterini kolayca anlayabilirim.	5	4	3	2	1
27-Gerçek hislerimi hemen hemen herkesten gizleyebilirim.	5	4	3	2	1
28-Arkadaşların bir araya geldiği eğlence toplantılarına her zaman katılırım.	5	4	3	2	1
29-Bazı ortamlarda doğru şeyleri yaptığımdan ya da söylediğimden endişe ederim.	5	4	3	2	1
30-Kalabalık bir insan grubu önünde konuşmak benim için çok zordur.	5	4	3	2	1

EK 5. ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler

Adı Soyadı: Tuba AYMAN ÇELİK

Doğum Yeri ve Tarihi: Bingöl - 29.08.1988

Eğitim Durumu

Lisans Öğrenimi: 2009 - 2013 Erciyes Üniversitesi – Beden

Eğitimi ve Spor Yüksekokulu – Rekreasyon Bölümü

Lisansüstü Öğrenimi: 2015 - 2019 Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi – Sosyal

Bilimler Enstitüsü – Rekreasyon Anabilim Dalı

Yabancı Dil: İngilizce

Belgeler

Step Aerobik II Kademe Antrenörlük Belgesi

Pedagojik Formasyon Sertifikası

İletişim

GSM: 5417449980

E-posta: erba_aycel@hotmail.com